

# BS 横浜 暑熱順化ウォーキング

熱中症の季節がやってきます！

5月から汗をかきやすくし、熱中症になりにくい体づくりをしましょう!!!

昼休みの空いた時間で構内ウォーキングを実施いたします。

もちろん参加は自由です！

(休憩時間の合わないグループは申し訳ありません m(\_ \_)m)

体調良好で、お時間のある方は奮ってご参加ください。



★ 開催日: 5月16日(月), 5月23日(月), 5月30日(月)

★ 時間: 12:00~12:55(昼休み)

★ 場所: はまかぜ通りの往復(約1km)

<スタート> 共同第2事務所前駐車場

<折返し地点> 体育館前

<ゴール> 共同第2事務所前駐車場



※ 一斉スタートはいたしません。時間内に戻れるようご自分のペースでご参加ください。(密にならないように)

※ ウォーキング中もマスク着用, おしゃべりはなるべく慎みましょう。

※ 雨天の場合は、翌日(火曜)に実施となります。火曜も雨の場合は中止となります。

※ 上記日程に参加された方には、もれなくスポーツドリンクを進呈いたします。

さつきウォーキングに  
エントリーしている方は、  
ぜひスマホ持参で  
ご参加ください!

