

# 歩いて阿波路探訪

最初は5kmから

慣れたら10kmを



NPO法人徳島県ウォーキング協会

## 入会案内

〒770-8572 徳島市東出来島町10 八幡ビル3F

TEL・FAX 088-656-3636

<http://tokuwalking.main.jp>

メール [tokushima@tokuwalking.main.jp](mailto:tokushima@tokuwalking.main.jp)

楽しく歩いて有酸素運動!

一日一万歩、もっと歩きたい方大集合!

チャレンジ! 20km以上を目指して

徳島のことをもっと知って楽しく歩きましょう!

ウォーキングは、どこでも、いつでも、だれでもが気楽にできるスポーツ

ウォーキングは、仲間と一緒に楽しく歩いて、継続のできるウォーキングライフ

入会のすすめ……問い合わせは、上記事務所へ(月・水・金の午後1時から午後5時まで)

NPO法人徳島ウォーキング協会では、

### 1 加盟7団体と個人会員で構成

- ◇青葉会 ◇あさん歩こう会 ◇徳島県YH協会 ◇鳴門歩こう会 ◇21歩こう会
- ◇羽っぴい歩こう会 ◇百歩会 ◇吉野川歩こう会 ◇個人会員 会員数約501名

### 2 毎月定例のウォーキング

- ◇5kmと10kmのワンデーウォーク……年11回
- ◇20kmのチャレンジウォーク……年4回
- ◇阿波えらいやっちゃツデーウォーク……年1回の2日間

### 3 会員手帳の発行

- ◇毎月定例の協会行事の予定と参加記録 ◇加盟団体行事予定と参加記録
- ◇毎日のウォーキング記録 ◇一般参加者には別途「完歩証」の交付
- ◇ウォーキング記録により達成賞、精励賞、チャレンジ賞の交付
- ◇四国マーチングリーグ情報の案内

### 4 入会方法・会費……あわせて賛助会員を募集しています(上記へお問い合わせください)

- ◇申込用紙・はがき・電話で、氏名、性別、生年月日、住所、電話番号を上記事務所へ
- ◇団体会費は、1団体10,000円~20,000円と構成人員1名につき300円
- ◇個人会員・家族会員は、1名につき2,000円、家族は1名増すごとに1,000円

### 5 イベントごとの参加費 ◇会員300円か500円 ◇一般参加600円か500円

◇小学生以下無料(以上保険料含む)

参加しよう

城山ぐるりウォーキングステーション 毎月第2、第4金曜日、PM6~8  
徳島中央公園1周2キロを自由歩行します(1日4周まで) 事前申し込み不要  
どなたでも参加できます 鷲の門で受付(受付締切PM7:30)  
参加料100円(保険料含む) 歩数計貸し出し 25周ごとに記念品進呈。

入 会 申 込 書

NPO法人徳島県ウォーキング協会 殿

令和 年 月 日

NPO法人徳島県ウォーキング協会に入会します。

氏 名	住 所	電話・生年月日
ふりがな		
	電話	生年月日 年 月 日
ふりがな		
	電話	生年月日 年 月 日
ふりがな		
	電話	生年月日 年 月 日

入 会 申 込 書

NPO法人徳島県ウォーキング協会 殿

令和 年 月 日

NPO法人徳島県ウォーキング協会に入会します。

氏 名	住 所	電話・生年月日
ふりがな		
	電話	生年月日 年 月 日
ふりがな		
	電話	生年月日 年 月 日
ふりがな		
	電話	生年月日 年 月 日