

ウォーキングイベント in 安曇野



専門家による
「歩くためのカラダづくり」 &
「効果的なウォーキング」講座
を開催します。
かっこいい歩き方を身につけて
楽しく歩きましょう！

<大会概要>

開催日時：令和7年3月1日（土） ※雨天決行

10:00～14:00 ※ゴールした方から解散（受付9:30）

スタート&ゴール：スイス村サンモリッツ（駐車場完備）

内容：①美しい歩き方を学んで“歩く”を“運動”に変えるウォーキングレッスン。

②其々のペースでアルプスの山々や湧水の川を眺めながら、ウォーキング。

6kmまたは8kmのコースを選べます。

目安の時間：約2時間程度（途中観光も可能です）

※コース内30分以内にお手洗いがある安心のコース

定員：100名

参加費：無料 参加賞としてお飲み物プレゼント

申込方法：組合ポータルサイト「MY HEALTH WEB」から

参加申込の登録をしてください。



<みどころポイント>

- ・人気の観光地「大王わさび園」がコース内に！わさびソフトクリームやわさびコロケなど手軽に食べられるスナックもあります。
- ・NHK連続テレビ小説の舞台を味わえる
- ・日量70万トンもの湧水量を誇る透き通った湧水

