

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 栗山公園と美しい丘陵風景、 北の錦酒蔵ウォーク

開催駅 室蘭本線 栗山駅

受付時間 9:00~16:00
※土・祝日の12:00~13:00を除く

スタート/ゴール 栗山駅

コース距離 基本コース
約12.5km(3.0時間)
ショートコース
約7.5km(2.0時間)



開催期間 2020年8月1日(土)~
11月27日(金)までの毎日

参加証明・お客様記入欄

係員記入	お客様記入
栗山駅総合案内所	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。

基本
コース

カロリー消費 おにぎり約4.2個分 消費カロリー 約715kcal

ショート
コース

カロリー消費 おにぎり約2.4個分 消費カロリー 約415kcal

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。



JRヘルシーウォーキング
イメージキャラクター「歩くん」



ウォーキング参加者限定特典

割引特典利用には、当ウォーキングマップを必ずご提示ください。

特典 まちの駅 栗夢プラザ
各種特産品販売と観光案内を行っています。
店内商品500円以上のお買い物で**50円引き**
■営業時間/10:00~17:00 ■定休日/毎週水曜日
■TEL/0123-73-5515

