130616
藤本作成

2013美原走ろう会　一泊研修のご案内

日時：平成 25 年 7 月 6 日（土）～7 月 7 日（日）　★雨天決行
行先：淡路島～鳴門海峡
宿泊：南あわじロイヤルホテル
〒656-0503
兵庫県南あわじ市福良丙 317 番地
TEL ： 0799-52-3011

【スケジュール】

7/6（土）

7:30　　あみだ池駐車場集合（第 1 グループ）
7:45　　オークワ美原店駐車場集合（第 2 グループ）
※当日昼食は各自用意願います
8:00　　オークワ美原店出発
10:00 頃　津名一宮インター付近到着
●ランニング組は西海岸を走る（約10～15km）
12:00 頃　五色浜海岸或いは慶野松原に到着
●昼食と休憩
14:30 頃　出発
●ランニング組は西海岸を走る（約10km）
16:00 頃　南あわじロイヤルホテルに到着

7/7（日）

5:30　　早朝練習
7:30　　朝食
9:00　　ホテル出発　鳴門海峡大橋を渡り四国へ
9:30　　大塚国際美術館駐車場に到着
●大塚国際美術館拝観（会長他）
●渦の道公園　渦潮をみる散策コース
●公園周辺ジョギング組

12:30 頃　大塚国際美術館駐車場出発
13:00 頃　昼食　豪華焼肉を予定　おやつにタコせんべい
14:30 頃　津名一宮インターより帰路に
15:30 頃　神戸南京町散策
16:30 頃　神戸出発
17:30 頃　オークワ美原店駐車場到着

【会費】　20,000 円/人　※不足の場合は走ろう会会費より補填します