

「2023年7月 ぐんま赤城山マラニック」参加案内

赤城山と温泉の旅、一緒に楽しみましょう

・初心者、お一人様大歓迎です ・ランニングコースとウォーキングコースを設けます

●開催日 2023年7月30日(日) * 荒天の場合は中止です

●集合時間と会場

・ランニングコース ウォーキングコース

9:40 JR新前橋駅改札

推奨列車：上野 7:33 発 新前橋 9:38 着 在来線 1,980 円

協力車両で移動

10:30 国立赤城青少年交流の家着

●コース

・ランニングコース

10:50 スタート 赤城山(鍋割山)山頂コース

距離 4.5km(3km舗装道 1.5kmトレイル)

・ウォーキングコース

10:50 スタート 山麓ウォーキング

国立赤城青少年交流の家の周回クロカンコースも候補

・両コース共通 14:00 国立赤城青少年交流の家 発 協力車両で移動

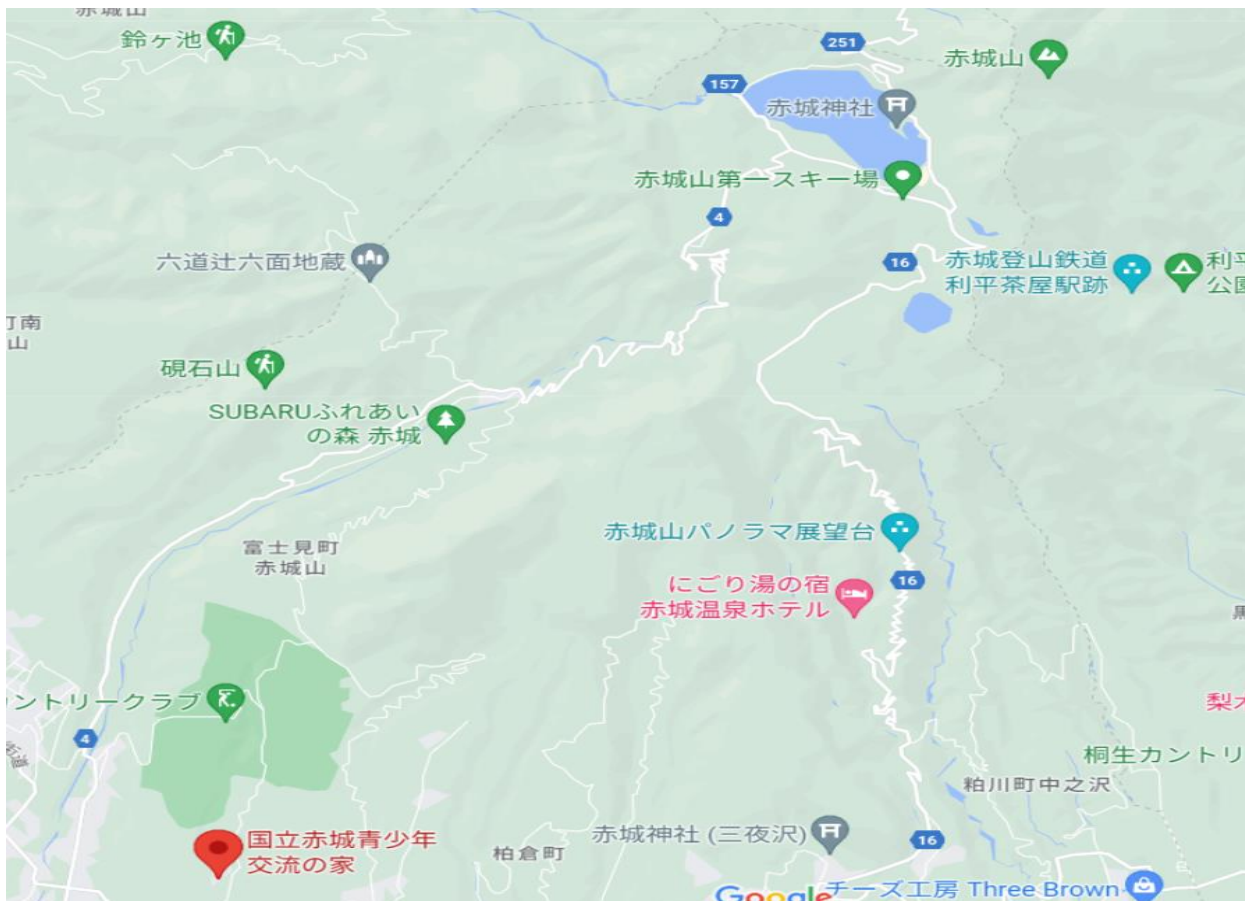
14:10 富士見温泉着 15:00 出発

または

14:30 吉岡温泉着 15:20 出発

15:50 JR新前橋駅 着

推奨列車：新前橋 16:04 発 上野 18:06 着 在来線 1,980 円



●参加費 2,000 円(保険、サポート代ほか) 昼食(登利平 鳥めし弁当 予定)、飲料水付き

・交通費、入浴料(約 500 円)は各自負担願います

●持ち物

走れる歩ける格好、帽子、サングラス、リュックまたはポーチ、小銭、飲み物、防風着、マスク、携帯用手指消毒液 (天候によっては)カッパ 折りたたみ傘 他

・着替え等の荷物は希望される場合、車両で運搬します(貴重品は除きます)

●申込み

ランニングの世界・友の会 近藤美明

family_k.yx3@festa.ocn.ne.jp

下記内容をメールに添えて申込み下さい

- ・お名前 ・メールアドレス ・ご住所 ・携帯電話番号 ・緊急連絡先電話番号
- ・生年月日（傷害保険で使用します） ・希望コース（ランニングまたはウォーキング）

*締切り 7月20日(木)

*お問合せ 090-9859-1949

- ・開催約1週間前にプログラム詳細をお送りします

●お願い

- ・体調不良の場合は無理せずに参加を中止してください
- ・食事中以外はマスク着用をお願いいたします
- ・コロナウイルス感染拡大防止対策にご協力をお願いします
- ・ゴミは各自お持ち帰り下さい

