

人生100年時代づくり・地域創生ソフト事業

プロギング

in

BANJYO

2025

令和7年

10月5日(日)

9:00~12:00

※小雨決行。前日の正午に開催判断

START ▶ GOAL

さいき城山桜ホール

参加料

大人 500円

高校生以下無料

当日のスケジュール

- 9:00~ 受付開始
- 9:45~ 開会式
- 10:00 スタート
- 12:10~ ゴール・閉会式

お問い合わせ

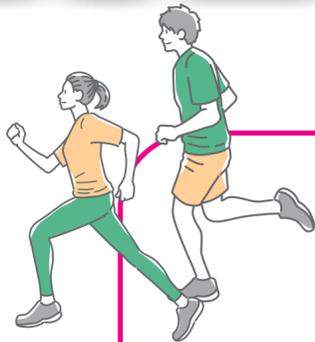
0972-46-0402
(佐伯市番匠商工会)

主催: 番匠地域活性化事業実行委員会
共催: 佐伯市番匠商工会
後援: 大分県、佐伯市、大分合同新聞社

プロギングとは?!

ジョギング × ゴミ拾い

プロギングはゴミ拾い(PlockaUp)とジョギング(Jogging)を合わせた、スウェーデン発の新しいフィットネスです。エクササイズ、ストレス解消、環境改善に効果があります。



走る(歩く)コースは桜ホールを中心に3コース

※ご自身の体力に合わせてコースをお選びください。

A. ながれるかわとゴミゼロさんぽ(約3.5km)

└心地よい風を感じながら、番匠川沿いをウォーキング。景色に癒やされるコース。

B. 佐伯武家屋敷街並みコース(約3.0km)

└風情あふれる武家屋敷の街並みをゆったり散策。車椅子や小さなお子様連れでも安心。

C. 佐伯を一望 殿様コース(約2.6km)

└城山公園を登る本格派のハードコース!自然を感じながらアクティブにチャレンジ!
※道の状態次第で中止します

申込フォーム



こちらのQRコードより
お申し込みください

※先着400名様に
参加記念品プレゼント!



駐車場のご案内

- 大手前第1・2駐車場
- 旧文化会館下駐車場
- 佐伯小学校(晴天時のみ)
- 大分銀行

