

# 東伏見をまるごと楽しもう♪

～スポーツと食で体力と健康を手に入れる！～

## ・イベント概要

◎日時：平成29年4月23日（日）午前10時～14時

※雨天の場合は内容を一部変更して決行

◎場所：市立下野谷遺跡公園・石神井川遊歩道・都立東伏見公園など

◎内容：【午前の部】・ココスポのフィジカル講師による『走り方教室』など（レベル別）  
・専門講師によるウォーキング体験  
【午後の部】・『地元ごはん』を食べよう！@『筑前屋』（東伏見駅北口）  
・オリジナル縄文メニューが食べられます！

☆午前のみ参加も可です！

◎定員：50名程度

◎会費：大人1,000円／子供（小学生以下）500円

◎申込：このチラシに付いている申込用紙に必要事項を記入いただき、  
下記受付にて手続きしてください。

### 【お問合せ・お申込み先】

西東京市富士町4-33-15 飯田ビル1F 東伏見ふれあいプラザ内  
総合型地域スポーツクラブ「ココスポ東伏見」  
TEL:042-452-3446 FAX:042-452-3586  
メール:kokospo@kokospo.net

## ・タイムスケジュール

10:00 午前の部 イベントスタート（下野谷遺跡公園 現地集合 受付）  
12:00 午前の部 イベント終了～移動（遺跡公園に一度集合してから移動）  
12:30 『筑前屋』にて午後の部  
14:00 午後の部 イベント終了

## ・経路（予定）

### （午前の部）

下野谷遺跡公園⇒石神井川遊歩道⇒武蔵関公園手前で折り返し⇒石神井川遊歩道  
⇒都立東伏見公園⇒石神井川遊歩道⇒下野谷遺跡公園

### （午後の部）

下野谷遺跡公園⇒東伏見駅⇒筑前屋東伏見店

東伏見をまるごと楽しもう♪

【参加申込書】

氏名	他 家族 _____ 様 _____ 様 _____ 様 _____ 様
住所	〒 _____ - _____
電話番号 (携帯)	(自宅) _____ - _____ (携帯) _____ - _____
メールアドレス (任意)	
希望種目	※番号を○で囲ってください。  ① フィジカル講師による『走り方教室』  ② 専門講師によるウォーキング体験
年齢	_____ 歳 他 家族
参加料 (下記参照)	大人 _____ 名 子供 _____ 名      合計 _____ 円
備考	

- ・当日は動きやすい服装でお越しください。(汗をかいたときなどの為に着替えがあると便利です)
- ・会場には駐車場がありません。お越しの際には公共交通機関をご利用ください。
- ・飲み終わった空き缶やペットボトルなどのゴミは各自お持ち帰りいただくか、スタッフが用意した回収場所へ捨ててください。