



令和6年度まつそのスポーツクラブアウトドアプログラム
まつスポコミュニティ Bus で行く



「みちのく潮風トレイル早春ウォーキング」

①令和7年3月14日(金) 健康増進と
こころのリフレッシュ

ルート:本州最東端

ウォーキングガイド:まつそのスポーツクラブ 板垣 敬重

鮎ヶ崎灯台コース 約8km (宮古市)

参加費:4,500円(交通費込み)※まつスポ会員 3,000円

白亜の灯台と太平洋の大海原で開放感抜群!

～ここでしか体感できない醍醐味～

本州最東端の地! 鮎ヶ崎を満喫!

②令和7年3月28日(金) 健康増進と
三陸地域の復興支援

ルート:奇跡の一本松

ウォーキングガイド:まつそのスポーツクラブ 板垣 敬重

高田松原津波復興祈念公園周回コース

約7.5km (陸前高田市)

参加費:4,500円(交通費込み)※まつスポ会員 3,000円

震災遺構を巡りながら、

東日本大震災を教訓に防災意識を高め、

道の駅で陸前高田の応援

参加についてのお願い:8km程度の歩行に不安のある方や、何らかの持病等をお持ちの方は、
事前にかかりつけ医等にご相談のうえお申込みください。

【各回共通】集合時間 7:00 集合場所 松園中央公園

定員 20名 ※最少催行人員 10名 予約制(先着順)

※小雨決行、雨具・丈夫なウォーキングシューズ・昼食・水分補給水・タオル等は事前にご用意願います。

※ノルディック(ポール)ウォーキング参加大歓迎!(ポール貸出可)

お申込み:まつそのスポーツクラブホームページ

<https://matsuspo.net>

お問い合わせメールアドレス head@matsuspo.net

申込締め切り:①コース3月10日 ②コース3月24日

【主催】NPO法人まつそのスポーツクラブ Tel&Fax:019-663-9280

【事務局】〒020-0103 岩手県盛岡市西松園3丁目19-4「松園テニスコート」内