

◆◆◆例会報告◆◆◆

第 250 回 伊豆歩俱樂部 8 月例会 暑気払いウォーキング

(大室山～さくらの里～伊豆高原駅)

- ・開催月日 令和 5 年 8 月 20 日 (日)
- ・集合時間 10 時 00 分
- ・集合場所 大室山リフト山麓駅前
- ・天 候 晴れ
- ・参加者 15 名 (内一般参加者 2 名)
- ・距 離 8Km
- ・出発式 大室山山頂広場 11 時 10 分

スタート 11 時 25 分

開会挨拶 笹本 祀長会長

コース説明 清水 政悦

ストレッチ体操 保坂 泰子

檄 渡邊 信子

- ・コースリーダー トップ 山本 清
ミドル 渡邊 信子
アンカー 飯作 勝治

- ・閉会挨拶 山本 清副会長

雨を心配した例会が続きましたが、今回は熱中症に注意しての例会となりました。

リフトの乗車に時間がかかりましたが、山頂はそよ風が吹き眼下には伊東市内、北側に天城連山を望みながら出発式をする。11 時 25 分スタート、お鉢めぐり (1,000m) をして山頂駅に 11 時 50 分、山麓駅に 12 時 5 分、桜の里に 12 時 10 分昼食をして 13 時 00 分スタートする。八幡宮来宮神社に 14 時 00 分、伊豆高原駅に 15 時 5 分無事ゴールする。

盛大に暑気払いをしました。





