

風車ウォーキング ～ グローバルウィンドデイ 2011 ～

1 目的

苫前町のシンボルになった風車群の周辺をウォーキングすることにより、日頃の運動不足や健康について考える契機とするとともに、「ふるさと苫前の良さ」再認識を目的とする。

2 主催

苫前町 苫前町スポーツセンター

3 共催

苫前町体育協会

4 指導

特定非営利活動法人 健康保養ネットワーク

5 期日

平成 23 年 6 月 19 日（日）

（雨天時：スポーツセンターにてノルディックウォーキング講習を実施）

6 場所

上平グリーンヒルウィンドファーム（ウォーキング事業）

日程

9:00 参加者集合、受付（ふわっと W ホール）

9:00 ～ 9:30 健康調査 *9:35 会場へバス移動

9:45 ～ 10:00 開会式、準備体操

10:00 ～ 11:30 ウォーキング

11:30 ～ 11:40 整理体操 *11:45 ふわっとへバス移動

12:00 ～ 12:50 昼食、閉会式

13:00 ～ 14:00 入浴、着替え

14:00 ～ 15:00 入浴後の身体調査（希望者のみ実施）

7 参加料

大人 1,000円（昼食代、保険料、入浴券）

小学生以下 500円（昼食代、保険料、入浴券）

8 対象

全町民

9 定員

40名

10 持ち物

タオル、飲み物、帽子、行動食、入浴用具（希望者のみ）、着替え

11 参加者集約

参加希望者は、6月15日（水）までに苫前町公民館へ申込むこと。

12 周知方法

町内回覧、町内の公共施設にポスター掲示、町ホームページへ掲載。

13 その他

- ・ 集合場所はとままえ温泉ふわっと。古丹別方面参加者は送迎バスを運行。
（古丹別方面：苫前町公民館発 8時40分）
- ・ ウォーキングでは体力に応じたコースを選択。
半周（3.1km）、1周（4.8km）
- ・ ウォーキング終了後、ふわっとにて昼食。
- ・ 事業に関する照会窓口は苫前町公民館。
- ・ ウォーキングプラス入浴がもたらす運動効果の身体調査を実施（希望者のみ）。