運動普及推進員と一緒に、楽しみながら運動習慣を身に付けましょう

つくばウォークの日



つくば市イメージキャラクター
フックン船長

参加申し込み不要・参加無料

2027年

1/24（日）

■ **集合場所**　つくば市役所本庁舎
芝生広場〔研究学園1-1-1〕

■ **受付時間**　9:00～9:15

コース

出発 9:30

○研究学園西コース（約5km）
つくば市役所▸研究学園駅前公園▸学園南公園▸つくば市役所

○ショートコース（約2.5km）
つくば市役所▸研究学園駅前公園▸つくば市役所

▲詳細はこちら

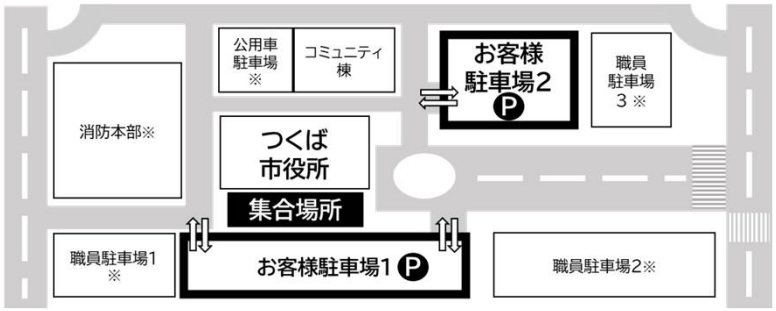
持ち物

歩きやすい服装・飲み物・マイナ保険証または資格確認書・タオル・雨具・帽子
※安全のため、ウォーキング用ポールの使用はできません。

◆体調が悪い時は参加を見合わせてください◆

天候などの状況により、直前に中止となる場合があります。最新の状況は、当日連絡先にご連絡ください。
今後の予定などは、広報つくば・チラシ・市ホームページにてお知らせします。

■ 集合場所・駐車場のご案内



ウォークに参加すると、
茨城県公式アプリ
「元気アップ！リいばらき」
のポイントが貯まります。

android版　iPhone版

つくば市健康増進施設いきいきプラザ
電　　話：029-864-5089（土日祝を除く9:00～17:00）
当日連絡先：090-9241-1823（当日午前7:00～9:30）
※合理的配慮が必要な方はお問い合わせください。