

ごみ拾い + ジョギング = プロギング!

# とっとりごみゼロプロギング 参加者募集!!

## 2022/6/25(土) 9:00 START!

### プロギングって?

＼PlockaUp拾う+Jogging走る=Plogging／



ごみ拾い(PlockaUp)とジョギング(Jogging)を合わせたスウェーデン発の新フィットネスです。健康を手に入れながら町をきれいにしていける、今注目のSDGsスポーツでもあります。

走りながらごみを拾う、しゃがんだり立ったりを繰り返すため、通常のランニングよりも消費カロリーが上がるといわれています。

初めての方でも、プロギングガイドが参加者の人数や体力に合わせてサポートしますので、幅広い年代の方にご参加いただけます!



**日時** 令和4年6月25日(土) 午前9時～午前11時  
(受付: 午前8時45分～)

**集合場所** 夢みなと公園広場(境港公共マリーナ側)  
(境港市竹内団地255)

**コース** 夢みなと公園広場から弓ヶ浜サイクリングコース  
を南へ向かう往復約3.5km

**募集人数** 30名(先着順)

**参加費** 無料

**申込方法** プロギングジャパン公式ホームページの申込フォーム  
(URL:<https://plogging.jp/?pid=167643390>)からお申込みください。

**駐車場** 夢みなと公園駐車場(境港公共マリーナ側)をご利用ください。  
(駐車場の数に限りがあるため、乗り合わせの上、お越してください。)

※イベントの詳細等はプロギングジャパン公式ホームページでご確認ください。

<集合場所、駐車場位置図>



←イベント詳細、  
お申込みは  
こちらから!