



# 国営越後丘陵公園

ご家族、お子様も  
参加者  
大募集!

## ウォーキングセミナー

### 秋のバラ、コスモス、花を見て歩こう!



# 10月6日(土)

9:30 越後丘陵公園  
ウェルカムゲート前 受付開始  
※小雨決行予定

#### 参加申込方法

注意事項をご確認の上、お電話にてお申度ください。  
お申込の際は、下記の内容をお伝えください。

- お名前
- 年齢
- 郵便番号
- ご住所
- 電話番号
- 参加希望人数

#### 【スケジュール】

- 9:30 越後丘陵公園  
ウェルカムゲート前 受付開始
- 10:00 開会式 (日よけドーム)
- 10:15 ウォーキング開始 全長約 5km (約 1 時間)  
バラやコスモスの彩り豊かな自然をご覧ください
- 11:15 ウォーキングゴール  
健康セミナー (花と緑の館ホール)
- 12:00 越後丘陵公園にて昼食  
お弁当配布後、解散  
※入園料が含まれておりますので、  
閉園までお楽しみいただけます

#### 【募集要項】

- 参加費 お一人様 1,500円 ※昼食・入園料・傷害保険料込み  
お支払いは当日となります  
※中学生以下はお一人様 1,000円となります
- 対象者 健康上問題なく、長距離の坂道を歩ける方 (子供も可)  
会員のご家族も参加できます
- 定員 先着 50名様 ※応募者多数の場合は抽選
- 締切 9月26日(水)まで

#### 注意事項

- ・マナーを守り、他の参加者の迷惑にならないように気をつけましょう。
- ・参加者は、各自健康上に問題がなく、当日は体調を整えたくてご参加ください。
- ・事故、ケガに関しましては、全て自己責任での対応になります。その場での応急処置などを行いますが、主催者は一切の責任を負いかねます。
- ・なお、申込をもちまして誓約書とさせていただきます。

お問い合わせ / お申し込み



タニタカフェ TEL.0258-86-7867 受付 / 10:00~17:00

〈主催〉長岡市 〈協力〉悠久山栄養調理専門学校