

## 日本橋アウトドア部よりお知らせ

日本橋アウトドア部の2024年4月以降の活動予定表です。参加ご希望の方は支部事務局またはアウトドア部三ヶ尻（みかじり）までご連絡ください。

✉ mikajiri@omise.in

### 【毎月月例練習会】

毎月第3木曜日(祝日の場合はその前日)2024年4月18日、5月16日

4月5月も浜町ととけんというサウナ併施設を利用します。浜町ととけん前18:30集合。

ランニングは自信ないよという方、まずはウォーキングからご参加ください。隅田川テラスをランニングまたはウォーキングします。

### 【2024年4月～2024年5月活動予定】

下記予定しておりますが、新型コロナウイルスや天候などにより中止や延期になる場合があります。また下記以外に追加イベントも開催予定です。

支部ホームページや下記facebookに随時掲載していきます。

<https://www.facebook.com/groups/1192679224200208>

**イベント参加費は無料、飲食代は各自負担となります。**

#### ① 2024年4月21日（日）

『かすみがうらマラソン2024』

一年間の練習の成果をここで発揮しましょう！

種目は、フル、10マイル（約16km）、5kmの3種目。

※大会締め切りました



#### ② 2024年4月23日（火） 午後6時半 都営浅草線蔵前駅A2出口集合（大江戸線出口ではありません）

『ボルダリング』

以前好評だったボルダリング開催します。

両国にあるボルダリングジムに行きます。

締め切り 4月22日 定員10名



#### ③ 2024年5月9日（水） 18:30～21:20

『バドミントンを楽しもう！』

第1回～第4回と好評だったバドミントンをまた開催します。

場所は、中央区総合スポーツセンター

ラケットはありますので、体育館シューズだけ

ご用意ください。

締切 5月7日 定員24名

