

みんなで作ろう！健康とくしま県民運動

# ウォーキング ステーション



**とき** 毎月第2・第4金曜日  
18:00～20:00 ※受付締切19:30

(お盆期間中は休み)

**受付** 徳島中央公園 鷺の門前

**コース** 徳島中央公園を周回するコース1周2km

参加料: 毎回100円(保険料等)

“事前申込み不要”

自由参加・自由歩行型  
参加者自身で歩行距離・歩行時間を  
自由に決めていただけます

歩数計を貸し出します  
(先着25名)

何歩歩いたか確かめましょう！

25周・50周・100周達成者に  
素敵な記念品を用意しています

スタンプカードを発行  
1周ごとにスタンプが  
2個たまります

主催: みんなで作ろう！健康とくしま県民会議  
連絡先: NPO法人徳島県ウォーキング協会  
088 - 656 - 3636



今日も元気に  
歩かな損々  
健康とくしま運動