

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2023年7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)2023年、9月21日、10月19日、11月16日。
神田の稲荷湯前に19時に集合して、皇居ランニング（1周または2周）またはウォーキング。

【2023年9月～2023年10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>

参加費は無料、飲食代は実費となります。

- ① 2023年9月27日（水）18:00～21:00

『バドミントンを楽しもう！』

第1回～第3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 9月25日



- ② 2023年9月30日（土） 9:30 スタート バーベキューは10:30スタート

『ランニングorウォーキングしてバーベキュー』

浅草から隅田川テラスをランニングまたはウォーキングした後、浜町公園にてバーベキュー
をやります。飲食代実費負担2,500円位。

締切 9月27日



- ③ 2023年10月4日（水） 19:30

お寺でヨガ体験『テラヨガ』

清澄白河にある臨川寺でヨガを行います。

仏様の前で瞑想して心を浄化しませんか？

締切 10月2日



- ④ 2023年10月22日（日）14:30スタート

『国立競技場Enjoyリレーマラソン』

※締切りました