



【日程】

11月3日(木)祝

【時間】

9:15~12:30
(9:00受付)

【行先】

金剛院

【距離】

往復8km程度

【参加料】

1,500円

【定員】

12名(先着順)

秋の金剛院

ウォーキング&座禅体験

11月3日 木

「丹後のもみじ寺」と呼ばれる

歴史ある金剛院まで一緒に歩きませんか

時間をかけてゆったりと歩くので、初心者の方でも大丈夫です。見慣れた景色がいつもと違った色を帯び、思いもよらない発見があるかも。

また、心を静め自分自身をみつめる座禅体験も行います。

プレゼント付き

【問合せ・申込】

青葉山ろく公園
パター場

TEL:0773-62-2339

【締切】

10月31日(月)

【受付時間】

9:00~17:00

主催:(一財)舞鶴市スポーツ協会 青葉山ろく公園

開催要項

- 内 容 ウォーキング&座禅体験
日 程 令和4年11月3日（木）
時 間 9:15～12:30（受付時間9:00 第1駐車場）
行 先 金剛院（距離:往復8km程度歩きます）
参加料 1,500円（保険代・入山料含む）
定 員 12名（先着順）
持ち物 水分、体温調節のための上着、軽食など、
必要な物を各自でご準備ください。
服 装 動きやすい服装と靴でご参加ください。（ウォーキングと座禅のため）
締切日 10月31日（月）

※住職の都合で座禅体験が中止になる場合がございます。

※雨天中止の場合は、8時15分に青葉山ろく公園ホームページにて
お知らせします。

<http://aobasanroku.net> ⇒



お問合せ先 青葉山ろく公園パターゴルフ受付（受付時間 9:00～17:00）
〒625-0015 京都府舞鶴市岡安無番地
TEL・FAX：0773-62-2339

申込方法 TEL/FAXにて ①氏名 ②連絡先 をお知らせください。

日程(往復 8キロ程歩きます)

- 9:00 受付（青葉山ろく公園 第1駐車場）
9:15 準備体操・スタート（途中休憩あり）
10:15 到着予定
宝物殿にて座禅体験（30分程度）
付近の散策など自由時間
11:30 金剛院出発
12:30 到着予定

その他

- 座禅の際、必要な方にはイスをご用意いたしますので、申込時にお伝えください。

参加について

- 当日、検温をおこないます。発熱（37.5度以上）や咳、体調がすぐれない場合などには、ご参加をお断りさせていただきます。
- 新型コロナウイルス感染症の影響で中止になる場合がございます。
- 参加の様子を写真撮影し報告やPRなどに使用する場合がございます。