

お住まいの近くを みんなで歩きませんか？



ウォーキングは、もっとも手軽に出来るスポーツです。
何か、スポーツを始めたいと思っている方にはもってこい！！
運動強度も高くないので、運動が苦手な方にもおすすめです。
まずは、近くのエリアから歩いてみませんか？

「琵琶湖一周健康ウォーキング」のおすすめポイント！！

◆発着地点が、全コースJRの駅

駅前や駅近くの広場に集合していただき、解散もJRの駅やその周辺なので、帰りのアクセスも良く、次の予定も立てやすいと好評です。

◆参加者は、初心者から超ベテランまで

3～4班に分かれて歩きますので、歩くスピードや経験によって、選ぶことができます。

◆1回だけの参加も大歓迎！

琵琶湖一周完歩に挑戦される方も大勢おられますが、1回だけの参加者もおられます。
まずは、試しに一緒に歩いてみましょう。

◆ベテランスタッフが随行し、集団歩行します

コースを熟知し、ウォーキングの経験豊富なスタッフを多く配置し、一緒に歩いてみなさんをサポートしています。
救護車も並走していますので、途中でリタイアすることもできます。

◆休憩をとりながら歩きます

ウォーキングコースは、事前に下見を行いより安全なコースを設定しています。
スタッフは、お手洗いの場所も熟知しており、皆さんの体に無理がない様、休憩をとりながら歩きます。

歩くことは「健康」の第一歩。

いつもは車の道も、歩いてみると新しい発見がたくさんあります。
電車や車で移動する距離も、簡単に歩けることに気づき、歩くことのパワーも実感していただけます！！