

光陽校区 健康ウォーク&レクリエーション大会／2007

コース図

主催：光陽公民館
光陽校区体育協会
協賛：北日本新聞社

とき 平成19年7月1日(日)
※荒天は中止(小雨決行)

集合場所 布瀬南公園
日程 8:30～8:45 受付
9:00～ 開会式、スタート
ゴール後、解散
コース 布瀬南公園(スタート)→神通川土手
→神通川緑地公園→遊ばんま池
→神通川緑地公園→神通川土手
→布瀬南公園(ゴール)

レクリエーション体験コーナーでは、
輪投げ・フリスビーなどの楽しい
レクリエーションゲームを行います。

ふるってご参加ください！

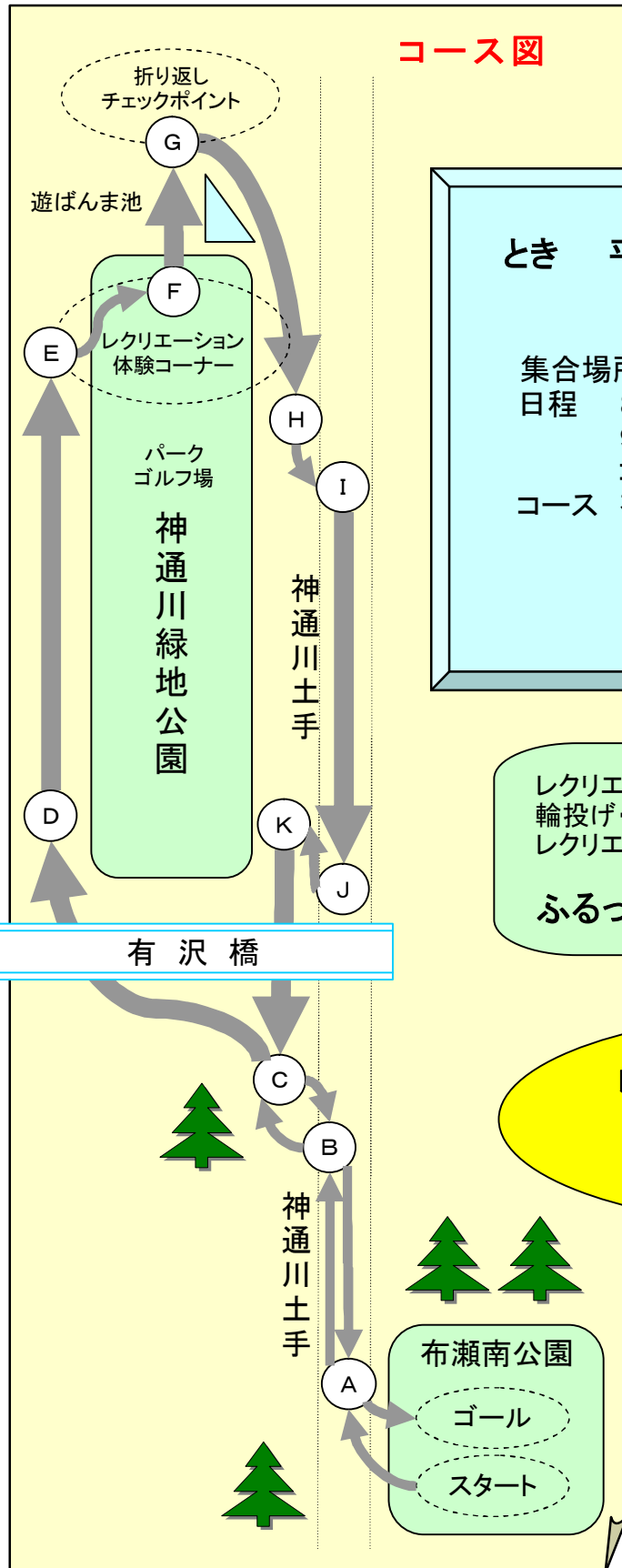


レクリエーション体験コーナー

- ・輪投げスタンダードゲーム
- ・グランドゴルフホールインワンゲーム
- ・フライングディスクストラックアウト

参加される皆様へ

- ①自由に体を動かせる服装でおいでください。
タオル・着替えなども忘れないでください。
- ②タイムレースではありません。ムリをせず自分のペースで歩きましょう。
- ③完歩された方には、完歩賞をさしあげます。
- ④水分補給のお茶等は各自でご用意ください。
- ⑤ゴミは各自持ち帰りましょう。
- ⑥小雨の場合は、雨具をお持ちください。
- ⑦トイレはスタート前に済ませてください。



折り返しチェックポイント

折り返しチェックポイント
でスタンプをもらって



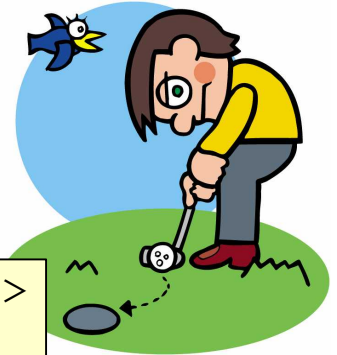
スタンプ

<グランドゴルフホールインワンゲーム>

レクリエーション体験コーナー

スタンプ

レクリエーション体験コーナーで3つのゲームを体験しましょう！



<輪投げスタンダードゲーム>

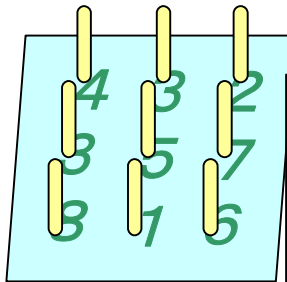
スタンプ

<グランドゴルフホールインワンゲーム>
ルール

ティーから1ショットで直接ホールへ入れたらホールインワンとします。チャンスは3回あります。3回のうち、1回でも成功すれば、ホールインワンとします。

<フライングディスクストラックアウト>

スタンプ



<輪投げスタンダードゲーム>

ルール

2m離れたところから 両足のかかとを浮かさず地面につけ リングが入ったポールの合計点数が得点。ただし、横縦斜め いずれか一行にリングが並んだ場合 2倍となります。



<フライングディスクストラックアウト>

ルール

5m離れたところから フライングディスクを5回投げ 落とした的の合計点数を得点とします。