

# 『みなとでスロージョギングを楽しむ会』

## 【第43回記録】

(「昔は港の一部だった大濠公園を夕暮れ時に走ろう」コース)

### 1. 開催日

平成28年 8月 13日(土) 19:00～

### 2. スケジュール

19:00 大濠公園(スターバックス前)に集合  
開会式 大谷実行委員長挨拶  
19:05 準備体操  
19:10-20:00 スロージョギング  
20:00 整理体操  
20:10 大濠公園(ボート乗り場前)で解散

### 3. 参加者

第43回 参加者合計 10名

### 4. スロージョギング第43回 記録写真

○集合場所大濠公園の様子



○開会式 準備体操 S Jの様子 整理体操



5. まとめ

第43回みなとS J「昔は港の一部だった大濠公園を夕暮れ時に走ろう」コースを走りました。S J参加者10名は、集合場所「大濠公園（スターバックスコーヒー前）」に今回は夏の日差しや高温を避けるために夕暮れ時の19時に集まり開会式を行いました。初めに大谷実行委員長のあいさつがあり、続いて準備体操を行い、スロージョギングをスタートしました。日が落ちる時間帯でも安全に走れるよう大濠公園周回コースをそれぞれのペースで2、3周走り、20時頃「大濠公園ボート乗り場前」をゴールとして整理体操を行い20時10分に解散となりました。

今回は集合時には大濠公園上に浮かぶ夕日を眺めることが出来ました。また、ちょうど流行っていたスマホゲームに興じる人々の様子もうかがえました。酷暑、猛暑の続く日々でしたが、夕暮れどきに大濠公園の心地よい風が吹くコースを気持ちよく走ることが出来ました。

次回は9月10日（土）開催予定です。