

2018年度「20日ならウォーク」日程表



奈良市ポイント制度
対象事業

毎月20日は健康・快適ウォーキング！

奈良市運動習慣づくり推進員協議会

申込は健康増進課まで

月	曜日	タイトル	コース	集合場所	解散場所	距離
4	金	名刹を巡りて 佐保川の桜並木	近鉄西ノ京駅－薬師寺－柏木公園－大安寺－ 佐保川－芝辻町四丁目緑地	近鉄西ノ京駅 9:15	近鉄新大宮駅 11:00	7
5	日	奈良原始林コース	県庁前－浮見堂－滝坂の道－首切地藏－ 春日山遊歩道－春日大社－県庁前	県庁前奈良公園 9:15	県庁前奈良公園 12:00	9.5 健脚
6	水	秋篠川沿いを 高の原へ	大淵池公園西地区－秋篠川－龍王神社－ 平城中山バス停－平城小学校－東大寺学園－ 平城浄化センター公園	大淵池公園 西地区 9:15	近鉄高の原駅 11:00	7
7	20日ならウォーク・にこにこ奈良ごはん合同イベント 7月21日(土)【ウォーキングサマーフェスティバル～頭とカラダで親子対決!!～】					
8	休み					
9	木	奈良公園見所 たっぷり	県庁前－依水園－正倉院－大仏殿－ 春日大社－ささやきの小径－浮見堂－ 猿沢池－興福寺－県庁前	県庁前奈良公園 9:15	県庁前奈良公園 11:00	6.5
10	土	北・山の辺の道	県庁前－新薬師寺－白毫寺－円照寺－ JR帯解駅	県庁前奈良公園 9:15	JR帯解駅 12:30	10 健脚
11	火	若草山眺望	【参加費200円(若草山入山料込み)】 県庁前－若草山登山道－山頂－ 春日山遊歩道－県庁前	県庁前奈良公園 9:15	県庁前奈良公園 12:00	8.5 健脚
12	木	唐招提寺から京終 のんびりコース	近鉄西ノ京駅－薬師寺－唐招提寺－岩井川－ JR京終駅－奈良町－県庁前	近鉄西ノ京駅 9:15	県庁前奈良公園 11:30	8.5
1	日	奈良古道を歩く	県庁前－一の鳥居－高畑町－白毫寺－ 新薬師寺－福智院－十輪院－元興寺－ 県庁前	県庁前奈良公園 9:15	県庁前奈良公園 11:30	7.5
2	水	世界遺産・ 歴史道 を歩く	近鉄西ノ京駅－九条公園－羅城門跡－ 稗田環濠集落－売太神社－外堀緑地公園－ 三の丸緑地公園	近鉄西ノ京駅 9:15	近鉄郡山駅 11:30	8.5
3	水	大仏鉄道 遺構めぐり	JR加茂駅－観音寺橋台－梶ヶ谷橋台－ 赤橋－井関川隧道跡－鹿川隧道跡－ ならでんフィールド(鴻ノ池陸上競技場)	JR加茂駅 9:15	ならでんフィールド (鴻ノ池陸上競技場) 12:00	9.5 健脚

[注意：連絡事項]

- 1、集合時間、解散時間は当日の状況により変わる場合があります。
- 2、参加申込みはTEL・FAX・ハガキ・ホームページの電子申請にて開催日の3日前まで健康増進課で受付します。(当日、受付可)
- 3、毎回、お一人様100円の参加費を頂きます。(保険、事務費等)
- 4、年間参加受付はせず、当日に次回申込を受付します。
- 5、開催の可否は開催日前日の17時30分、天気予報で奈良県北部の午前の降水確率が50%以上(含む50%)の場合は中止します。
詳しくは、前日18時以降にテレドーム(0180-997-002)で確認して下さい。
- 6、各月の実施内容は「しみんだより」に掲載されています。

毎回
申込みが
必要です

《お問合せ・申込み先 奈良市健康増進課 電話 34-5129 FAX 34-3145》