

第101回 秋のすぎなみ区民歩こう会

でっかい富士山のふところへ

東海自然歩道！朝霧高原から田貫湖

2019年 10月27日(日)雨天決行



集合場所 杉並区役所前（中杉通り側）午前7時30分出発
解散場所 杉並区役所前 午後6～7時頃
参加費 3,800円（バス代・傷害保険など）
定員 全コース200名（抽選）
対象 区内在住、在勤、在学で全行程を歩ける方（小学生以下は保護者同伴）
持ち物 弁当、飲み物、雨具、ウォーキングシューズで

◇健脚コース（約12km・4時間30分）アップダウンの山道、冠水場所(2cm位)あり

毛無山登山者臨時駐車場スタート→麓の吊り橋→猪之頭公園（昼食）→陣馬の滝
→遠照寺→小田貫湿原→田貫湖入口→左回り→南側キャンプ場

◇ウォーキングコース（約7.5km・3時間）冠水場所(2cm位)あり

猪之頭公園→陣馬の滝→遠照寺→小田貫湿原（昼食）→田貫湖入口→左回り
→南側キャンプ場

☆2つのコースから体力に合わせてお選びください（申し込み後のコース変更は不可）

<申込方法> 通常はがき（往復ハガキ使用不可）に「秋のすぎなみ区民歩こう会」と明記して、希望コース・参加者全員の氏名（フリガナ）・性別・年齢・郵便番号・住所・電話番号を記入し同一コースであれば4名まで連記可、代表者に○を付けて下記の宛先へ。

または（公財）杉並区スポーツ振興財団HPより申込。

<https://sports-suginami.resv.jp/>

《締め切りは10月4日（金）当日消印有効》



<申込み先・問合せ先> （公財）杉並区スポーツ振興財団 「区民歩こう会係」
〒166-0004 杉並区阿佐谷南1-14-2 みなみ阿佐ヶ谷ビル8階
☎ 03-5305-6161（平日9時～17時）



主催：公益財団法人杉並区スポーツ振興財団

後援：杉並区

主管：すぎなみ区民歩こう会実行委員会