

2025.9/6(土)

雨天
決行

集合・解散 シーオーレ新宮

受付・時間 7:45～8:00／約2時間(約6km)

参加費 町内 100円／町外 300円

定員 50名

申込方法 インターネット事前申込み 締切 9/4(木)

※裏面のQRコードよりお申し込みください。
※お申し込みは先着順で、キャンセル待ちはございません。



ポイント① 新宮海岸の砂浜を裸足で歩いてデジタルデトックス

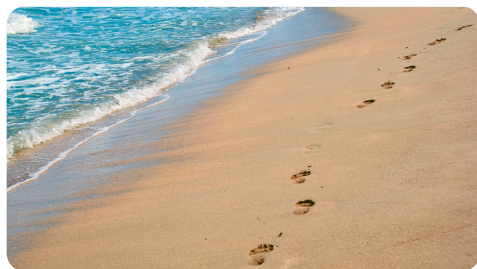
ポイント② 「いきいき運動・健康フェスタ」で健康チェック！

※「いきいき運動・健康フェスタ」の最終受付は11:00までとなります。
※最終受付時間を過ぎた場合は「いきいき運動・健康フェスタ」には参加できません。

シーオーレ新宮をスタートし、砂浜や松林などが美しい人気の散策コースの新宮海岸、新宮町の中心地を歩く約6kmのウォーキングコースです。新宮海岸では裸足で砂浜を歩いて、体内に溜まった有害な静電気を放電する「アーシング」も！フィニッシュ後にはシーオーレ新宮で同時開催の「いきいき運動・健康フェスタ」にもご参加いただけます！

「アーシング」とは？

「アーシング」とは、素足や素手で直接大地に触れるというカルフォルニア発祥の健康法。スマートフォンや電化製品が発する電磁波の中で生活することで帯電した状態になった身体から、とどまっている電気を放出し、体内の電気エネルギーのバランスを取り、身体の調子を整える健康法が「アーシング」です。



◀新宮海岸の砂浜を裸足で歩いて体内に溜まった電気を放電！

いきいき運動・健康フェスタ

【場所】シーオーレ新宮

【時間】9:00～11:30 (最終受付11:00)

【実施内容】

- ・健康測定(骨密度・血管年齢・脳年齢測定)
- ・最新ガン情報の提供
- ・体組成測定
- ・栄養情報の提供
(野菜クラッカーのプレゼント)
- ・ベジチェック(推定野菜摂取量の測定)
- ・胸骨圧迫・AED取り扱い体験
- ・モルック(フィンランド発祥のスポーツ)
- ・レク式体力チェック

主催 (一社) 新宮町おもてなし協会

092-981-3470

営業時間 9:00～16:30(年末年始を除き年中無休)



新宮ナビ

いきいき運動・健康フェスタに関する問い合わせ

新宮町 社会教育課 092-962-5111

新宮町 健康福祉課 092-962-5151

第3回アーシングウォーク

受付:シーオーレ新宮(7:45~8:00)

お申し込み:インターネット事前予約・当日払い

お申込みは
こちら



- ・受付でウォーキングマップをお渡し、ご自身で歩いていただくイベントとなります。
- ・新宮海岸では一部砂浜を裸足で歩くコースがございますが、靴のままでもご参加頂けます。裸足で歩かれる方には、受付時に靴を入れる袋をお渡しします。砂浜の終了地点で簡易的な足洗い場をご用意しておりますので **足ふき用のタオルをお持ちください。**
- ・シーオーレ新宮の駐車場がご利用いただけますが、台数に限りがございます。できるだけ公共交通機関をご利用ください。
- ・インターネットでのお申し込みとなります。お電話でのお申し込みは受け付けておりません。
- ・お申し込みは先着順となります。満員の場合はお申し込みを締め切らせて頂きます。キャンセル待ちはございません。
- ・お申し込みの締め切りは9/4(木)21:00となります。
- ・コース道中にふるまい等はございません。
- ・一部歩道がない道路や信号機のない横断歩道もございます。車の通行に十分ご注意ください。
- ・フィニッシュ(シーオーレ新宮)では「いきいき運動・健康フェスタ」にご参加いただけますが、9:00~11:30(最終受付11:00)となります。**最終受付時間を過ぎた場合はご参加できません。**

■第3回アーシングウォーク コースマップ

