



日時: 2024年11月10日 日曜日 10:00~14:25頃終了予定

会場: 高尾山自然公園 疎林の広場 (大分市横尾)

参加費無料

◆ 内容 ◆ ※ 少雨決行

① 自然の中で楽しく運動♪
高尾山ウォーキング大会

いくつかのチェックポイントを巡る自然を感じながら歩けるコースです



② 健康グッズが当たる
大好評！お楽しみ抽選会



昨年の様子

- ◎参加条件：大分建労の組合員及び同居家族の方
- ◎募集人数：先着 100 名
- ◎申込方法：下記の参加申込書を記入し組合事務所へ提出 (FAX・郵送可)
- ◎服装：動きやすい服装、運動靴
- ◎持ち物：保険証、タオル、飲み物、雨具、帽子など
- ◎申込先・お問合せ先
- ≪大分事務所≫
〒870-0921 大分市萩原 1 丁目 7-13
TEL:097-556-1835 FAX:097-556-1834
- ≪別府事務所≫
〒874-0933 別府市野口元町 2 番 35 号
TEL:0977-73-4600 FAX:0977-73-4601
- ≪県北出張所≫
〒871-0024 中津市中央町 1 丁目 4 番 24 号
TEL:0979-62-9911 FAX:0979-66-9912

◎申込締切 2024年9月30日(月)必着

◆ プログラム ◆

≪午前の部≫		≪午後の部≫	
受付	9:30 ~ 10:00	昼食	12:00 ~ 13:00
開会式	10:00 ~ 10:15	大抽選会	13:00 ~ 14:15
ウォーキング	10:15 ~ 12:00	閉会式	14:15 ~ 14:25



◆ 雨天等で中止の場合は電話連絡をします

雨天等で中止の場合は、組合事務所の電話もしくは役員の携帯電話から、参加者へ電話連絡をしますので、必ず電話に出るようにして下さい。
なお、申込書には必ず連絡が取れる携帯番号をご記入下さい。

≪健康体力づくり教室 参加申込書≫

≡ 切り取り線

保険証の記号番号		(記号) 90-440 _____ (番号) _____		所属支部 _____ 支部		**書記局記入欄**
※必須※ 組合員氏名	参加者氏名	生年月日・年齢	弁当の確認 いずれかに○	住所・携帯番号		受付日: 組合員No. No. _____
	_____ 男・女	昭・平 年 月 日 (歳)	大人用 不要	〒 _____ 住所: ※当日連絡可能な携帯番号を記入してください		中建資格 有 無
	いずれかに○ ⇒ 参加・不参加			TEL: _____		
参加者氏名	_____ 男・女	昭・平 年 月 日 (歳)	大人用 子ども用 不要	◎注意事項◎ ・治療中の方は医師に相談の上ご参加ください。 ・会場には荷物預り場所を用意しておりませんのでお荷物・貴重品は各自管理してください。 ・万一事故が発生した場合、主催者が加入している傷害保険の範囲以内での対応となります。 ・会場ではできる限りの応急処置は致しますが、それ以上のことはできませんので、ケガなどにはくれぐれもお気を付けください。 ・ペット同伴での参加はご遠慮下さい。		中建資格 有 無
	_____ 男・女	昭・平 年 月 日 (歳)	大人用 子ども用 不要			中建資格 有 無
	_____ 男・女	昭・平 年 月 日 (歳)	大人用 子ども用 不要			中建資格 有 無

~~ 会場のご案内 ~~

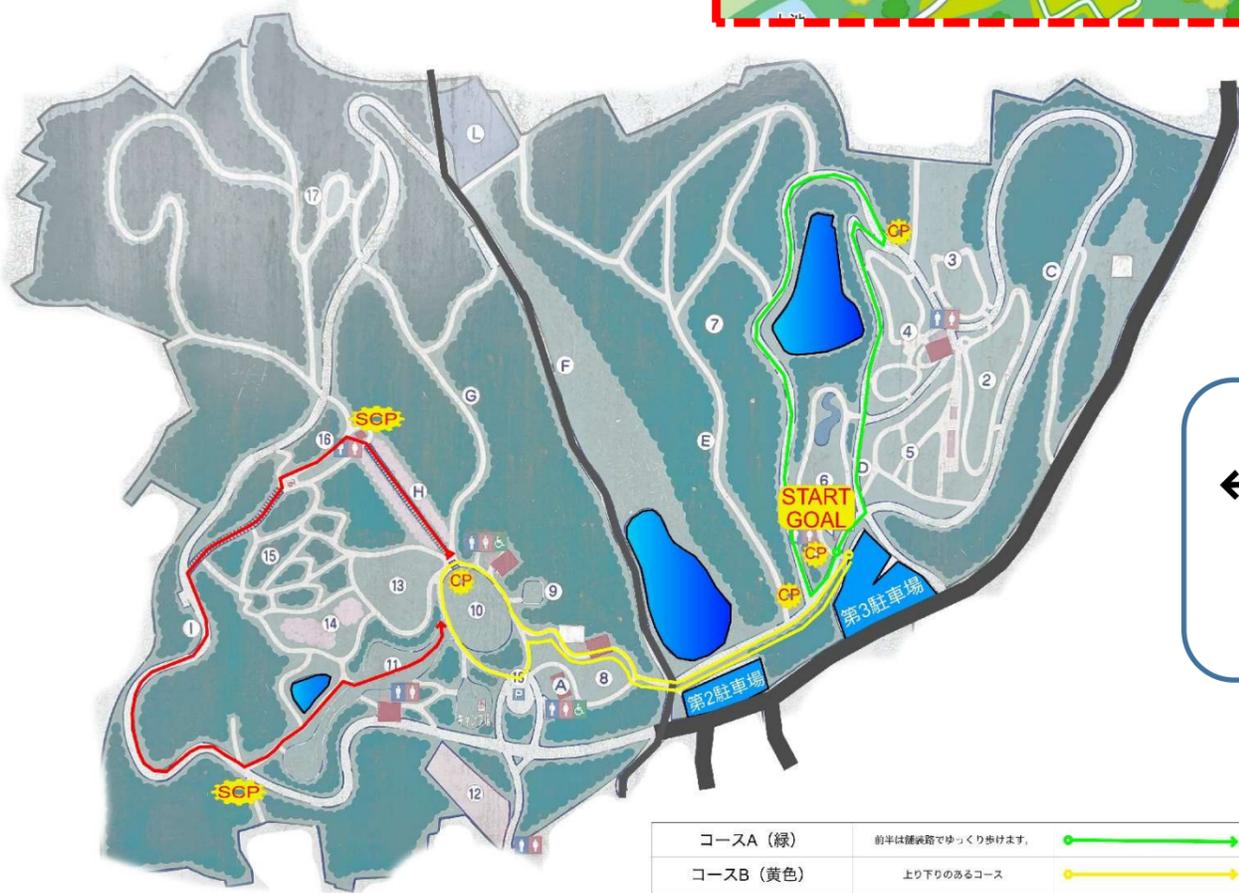
集合場所：高尾山自然公園 疎林の広場（大分市横尾）



疎林の広場
集合場所はコチラ



9 365歩の階段
高尾山の頂上までふれあい広場から365歩の階段で一気に登れます。



コースA (緑)	前半は舗装路でゆっくり歩けます。	
コースB (黄色)	上り下りのあるコース	
チャレンジコース (赤)	365歩の階段を登ります	

←← コース内容
仲間みんなで
楽しい1日にしようね♪

