

# 2025 年度 びばいすこやかウォーキング

## ～おいしい空気のまちびばいでからだに優しいウォーキングをしよう～



### 【日程・コース】

| 日程       | 時間                 | 集合場所       | コース                      | 持ち物                                              |
|----------|--------------------|------------|--------------------------|--------------------------------------------------|
| 5月9日(金)  | 受付<br>9:30         | 旭公園        | 公園散策コース(4~5 km)          | 飲み物<br>タオル<br>帽子<br>マスク<br><br>歩きやすい服装や靴でご参加ください |
| 6月6日(金)  | スタート<br>10:00      | ツルハ裏<br>東屋 | アルテピアッツァ美唄コース(7~8 km)    |                                                  |
| 7月4日(金)  | 終了<br>11:30        | 旭公園        | DAIMA GARDEN コース(3~4 km) |                                                  |
| 8月1日(金)  | (コース・<br>内容により変更有) | 旭公園        | 公園散策コース(4~5 km)          |                                                  |
| 9月5日(金)  | 雨天中止               | ツルハ裏<br>東屋 | 東明桜並木コース(7~8 km)         |                                                  |
| 10月3日(金) |                    | 旭公園        | 公園散策コース(4~5 km)          |                                                  |

※ノルディックポールの利用・体験できます。希望の方はお声かけください。

美唄市運動推進員が市民の皆様の安心・安全なウォーキングをサポートします  
(保健センタースタッフがセンター内で救護待機しています)。



健康を応援する運動推進員キャラクター「び〜助」

お問合せ：美唄市保健センター (電話) 62-1173