

# ふるさとの風と歩くウォーキング大会

公園内に3 km, 5 km, 7 kmに分けたコースを設けます。  
家族やお友達とお好きなコースにチャレンジして下さい。



日時：11月15日（日） 9時～12時（受付8時30分～）  
場所：北薩広域公園  
参加費：無料  
申し込み：当日受付

\* 受付先着100名様に花苗をプレゼントします。

## 内 容

- ・ 看護師による血圧測定後にスタートします。
- ・ ウォーキング終了後に、再度血圧測定をします。
- ・ 健康アドバイスを実施します。

