

第 29 回 広大マスタース例会報告

第 12 回 広大マスタース主催ウォーキング大会

広島大学マスタース会員 渡部 和彦

第 12 回 広大マスタース主催ウォーキング大会が令和 6（2024）年 3 月 3 日（日）に開催されました。梅の開花の時期を見込み、大会のテーマは「新春お花見（梅花の薫）・健康ウォーク」でした。天候に恵まれ、前半は気持ちの良い日差しの下で、ウォーキングを楽しむ事が出来ました。

午前 9 時 30 分、竜王山・憩いの森公園・「セミナーハウス」前の広場に全員集合。参加者は、13 名（HM 関係者 5 名、ウォーキング友の会関係者 8 名）。自己紹介の後、全員で準備体操を行いました。竜王山登山コースに慣れた HM 会員もおられ、心強いかぎりでした。

全員で、「エイ、エイ、オー！」で氣勢を上げた後、上の広場に移動。「転倒回避歩行」等の講習後、自然に恵まれた中級コースを全員で歩きました。途中、蕾を若干残して咲く梅や、満開を誇る梅の木を皆で大いに楽しみました。

お菓子と温かい飲み物をいただきながら、楽しい反省会の後に、解散。

次は、「桜の花健康ウォーク」開催希望の声が聞こえてきそうです。



「竜王山憩いの森」にて：

ウォーキングコースの最終休憩所にて。背後の東広島市内は、急な霧の発生で、霞んでいます（右奥の塔は TV 中継所のアンテナ）。