

	回数	実施日	曜	例 会 名	集合場所	時間	歩行距離	ゴール
済	548	1/3(金)	金	与野七福神	中央区役所／与野本町	10:00	10km	中央区役所／与野本町
済	549	2/11(日)	日	総会ウォーク	与野本町	9:00	10km	与野本町
済		3/9(日)	日	第39回武蔵野十里(SWA)				
済	550	3/15(土)	土	中山道を歩く① 磯部～横川	磯部	10:00	14km・8km	横川
済		3/29(土)～3/30(日)	土・日	第13回さいたまマーチ(SWA)				
済	551	4/26(土)	土	秋葉神社と大宮花の丘農林公苑を訪ねる	西大宮	9:00	11km	宮原
済	552	5/5(月・祝)	月	与野バラ祭り	宮原	9:00	12km	与野公園／与野本町
済		5/24(土)～5/25(日)	土・日	第23回飯能新緑ツーデーマーチ(SWA)				
済	553	6/5(木)	木	緑のヘルシーロード① 利根大堰を訪ねる	秩鉄/武州荒木	9:30	12km	秩鉄/行田市
済	特別	7/8(火)～7/9(水)	火・水	一泊ハイク (谷川岳を満喫しよう)	中央区役所／与野本町	7:30	15km・15km	中央区役所／与野本町
済	554	7/19(土)	土	原市沼・上尾運動公園を訪ねる(健康W 合同)	NS/沼南	8:30	10km	上尾
済	555	8/30(土)	土	見沼通船堀・民家園を訪ねる(健康W 合同)	見沼通船堀公園 /東浦和	8:30	10km	バス/さいたま市立病院
済	556	9/6(土)	土	武蔵野線を歩く① (府中本町～西国分寺)	矢崎町防災公園 /府中本町	9:00	10km	西国分寺
済		9/20(土)～9/21(日)	土・日	第18回川口ツーデーマーチ(SWA)				
済	557	10/11(土)	土	緑のヘルシーロード② 行田～加須	秩鉄/武州荒木	9:30	16km、12km、6km	朝日自動車/環境科学国際センターバス停
済		11/1(土)～11/3(月)	土・月	第48回日本スリーデーマーチ (SWA)				
済		11/22(土)～11/23(日)	土・日	第12回日高かわせみの里ツーデーマーチ(SWA)				
済	558	11/24(月・祝)	月	「鉄道のまち大宮」を歩く	大宮	9:00	11km	大宮
		11/29(土)～11/30(日)	土・日	第4回東京ベイサイドツーデーマーチ(JWA)				
	559	12/13(土)	土	納会ウォーク	与野本町	9:00	10km	与野本町
	560	1/3(土・祝)	土	与野七福神	中央区役所／与野本町	10:00	10km	中央区役所／与野本町
	561	2/11(火・祝)	火	総会ウォーク	与野本町	9:00	10km	北与野
	562	3/1(日)	日	武蔵野線を歩く②	西国分寺	9:00	10km	新秋津
		3/8(日)	日	第40回武蔵野十里(SWA)				
		3/28(土)～3/29(日)	土・日	さいたまマーチ(SWA)				

※赤字部分は前回より変更あり

※諸般の事情により計画が変更になることがあります。直近の【次回例会案内】または【さいたま市健康ナビ】でご確認ください。

「お問い合わせ先」

平澤 壽一 (ひらざわ じゅいち)

090-6047-4987