

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-梶ヶ谷隧道- 赤橋-井関川橋梁跡- 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》