

日本橋アウトドア部よりお知らせ

日本橋アウトドア部の2024年8月以降の活動予定表です。参加ご希望の方は支部事務局またはアウトドア部三ヶ尻（みかじり）までご連絡ください。

✉ mikajiri@omise.in

【毎月月例練習会】

毎月第3木曜日(祝日の場合はその前日)2024年8月22日（8月だけ第4週）、9月19日。
8月9日も浜町ととけんというサウナ併設施設を利用します。浜町ととけん前18：30集合。
ランニングは自信ないよという方、まずはウォーキングからご参加ください。

【2024年8月～2024年10月活動予定】

下記予定しておりますが、新型コロナウイルスや天候などにより中止や延期になる場合があります。また下記以外に追加イベントも開催予定です。

支部ホームページや下記facebookに随時掲載していきます。

<https://www.facebook.com/groups/1192679224200208>

日本橋アウトドア部のyoutube作成しました。先日の高尾山登山の様子をアップしております。

<https://youtu.be/J3bZ156KZVQ>

イベント参加費は②以外は無料、飲食代は各自負担となります。

- ① 2024年9月16日（月・祝）
『福士加代子さんと走る皇居ランニング（仮）』
オリンピックでマラソン4回出場したあの福士加代子さんを招いて、一緒に皇居ランニングします。準備体操、体の使い方、終わってからのケアなども教わりたいと思います。
ランニング終了後には、近くで一緒にランチをしながらいろいろなお話を聞きたいと思います。オリンピック裏話が聞けるかも？
なお、このイベントに限り参加費一人2,000円ご負担いただきます。ランチ代は別途かかります。
ランニングはどうしても無理という方は、皇居外苑前をウォーキングでご参加ください。
締め切り 8月30日（定員20名）
- ② 2024年9月の土曜日（7、14、21、28日のどれか予定）
隅田川テラスランニングまたはウォーキング、その後バーベキューを浜町のスポーツセンターバーベキュー場で行います。
日程は抽選となりますので確定次第お知らせします。
バーベキュー代は実費負担。
締め切り 9月5日
- ③ 2024年10月9日（水）14：30スタート
『日税ランニングフェスティバル in 国立競技場』
日税グループ創立50周年記念として、国立競技場を貸し切って駅伝・リレーマラソン・ウォーキングの3種目が開催されます。参加費は無料です。ゲストは川内優輝さんとM高史さん。
詳細は下記HPご参照ください。
<https://nichizei-marathon.com/>
締め切り 9月17日

