

2023「鎌倉～江ノ島初詣ラン&ウォーク」

横浜中央走友会 日曜コース部

新春・恒例「鎌倉→江ノ島初詣ラン&ウォーク」が今年も開催されます。

霊峰富士を眼前に湘南ロード134号線を走り、皆で、新年の幕開けをお祝いしましょう！

目的地の江ノ島、会場の岩本楼は明治以来の由緒ある老舗旅館です。ラン&ウォークの後は、お風呂で汗を流し、「横浜中央走友会 2023 年新年会」になります。ランのみで参加することも可能です。

【実施概要】

- ・期日 2023年1月8日(日) 小雨決行
- ・集合 児童公園もしくは、JR鎌倉駅東口改札を出て右手交番前付近 (途中合流も可)
- ・時間 児童公園：午前6時 鎌倉駅：午前9時 江ノ島岩本楼：午前11時
ウォークの方は歩力に合わせて事前出発でお願いします。
- ・距離 鎌倉→江ノ島 約7.5km
- ・装備 伴走車はありませんので、ザックを背負ってのラン・ウォークになります。
- ・会費 **3000円(入浴・食事代込)** 感染対策により多少の変動可能性がある事をご了承ください。
- ・メ切 12/17(土)までに日曜コースリーダー(金井、吉村、溝口)までお願いします。

メール郵送申込：金井慎一郎 〒244-0801 横浜市戸塚区品濃町1803-27-A216 yuuja@silver.ocn.ne.jp

※横浜中央走友会 HP(<http://yokokaze.daa.jp>)の到着情報からも申し込みができます。

【スケジュール】

6:00 児童公園集合/鎌倉駅までランニング(途中合流希望者は、別途ご連絡ください)

9:00 鎌倉駅集合後、若宮大路公園に移動

9:30 ストレッチと集合写真撮影/初詣ラン&ウォークスタート

11:00 江ノ島岩本楼到着/入浴

12:00 新年会開始(コロナ感染等の状況を踏まえ、どのような形式で行うかは調整します)

14:00 新年会終了/現地解散

※ラン・ウォークは交通ルールとマナーを守り、事故・怪我のないようお願いします。

き り と り 線

2022年 月 日

申込書 ランのみ参加・新年会にも参加

氏名		家族参加	
----	--	------	--

※ご家族で参加される場合は、お名前とお子様の年令を家族参加欄にご記入ください。

集合場所(どちらかに)

児童公園・()・鎌倉駅・江ノ島

会費(3000円)

支払済み・未払い(当日)