

教室参加については、三種町保健センター（0185-83-5555）までお電話ください。

日中ウォーキング・教室等 開催 スケジュール表

2025年 8月

日	月	火	水	木	金 1	土 2
						日中ウォーキング (森岳温泉石倉山コース) 午前9時集合
3	4	5	6	7	8	9
	日中ウォーキング (琴丘クアの古道コース) 午前9時集合			日中ウォーキング (琴丘クアの古道コース) 午前9時集合	釜谷浜サンセットウ ォーキング (釜谷浜サンセットコー ス) 午後6時集合	日中ウォーキング (森岳温泉石倉山コース)
10	11	12	13	14	15	16
日曜ウォーキング 【ガイド付き】 (釜谷浜サンセットコース) 午前9時集合	日中ウォーキング (琴丘クアの古道コース) 午前9時集合			日中ウォーキング (釜谷浜サンセットコース) 午前9時集合		日中ウォーキング (琴丘クアの古道コース) 午前9時集合
17	18	19	20	21	22	23
日曜ウォーキング 【ガイド付き】 (釜谷浜サンセットコース) 午前9時集合	日中ウォーキング (琴丘クアの古道コース) 午前9時集合			温泉エクササイズ教室 (クアオルト浴室) 午前10時～11時 日中ウォーキング (釜谷浜サンセットコース) 午前9時集合		日中ウォーキング (森岳温泉石倉山コース) 午前9時集合
24	25	26	27	28	29	30
	日中ウォーキング (琴丘クアの古道コース) 午前9時集合	楽しく貯筋体操教室 (クアオルト運動室) 午前10時～11時		日中ウォーキング (釜谷浜サンセットコース) 午前9時集合		日中ウォーキング (森岳温泉石倉山コース) 午前9時集合
31						

釜谷浜サンセットウォーキングを開催します。

三種町クアオルト研究会では、夕日が沈む時間帯に合わせてウォーキングイベントを開催します。日本海に沈む夕日を見ながらウォーキングを楽しんではいかがでしょうか。日が沈んだ後は、サンドクラフトinみたねで製作された砂像のライトアップも楽しむことができます。
是非ご参加ください。

- とき 令和7年8月8日 午後6時集合 ※小雨決行
- ところ 釜谷浜海水浴場炊事場集合（釜谷浜サンセットコース）
- 持ち物 運動しやすい服装、タオル、飲み物
- 参加料 無料
- お問い合わせ先 三種町クアオルト研究会事務局（鎌田） ☎090-6454-7371