

らくさぽと歩こう

9月

らくさい健康

ウォーキング



おいしい空気をすって、秋を見つけながら健康に！

9 / 30
〔水〕

日時

9月30日（水）

9時30分～11時45分ごろ

（受付 9時15分から）

コース

ニュータウン秋先取りコース（約3km）

集合

洛西支所正面玄関前

※8時30分時点で雨天の場合は中止

対象

京都市民で、医師から運動制限を受けていない、かつ未舗装の道路の歩行に不安のない方

申込

当日集合場所にて受付

持ち物

動きやすい服装、飲み物、タオル、帽子