

J-STEP 散策ウォーキングイベント

興津川散策ウォーキング&座禅体験

～興津川周辺の秋を感じながら座禅体験で心身の健康を整えましょう～

興津川散策コース WALK



興津川遊歩道

自然あふれる秋の興津川沿い遊歩道を散策しながら清水区小島の龍津寺まで全長 5.9km コースを無理なく楽しみながらウォーキングします。

座禅体験 ZAZEN



清水区小島「龍津寺」

小島藩主・瀧脇松平家の香華所として長い歴史を誇り、坐禅会や写経会、子ども寺子屋など様々な催しを行っている龍津寺にて座禅を体験します。

開催日 2019 年 9 月 22 日 (日) 雨天決行

時 間 9:00 ～ 14:30 お弁当持参

対 象 小学生以上 (30 名) ※小学生は保護者同伴

参加費 1,000 円 (保険料込) ※小学生 500 円



J-STEP に集合

J-STEP マイクロバスにて
スタート場所まで移動。

ゴール

清水区小島の龍津寺までウォーキングし
昼食後に座禅体験会。



スタート

マックスバリュ清水興津店裏
公園をスタートして海沿い道路
をウォーキング。

興津川沿い遊歩道

興津駅前を通過し興津川沿いの
遊歩道をウォーキング。



スタート

〔コース 全長約 5.9km 徒歩 3 時間程度〕

興津川
遊歩道

帰りは龍津寺から J-STEP
までマイクロバスで送迎、
到着後解散。

清水ナショナルトレーニングセンター 指定管理者：トレセングループ管理運営共同事業体

〒424-0105 静岡県静岡市清水区山切 1487-1 TEL: 054-371-9000 FAX: 054-367-7911 HP: <https://j-step.or.jp>

© National Training Center Shimizu 本広告物上の全ての文章等の無断転用を禁止します。



J-STEP「興津川散策ウォーキング&座禅体験」

- 内 容 マックスバリュー清水興津店裏公園をスタートし、興津川沿いの遊歩道を散策しながら静岡市清水区小島にある龍津寺までのコース（全長約 5.9km）をウォーキング。龍津寺にて昼食後に座禅体験。
- 開 催 2019 年 9 月 22 日（日）9:00 ～ 14:30 ※休憩 12:00 ～ 13:00
- 集 合 清水ナショナルトレーニングセンター 東グラウンド（自販機前） ※8:30 受付
- 場 所 興津川沿い遊歩道・清水区小島龍津寺
- 対 象 小学生以上（30 名） ※お子様のみでの参加は不可
- 料 金 1,000 円（保険料含む） ※小学生は 500 円
- 持ち物 動きやすい服装、レインコート、お弁当、飲み物
- その他 小雨決行 ※雨天の場合は、室内（J-STEP）でのウォーキング教室後に座禅体験会となります。

イベントお申込みについて

- 受 付 2019 年 9 月 1 日（日）9:00 ～下記方法にて受け付けいたします。
- 方 法 ①Web ページ 公式サイト内の申込みフォームより必要事項入力の上、ご送信ください。
②フロント窓口 申込用紙に必要事項で記入の上、J-STEP フロントまで直接お持ちいただくか、FAX（054-367-7911）にてご送信ください。
- 注 意 受付完了後、連絡なくキャンセルされますと参加費および諸経費をご負担頂く場合がございます。

<申込用紙>

参加者 氏名	ふりがな	☐ 男性	年	月	日	歳
		☐ 女性				
参加者 氏名	ふりがな	☐ 男性	年	月	日	歳
		☐ 女性				
参加者 氏名	ふりがな	☐ 男性	年	月	日	歳
		☐ 女性				
参加者 氏名	ふりがな	☐ 男性	年	月	日	歳
		☐ 女性				
連絡先	〒					
	住所					
	TEL					
	メールアドレス					
緊急時 連絡先	氏名	続柄	TEL			

※保険加入のため、氏名および生年月日は必ずご記入ください。
また、内容に不備がある場合、保険適応ができない場合がありますのでご注意ください。

J-STEP 記入欄

受付日	受付者
	印