



森林インストラクターが案内する リフレッシュハイキング（秋）のお知らせ

「八王子城跡を歩く健康ハイキング」



開催日 令和 6 年 11 月 20 日(水) *小雨決行 (予備日) 11 月 22 日(金)

- (1) 集合 時間/午前 9 時 場所/JR 高尾駅北口 *集合後、バスに乗車します。
開会式：八王子城跡ガイダンス施設/午前 9 時 50 分
- (2) 解散 時間/午後 2 時 30 分 (予定) 場所/八王子城跡ガイダンス施設
閉会式：八王子城跡ガイダンス施設
- (3) 参加費 1 人 500 円 (保険代含む) *当日持参 (別途バス代)
- (4) 定員 30 名 (多数の場合抽選)
- (5) 対象 調布市在住・在勤・在学の 15 歳以上 (中学生を除く)
- (6) 持ち物 弁当, 飲み物, 手袋 (軍手等), 雨具, 健康保険証, 筆記用具,
山を歩ける服装・靴, あれば双眼鏡またはルーペを持参
- (7) ルート 歩行距離: 5 km

【 登り往路 】

高尾駅北口～バス～霊園前バス停下車～八王子城跡ガイダンス施設・開会式 (トイレ) ～
御主殿跡～管理棟 (トイレ) ～松木曲輪 (昼食)

≪コースタイム≫ 八王子城跡ガイダンス施設～松木曲輪……約 2 時間



【 下り復路 】

松木曲輪～本丸～八王子城跡ガイダンス施設 (閉会式・解散)

≪コースタイム≫ 松木曲輪～八王子城跡ガイダンス施設……約 1 時間 30 分

- (8) 雨天時 前日の午後 6 時まで決定いたしますのでお問合わせください。
- (9) 申込方法 往復はがきまたは、スポーツ協会ホームページより申込み

【はがき記載内容】

<p>切手 往信 (宛名)</p> <p>※料金不足にご注意ください</p> <p>〒182-0011 調布市深大寺北町2-1-65 調布市総合体育館</p> <p>(公社)調布市スポーツ協会 「リフレッシュハイキング」係</p>	<p>返信 (ウラ面)</p> <p style="text-align: center; font-size: 2em;">※ 無 記 入</p>	<p>切手 返信 (宛名)</p> <p>※料金不足にご注意ください</p> <p style="text-align: center;">申込する本人の 「郵便番号」 「住所」 「氏名」+ 様</p>	<p>往信 (ウラ面)</p> <p>①事業名「リフレッシュハイキング」 ②氏名・ふりがな ③(西暦で)生年月日 ④性別 ⑤郵便番号 ⑥住所 ⑦電話番号 ⑧緊急連絡先 (事業中連絡の取れる番号) ⑨市外在住の方は、勤務先・ 学校名等を記載</p>
--	---	---	--

- (10) 申込期間 令和 6 年 10 月 5 日(土)～10 月 15 日(火) 必着
- (11) 申込先 〒182-0011 調布市深大寺北町 2-1-65 調布市総合体育館内
(公社) 調布市スポーツ協会「リフレッシュハイキング係」

問合せ電話番号 042-481-6221



主催 公益社団法人調布市スポーツ協会/協力 森林インストラクター東京会