

『みなとでスロージョギングを楽しむ会』
【第53回記録】
(『博多湾に注ぐ河川「室見川」を楽しもう』コース)

1. 開催日

平成29年 6月 10日(土) 16:30～

2. スケジュール

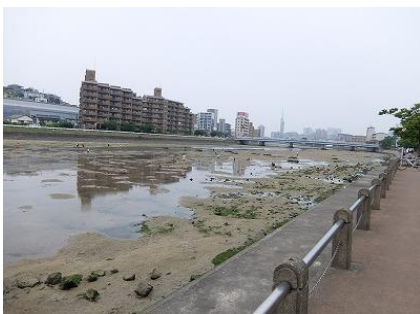
16:30 地下鉄 橋本駅に集合
開会式 山下実行委員長代理の挨拶
16:35 準備体操
16:40-17:40 スロージョギング
17:45 整理体操
17:50 室見川（地下鉄室見駅近く）で解散

3. 参加者

18名

4. 記録写真

○スロージョギングの様子



○集合写真



5. まとめ

第53回みなとS J『博多湾に注ぐ河川「室見川」を楽しもう』コースを走りました。S J参加者18名は、集合場所「地下鉄 橋本駅」に16時30分に集まり開会式を行いました。続いて準備体操を行い、スロージョギングをスタートしました。福岡外環状道路から室見川河川敷に入り、そのまま河口へと進み地下鉄室見駅付近でゴール。整理体操を行い17時50分に解散しました。

今回は梅雨入り間近で蒸し暑さを感じてくる中での開催となりました。今回の室見川のコースは一度河川敷に降りると、堤防の上に登る必要がなく、信号や自動車の往来を気にすることなく安全に走ることが出来て、ところどころにベンチや木陰が配置された体に優しいコースになっていました。博多湾には数多くの大きな河川が流れています。今後も河川コースも取り入れてスロージョギングを楽しんでいただきたいと思います。

次回は7月8日（土）開催予定です。