

JRヘルシーウォーキング 2020

予約
不要!

当日参加
OK!

いつでもウォーク **1ポイントUP**

美しき日本海の眺め、 千望台と黄金岬・留萌ウォーク

開催駅 留萌本線 **留萌駅**

受付時間 **9:00~16:00**

スタート/ゴール **留萌駅**

コース距離 **約 13.0 km**
(3.5時間)



開催期間 **2020年8月1日(土)~
11月27日(金)までの毎日**

カロリー消費 おにぎり 約4.4個分 消費カロリー 約 **745kcal**

注 私有地や、農地、漁場等には、絶対に入らないでください。



参加証明・お客様記入欄

係員記入 留萌駅	お客様記入 会員番号
確認日	

参加証明を受けた後、会員番号空欄部分を必ず、ご記入ください。
会員番号が無い場合、ポイント加算できません。

※参加者の自己責任でご参加ください。参加中のけがや病気・事故につきましては、当事務局は一切の責任を負いかねます。
(万一の場合に備え、健康保険証をご持参ください。)
※道路交通法、交通ルール・マナーを遵守してください。
※コースを示す矢印看板などありません。また巡回スタッフもおりません。
※コース途中で工事や障害等があった場合、参加者の判断で中止、取りやめ、回避・迂回等の対応をしていただきます。
※コース周辺の居住者や近隣住民等の方々に配慮し、迷惑になるような行為は慎みましよう。
※ごみは各自で持ち帰り、処分してください。ポイ捨て禁止!
◆ご参加の前に必ず、JRヘルシーウォーキング2020パンフレットをお読みになってご参加ください。

北海道遺産
Hokkaido Heritage

※「留萌のニシン街道」(留萌地域)は北海道遺産に選定されています。

