

西宮市民毎日歩こう走ろう会

下記の拠点を参考に、いつものコースや初めてのコースなど、
ご自身の体力・健康状態にあわせて、楽しく運動を！

※交通量の多い場所もありますので、安全には十分注意して下さい。

	コース名	温湿度計設置場所		コース名	温湿度計設置場所
1	流通東体育館コース	流通東体育館	14	北甲子園口市民館コース	北甲子園口市民館
2	塩瀬体育館コース	塩瀬体育館	15	中央体育館分館コース	中央体育館分館
3	生瀬市民館コース	生瀬市民館	16	夙川公民館コース	夙川公民館
4	船坂公会堂コース	船坂公会堂	17	夙東市民館コース	夙東市民館
5	神呪寺境内登山道口コース	神呪寺境内登山道口	18	西宮浜公民館コース	西宮浜公民館
6	越木岩神社境内コース	越木岩神社境内	19	用海公民館コース	用海公民館
7	北夙川体育館コース	北夙川体育館	20	春風公民館コース	春風公民館
8	六軒市民館コース	六軒市民館	21	今津体育館コース	今津体育館
9	甲東公民館コース	甲東公民館	22	学文公民館コース	学文公民館
10	甲武体育館コース	甲武体育館	23	鳴尾公民館コース	鳴尾公民館
11	門戸厄神境内コース	門戸厄神境内	24	浜甲子園団地中央広場コース	浜甲子園団地中央広場
12	中央体育館コース	中央体育館	25	浜甲子園体育館コース	浜甲子園運動公園
13	高木公民館コース	高木公民館	26	鳴尾体育館コース	鳴尾体育館

○上記の設置場所にある温湿度計の記録を各自で会員証に記入して下さい。

○会員証の交付場所については、西宮スポーツセンター及び西宮市立体育館、
上記の公民館・市民館にて配布しています。

○温湿度計の不備（故障等）がありましたらご連絡下さい。

☆☆☆西宮市民 毎日歩こう走ろう会のルール☆☆☆

- ・ご自宅と上記設置場所との往復のコース（※）を各自で自由に設定してください。
- ・会員証にその日の温湿度計の記録をご自身で記入してください。

※コース設定の目安：1.5km～2km以上、汗ばむ程度

- ・記入完了の会員証を西宮スポーツセンターに持参又は送付して下さい。

☆☆西宮市のシンボル甲山の標高（309m）にちなんで、309回達成者には
努力賞として記念バッジを贈呈致します。（1545回・3090回達成者にも贈呈）

問合せ・会員証送付先

公益財団法人 西宮スポーツセンター

〒662-0861 西宮市河原町 1-24 TEL 0798-73-7581