

## 第11回四日市ファミリーロゲイニング大会持ち物リスト

参加料（中学生以上1人500円×人数分）※お釣りのないようお願いします。

スマートフォン・携帯電話（緊急連絡用）

デジタルカメラ（スマートフォン・携帯電話でも可）

軽食（お弁当）

※表彰式は13時30分を目途に行いますので、軽食（昼食）をご持参ください。

飲み物 ※熱中症にご注意ください。

雨具（できれば合羽）※晴れの場合は必要ありません。

時計

運動できる服装、運動靴、タオル（汗拭き用）

新型コロナウイルス感染症対策グッズ（各自でご用意ください）