

「一年の計は元旦にあり」健康づくりにジョギング・ウォーキングを！

総合体育センター

令和2年元旦「太陽とともに走ろう」

趣旨



初日を仰ぎながら走り初めを行うことで、県民の豊かなスポーツライフの実現を目指した健康づくりや運動実践への意欲を高めます。また、自ら進んでスポーツ・レクリエーション活動に親しむことを目指した「マイライフ・マイスポーツ運動」の推進を図ります。

主催

鹿児島県総合体育センター

日時

令和2年1月1日（水）
午前7時から午前8時まで
（開場は午前6時30分、小雨決行）

会場

白波スタジアム（県立鴨池陸上競技場）

参加者

幼児から高齢者までどなたでも参加できます。

参加料

無料

日程

予定時刻	内 容
6：30	開場
7：00	開会行事（準備運動）
7：15	ジョギング・ウォーキング
7：45	整理運動
7：50	閉会行事（～8：00）

昨年度の様子

- 約3,500人の参加者がグラウンドに集まり、会場は熱気に包まれていました。



- 参加者は、自分のペースで走ったり歩いたりしました。



- 「鹿児島走ろう会」の方々も、五社詣りを終え、会場に到着しました。



問合せ先

鹿児島県総合体育センター指導課振興係
電話 099-255-0146

HPアドレス <http://www.pref.kagoshima.jp/kikan/taiku/index.html>