

平成21年6月16日

2009年夏「さわやかウォーキング」開催について

◆ **開催期間** 平成21年7月4日（土）から8月30日（日）までの土日

◆ **設定コース** 10コース11回（名古屋地区4コース4回、静岡地区6コース7回）

※詳細は別紙をご覧ください。



◆ **今夏の主な企画**

【名古屋地区】

○金山総合駅開業20周年記念ウォーキングの開催

・金山駅は今年7月9日に総合駅として開業20周年を迎えることから、これを記念して7月4日（土）に熱田駅～金山駅で記念ウォーキングを開催します。

○紀勢本線全通50周年記念ウォーキングの開催

・紀勢本線は今年7月15日に全通50周年を迎えることから、7月18日（土）に賀田駅～二木島駅で記念ウォーキングを開催します。

○木曽路キャンペーン開催に伴うウォーキングの開催

・木曽路キャンペーンに合わせ、7月25日（土）に上松駅～上松駅、8月2日（日）に十二兼駅～野尻駅にてウォーキングを開催します。

【静岡地区】

○新企画：夕涼みウォーキングの開催

・新たな企画として、「夕涼みウォーキング」を7月25日（土）・26日（日）に東海道線・舞阪駅～弁天島駅で開催します。当日は舞阪駅を16:00～18:00にスタート、江戸時代の宿場の名残を残す旧東海道や、浜名湖へ沈む夕日を眺めながらウォーキングを楽しんでいただくことができます。

◆ **その他**

○メタボリック症候群（メタボ）の予防・解消効果

・「さわやかウォーキング」は、メタボ予防・解消効果が期待できるので、ご家族や友人はもとよりグループや企業においても健康保持・増進に役立てるために気軽にご参加ください。

○開催の御案内

・雨天等の場合は中止することがあります。当日の開催の可否は、当日朝6時以降、JR東海テレフォンセンター（050-3772-3910）にてお問い合わせを承ります。
・各コースの概要については、当社のホームページ（<http://jr-central.co.jp/>）内でも6月16日以降、順次ご案内しますので是非ご覧下さい。