

# 男木島健康ウォーク



敬老の日に、高齢者のための健康保持・増進などを目的に、健康ウォークを開催します。

参加者のレベルに応じて、縦走登山コースと、ハイキングコースがありますので、どなたでも気軽に参加できます。一人でも多くの方々の参加をお待ちしております。



主催 公益財団法人高松市スポーツ協会

主管 健康・体力づくり専門部

協力団体 高松市ハイキング協会 高松里山ボランティアガイド組合

後援 四国新聞社、RNC西日本放送、KSB瀬戸内海放送、NHK高松放送局（予定）

協賛 大塚製薬株式会社（予定）

開催日 令和元年9月16日（月・敬老の日）

時間 午前9時から9時40分まで受付 高松港男木島行きフェリー乗場 集合（雨天決行）

コース A ハイキングコース

男木島港～スイセンロード～トウガ鼻・灯台～豊玉姫神社～男木島港

B 縦走コース

男木島港～豊玉姫神社～ズッコ山(185m)～コミ山(213m)～灯台～男木島港

対象者 A どなたでも（5km以上歩ける方 初心者・高齢者歓迎）

B 小学生以上の健脚者（小学生は保護者同伴）

定員 Aコース 100人 Bコース 50人（先着順）

参加費 500円（保険料含む。参加賞有り。）

※乗船運賃が別途必要です。

乗船券は各自で購入してください。

【男木島行きフェリー乗船料金】

種別	高松～男木島 往復料金	
大人	1,020円	10:00 高松港発
小人	520円	15:40 高松港着 予定

ゴールド・イルカカードをお持ちの方は割引があります。

指導者 高松市ハイキング協会 高松里山ボランティアガイド組合

講師 林 巍（日本山岳会永年会員）他 山岳関係者

申込み 令和元年9月14日（土）までに電話で、高松市総合体育館へ。（FAX・メール可）

なお、定員になり次第、締め切ります。

準備物 リュックサック、帽子、手袋（軍手）、タオル、水分補給できるもの、行動食（携行食）、  
昼食、雨具、Bコースの方はトレッキングシューズ

問合せ先 高松市総合体育館（高松市福岡町四丁目36番1号）

Tel087-822-0211 Fax087-822-0120 Email: [info@taka-spo.or.jp](mailto:info@taka-spo.or.jp)

