

「牧の里・里山コース 楽しくラン&ウォーク」開催のご案内

牧の里楽しく走ろう会

拝啓 早春の候、皆様におかれましては益々ご清祥のこととお慶び申し上げます。

さて、皆様のお蔭様をもちまして、我々「牧の里楽しく走ろう会(通称:楽走会)」は今年で結成22年目を迎えました。

当会の毎年のイベントとして行ってきた「楽しくラン&ウォーク」は、今年も我々の「普段の練習の拡大版」として、皆様に素晴らしい里山コースを堪能して頂く形で以下の要領にて開催致します。コース途中にある「大榎木」は、現在NHKで放映中の朝ドラ「花子とアン」のロケ地となっています(撮影記念碑あり)。どうぞ、ご覧下さい。

走り、歩いた後にお弁当と飲み物のみの「シンプル」な懇親会を予定しておりますので、多くの皆様の「練習会」・「懇親会」へのご参加をお待ちしております。

敬具

***** <開催要領> *****

1. 開催日: 5月31日(土) (※雨天の場合は、6月1日(日)へ順延)
2. 集合場所: 印西市小林大門下 調整池 (JR成田線小林駅から徒歩10分)
3. コース: 牧の里 里山コース 1周約10km(詳細次頁参照)
4. スケジュール:

9時と10時の二回に分けてスタートします。懇親会開始時間(12時頃)にゴールできるよう、各々のラン&ウォークの距離・時間に合わせてスタートをお願いします。

9:00スタート(目安:20~30kmのラン、20kmのウォーク)

10:00スタート(目安:10~20kmのラン、10kmのウォーク)

12:00頃 懇親会開始(場所:南町内会集会所)

14:00頃 懇親会終了

■注意事項■

本練習会で怪我、事故等が発生した場合には各人の責任においてご対応頂きますようお願い申し上げます(スポーツ保険未加入のため健康保険証を必ずご持参下さい)。

5. 参加費:

一般(男性) :2000円

一般(女性) :1500円

高校生以下 :1000円

参加費に含まれるもの:お弁当代、飲み物代(含、アルコール類)

(※練習のみの参加の場合は参加費無料)

6. お申し込み方法

以下のいずれかの方法にてお申し込み下さい。また、お申し込みの際は、氏名、性別、住所、年齢、スタート時間、連絡先電話番号、懇親会参加可否を御知らせ下さい。

- ①インターネット: yuharamnkk@kpa.biglobe.ne.jp
- ②以下の「お問い合わせ先」に電話連絡
- ③お近くの牧の里楽走会会員に直接連絡

7. 申込締切: 5月23日(金)

8. お問い合わせ先:

油原正美(ユハラ・マサミ) Tel:090-4240-8058

入江信雄(イリエ・ノブオ) Tel:090-9373-8036

以上」

「楽しくラン&ウォーク」コース見取り図

NHK 朝ドラ
「花子とアン」4/16放送分
花子が山梨の実家から東京の
女学校へ戻るシーン

