

2026年 あるこう会 ウォーキングコース 企画書

作成日:2025年11月14日

企画者	中尾 英一			集合場所	広島大学 北第3駐車場(バス停・公衆トイレに一番近い駐車場)												
例会番号・コース名	第523回 鏡山公園&広島大学体力測定コース			集合時刻	午前 9時30分												
実施日	2026年 5月9日(土)			乗物	自家用車												
昼食・場所	広大構内の「北1カフェテリア食堂」			レストラン													
ウォーキングコース	広大キャンパス ⇄ 鏡山公園コース																
企画説明	<p>広大キャンパス ⇄ 鏡山公園のウォーキングと</p> <ul style="list-style-type: none"> ・広島大学の田中教授指導による、「バランス移動能力体力測定」を取り入れた例会とする。 (体力測定の会場は広島大学の「西体育館アリーナ」にて、13:00 ~ 15:00 見込み) ・解散予定 16:00 																
行先・住所	<p>①広島大学の西体育館アリーナ(体力バランス移動能力測定の会場)</p> <p>②下記の「ウォーキングコース」とする広大構内の「北1カフェテリア食堂」</p>																
コース	km	午前/午後	ウォーキングコース詳細														
① しつかり	7.5km 2.0km	午前 午後	① 広大 北第3駐車場(09:30の集合場所) ⇒ ② (9:50)ウォーキング開始 ⇒ ③鏡山公園 散策 ⇒ ④広大構内の「北1カフェテリア(昼食場所)到着(11:30) ⇒ ⑤12:15 西体育館アリーナに向けて出発 (12:30到着見込み) ⑤13:00より、「西体育館アリーナ」で、広島大学メンバー指導による「体力バランス移動能力測定等」を実施 ・終了見込みは15:00 ⇒ 16:00 解散予定														
			① 広大 北第3駐車場(09:30の集合場所) ⇒ ② (9:50)ウォーキング開始 ⇒ ③ 広大構内 散策 ⇒ ④広大構内の「北1カフェテリア(昼食場所)到着(11:30) ⇒ ⑤12:15 西体育館アリーナに向けて出発 (12:30到着見込み) ⑤13:00より、「西体育館アリーナ」で、広島大学メンバー指導による「体力バランス移動能力測定等」を実施 ・しっかりと同じ														
ドライブコース	往路	★ 重要事項 : 「西体育館アリーナ」への入館には、「上履き」が必要ですので、全員必ず携行願います。															
往復約 km	復路																
ドライブマップ	URL又は添付資料																
ウォーキングマップ																	
③ 雨天の場合	・ウォーキングは中止し、「体力バランス能力測定のみ」実施する。 ①北第3駐車場集合 AM 11:00 ⇒ 徒歩にて「北1カフェテリア」へ移動 11:30 北1カフェテリア着 ⇒ 昼食後、12:15 徒歩にて「西体育館アリーナ」へ向けて出発 到着 12:30 ⇒ 「体力バランス移動能力測定等」をスタート 13:00 ~ 15:00 終了 ⇒ 16:00 解散予定																