

## 参加要項

### [期間・場所・集合解散]

プログラム名	六甲山新緑ノルディックウォーキング	
日程	2016年 4月29日(土・祝) ※雨天決行(コース・内容を変更して実施)	
集合	六甲ケーブル山上駅	9:30(雨天時 ⇒10:30)
解散	六甲山YMCA(078-891-0050)	15:30(予定)

### [持ち物・服装] 基本的なもの

1	活動しやすい服装	4	水分補給用の飲物
2	履き慣れた靴	5	雨具//セパレートタイプが安全//ポンチョ、折畳み傘
3	着替え//お風呂が利用できます。	6	もちろんノルディックウォーキング専用ポール

### ★ 交通経路(ご参考ください)

六甲ケーブルまではJR六甲駅からバス乗車の方が比較的乗車しやすいです。

交通(往) JR六甲道	JR大阪駅 快速網干行 8:07発→JR六甲道 8:29着 バス8:35発
阪急 六甲	梅田8:10発 特急三宮行(西宮北口乗換)→六甲8:36着 バス8:49発
六甲ケーブル	六甲ケーブル 毎時 0/20/40分発(所要約10分)

JR六甲道駅//阪急六甲駅より神戸市バスにご乗車の上、六甲ケーブル下(片道210円)

※ 六甲ケーブル利用(590円:65歳以上の方は証明できるものがあれば15% OFF)

交通(復) (六甲山YMCA)	丁字ヶ辻バス停(阪急六甲駅行バスにご乗車の上、阪急六甲駅) (バス時刻 ①14:43 ②16:13//43)
--------------------	---

### [ご注意・お願い]

- 集合時間は時間厳守でお願い致します。万一、遅刻しそうな場合は下記緊急連絡先にできるだけ早くご連絡下さい。
- 当日貴重品は各自で責任をもって管理下さい。
- 事故が起らないように安全対策を整えておりますが、傷害保険には加入しますが当該補償内容以上の対応は出来ません。ご承知おき下さい。

※午前7時の時点で大阪府・神戸市に大雨・暴風警報が発令した場合は中止といたします。

中止の場合は参加費を後日ご返金いたしますのでご承知おきください。

### [キャンセルについて]

お申出日	ご返金額
お申込日~24日(午後1時マデ)	4,000円
4月25日	2,800円
4月26・27日	2,000円
4月28・29日キャンセル	ご返金できません

### 大阪YMCAエイジングセンター

TEL06-6441-0815 FAX06-6441-0809

☆ 受付:平日10:00~17:00(月~金) ☆

※緊急連絡先 070-5564-1955 (当日のみ通話可能)