

参加費無料

事前申込制

## ～歩こうかつしか～ 柴又・水元紅葉ウォーキング

### ～寅さんの“柴又”から都内最大級の広さの“水元公園”へ～

「～歩こうかつしか～柴又・水元紅葉ウォーキング」は、水元コース(約5km)、チャレンジコース(約13km)の2コースを、チェックポイントを通過しながら楽しくウォーキングするイベントです！このイベントは、家族連れからご高齢の方まで幅広い年代の方が参加でき、景色を楽しんだり、水元公園の紅葉を楽しんだり、長い距離にチャレンジしてみたいという方に最適です。歩いた後にはイベントの記念に、全員に完歩証と参加賞を贈呈しており、毎年ご好評をいただいております。

### ～新しい生活様式に対応した新たなウォーキングへ～

今回は集団で歩く形式から、地図を配布して各自でチェックポイントを目指しながら、自身のペースでウォーキングを楽しんでもらう形式となります。コース上にはスタッフが配置され、誘導するので安心して参加いただけます。

子どもから大人までが楽しく歩く「～歩こうかつしか～柴又・水元紅葉ウォーキング」にご参加いただき、健康な生活を送るきっかけとしてください。



**日時** 令和2年11月22日(日) 小雨決行  
 午前9時から9時30分 チャレンジコース受付  
 午前10時から10時30分 水元コース受付  
**会場** 江戸川河川敷・柴又公園(スタートゴール)  
 ※水元コースは水元公園解散  
**対象** どなたでも(13kmは小学生以上)  
**コース** 水元コース(約5km)  
 チャレンジコース(約13km)  
 ※上記2コースからお選びください。  
**定員** 各コース150人(応募者多数の場合は抽選)

#### 【申込方法】

- (1) 区ホームページから電子申請にてお申し込みください。
- (2) 所定の申込用紙を入手のうえ、ファクスにてお申し込みください(申込用紙は、奥戸・水元各総合スポーツセンター、温水プール館にて配布しています。)
- (3) 往復ハガキに、参加者全員の①住所②氏名③年齢④電話番号⑤希望コースを明記のうえ、代表者に○印をして下記までお申し込みください。



#### 【締切】11月13日(金)必着

※新型コロナウイルス感染症対策のため、事前申込のみとさせていただきます。



## 葛飾区のランニングステーションをご存じですか？

葛飾銭湯はランナーの皆さまを応援します!!

ランニングステーションは、ランナーがランニング前に荷物を預け、走った後には、シャワーやお風呂を利用することができる施設です。休日や仕事前・仕事後に是非ともご利用ください。  
 ※ご利用料金は各公衆浴場・体育施設で発生いたします。※一般の利用者もいるので混雑具合によってはお断りする場合がございます。



### ランニングコース

- コース1 大場川～水元公園コース(7.3km)
  - コース2 水元公園コース(8.0km)
  - コース3 中川上流コース(5.6km)
  - コース4 にいじゅくみらい公園コース(1.1km)
  - コース5 荒川河川敷コース(14.5km)
  - コース6 江戸川河川敷コース(14.0km)
  - コース7 曳舟川親水公園コース(4.2km片道)
  - コース8 中川下流コース(14.2km)
- ※コースの詳細はマップをご覧ください。

### 銭湯ランニングステーションの利用方法

- ① 受付に【ランニングステーション利用】と伝える
- ② 入浴料を支払い脱衣所で着替える
- ③ 脱衣所ロッカーの鍵を受付に預け、番号札をもらい外出
- ④ ランニング・ウォーキングへ
- ⑤ 外出から戻ったら受付に番号札を返却し、ロッカーの鍵を受け取る
- ⑥ 入浴・解散



区内体育施設、ランニングステーションにて配布しています。



※各銭湯で営業時間が異なりますので、HPをご確認ください。

申込み・問い合わせ先

〒124-0022 葛飾区奥戸7-17-1 奥戸総合スポーツセンター体育館内 生涯スポーツ課 事業係  
 TEL (3691) 7111 FAX (5698) 1752