

舞岡の自然と **おいしいもの** とつかブランド を楽しもう!

運動が苦手な人でも楽しめる!約5km、所要時間約2時間

# スロージョギング<sup>®</sup> de マラニック

歩くスピードでゆっくり走る

マラソンとピクニックを  
かけあわせた造語

試食ができます!  
何が出るかは  
当日のお楽しみ♪



講師 日本スロージョギング協会認定  
アドバンスインストラクター  
前野 彩先生

## 11月30日 SAT

【時間】①10時(9時30分受付)②10時30分(10時受付)

※雨天時、①の方は10時から11時45分(受付9時45分)、②の方は11時から12時45分(受付10時45分)に変更になりますのでご注意ください。

【場所】舞岡公園・舞岡ふるさと村虹の家(戸塚区舞岡町2832)

【対象】戸塚区在住、在勤、在学の小学生から59歳までの方(小中学生のみの参加不可、高校生のみ参加の場合は保護者の承諾を得てください)

【持ち物】飲み物、タオル、箸、動きやすい服装(蜂に刺されないように黒い服は着ないでください)

【注意事項】主催者は応急処置を行います但し責任は負いかねますので体調不良の方はご遠慮ください。公共交通機関でお越しください。更衣室やロッカーはありませんので貴重品は身につけてください。

【申込】10月11日から受付開始。氏名、年齢、郵便番号、住所、電話、メールアドレスを電話、ファクス、二次元コード、または直接区役所6階62番窓口へ。



雨天時は別メニュー♪

戸塚区役所3階  
多目的スペース  
でスロジョグミニ  
講座とおいしいもの  
とつかブランド  
の試食を行います。  
当日の開催確認はコチラ↓  
HP **戸塚区役所**  
で検索  
(当日朝8時以降)

問合せ：戸塚区役所福祉保健課健康づくり係 電話 045-866-8426~7 FAX 045-865-3963