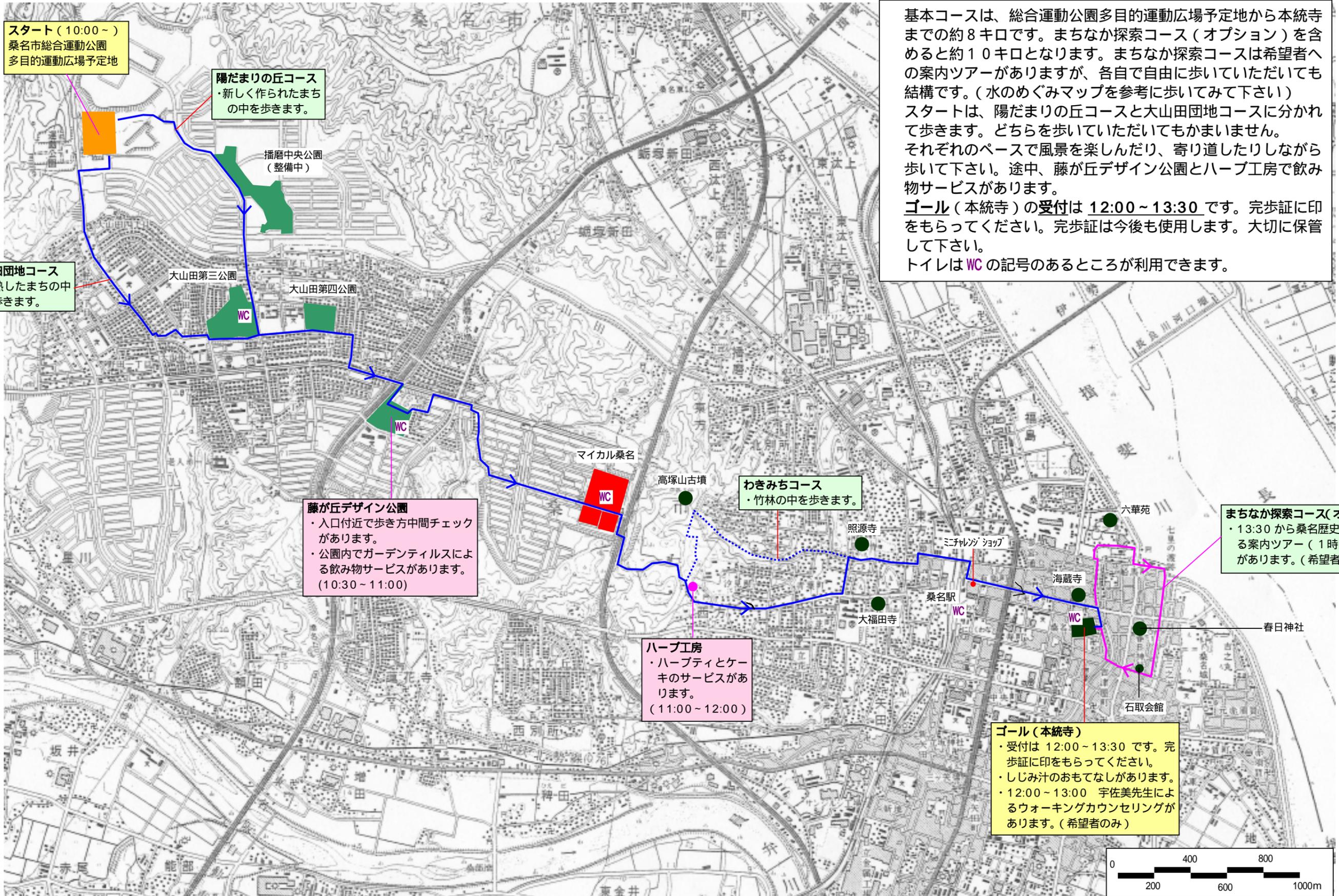


# 第1回 桑名ワンデイウォーク ~ 歩桑名 西の丘から東の川まで ~ ウォーキングマップ

あるくわな



**スタート (10:00~)**  
桑名市総合運動公園  
多目的運動広場予定地

**陽だまりの丘コース**  
・新しく作られたまち  
の中を歩きます。

播磨中央公園  
(整備中)

**大山田団地コース**  
・成熟したまちの中  
を歩きます。

大山田第三公園

大山田第四公園

**藤が丘デザイン公園**  
・入口付近で歩き方中間チェック  
があります。  
・公園内でガーデンティルスによる  
飲み物サービスがあります。  
(10:30~11:00)

マイカル桑名

**わきみちコース**  
・竹林の中を歩きます。

**ハーブ工房**  
・ハーブティとケー  
キのサービスがあ  
ります。  
(11:00~12:00)

基本コースは、総合運動公園多目的運動広場予定地から本統寺までの約8キロです。まちなか探索コース(オプション)を含めると約10キロとなります。まちなか探索コースは希望者への案内ツアーがありますが、各自で自由に歩いていただいても結構です。(水のめぐみマップを参考に歩いてみてください)  
スタートは、陽だまりの丘コースと大山田団地コースに分かれて歩きます。どちらを歩いていただいてもかまいません。それぞれのペースで風景を楽しんだり、寄り道したりしながら歩いて下さい。途中、藤が丘デザイン公園とハーブ工房で飲み物サービスがあります。  
**ゴール(本統寺)の受付は 12:00~13:30**です。完歩証に印をもらってください。完歩証は今後も使用します。大切に保管して下さい。  
トイレはWCの記号のあるところが利用できます。

**まちなか探索コース(オプション)**  
・13:30から桑名歴史案内人による案内ツアー(1時間半程度)があります。(希望者のみ)

**ゴール(本統寺)**  
・受付は 12:00~13:30 です。完歩証に印をもらってください。  
・しじみ汁のおもてなしがあります。  
・12:00~13:00 宇佐美先生によるウォーキングカウンセリングがあります。(希望者のみ)

