

2025「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。

靈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 2025 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 2025 年 1 月 5 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をお願いします。
- ・距離 児童公園→鎌倉 約 18 K 鎌倉→江ノ島 約 7 km (ザックを背負ってラン・ウォークになります)
- ・会費 大人 4000 円 (入浴・食事代込) ご夫婦で参加の場合、2 名で 7000 円となります。
子ども 1000 円 (高校生以下、食事不要のお子さまは無料です)

※岩本楼さんにもご努力を頂きましたが、諸経費高騰によりお子さまの参加も会費を頂くとなりました。

- ・〆切 12/22 (日) 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。

メール申込先： 金井慎一郎宛 yuuja@silver.ocn.ne.jp

※横浜中央走友会 HP(<http://yokokaze.daa.jp>)の新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 |
| 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・怪我のないようにお願いします。

きりとり線

2024 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／食事の要否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 大人：4000 円 (夫婦参加 7000 円) ／ 子ども：1000 円

支払済み ・ 未払い (当日)