

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、7月20日、8月17日、9月21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7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7月21日（木）18:30～

女子部共催 カーディオスタイル（ボクササイズ）

詳細は、女性部配布物参照

② 2023年8月下旬 平日

『サンセットカヤックツアー』

昨年好評だったサンセットカヤックツアー。茅場町から神田川でカヤックに乗り、隅田川に出てサンセットを見学します。

サンセット後には永代橋などがライトアップされて綺麗な景色が隅田川から見られます。

締切 8月10日

③ 2023年8月下旬～9月頃 平日夜7時～

お寺でヨガ体験

恒例のお寺でヨガ体験を開催します。

お寺との都合合わず延期になりました。



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』

国立競技場内と観戦スタンドの下を走るリレーマラソンです。

1周1.3kmコースをチームで32周走るリレーマラソン。チームで走る順番、走る回数を決めチーム一丸となってゴールを目指します。チーム内には必ず走るのが得意な方が入りますので、1周2周だけでもいいから走ってみたいという方もどうぞ。

締切 7月29日

<https://kokuritsu-run.jp/>