

『みなとでスロージョギングを楽しむ会』

【第55回記録】

(『夕暮れ時、市民のオアシス「大濠公園」をゆっくり走ろう』コース)

1. 開催日

平成29年 8月 12日(土) 19:00～

2. スケジュール

19:00 大濠公園「能楽堂」前集合
開会、準備体操
19:10-19:50 スロージョギング
20:00 整理体操、解散

3. 参加者

17名

4. 集合写真



5. まとめ

第55回みなとS J『夕暮れ時、市民のオアシス「大濠公園」をゆっくり走ろう』コースを走りました。S J参加者18名は、集合場所「大濠公園”能楽堂”前」に19時00分に集まり開会式を行いました。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。今回は大濠公園周回コースということで参加者それぞれで1～3周(2～6km)を走り、整理体操を行い20時に解散しました。

普段より開催時間を少し遅らせたことで、真夏の日差しを避けた中、大濠公園コースを心地よく走ることが出来ました。

次回は9月9日(土)開催予定です。