

個人賞TOP5の方に、ウォーキングチャレンジ終了後のご感想等をお伺いしました！

質問/受賞者	1位 EXF I.Mさん	2位 DNX H.Tさん	3位 UOP H.Aさん	4位 DNX K.Yさん	5位 UOP N.Tさん
記念すべき 第10回ウォー キングチャレンジ 『みんなで歩 活』にて受賞さ れたご感想をお 聞かせください	回答いただき次第 更新します		3万歩キープが達成出来 なかったので残念です	北海道はマイナス気温の 中でのウォーキング大変 でしたが、目標10位以 内が達成出来て良かったで す 11/1暴風雪の日のみ 30,000歩達成出来なかつ た事が悔やまれます 近隣で熊出没があったの で、家族から夜のウォー キング反対も有り、コー ス選択に苦慮しました	今回初めて、10人チーム で頑張らせていただきま した 皆の足を引っ張らないよ うに必死になれた結果だ と思います
上位入賞のため に努力されたこ とや、工夫され たことがありま したら教えてく ださい			休日は歩き回っていまし た♪	昨年から減量に取り組み 歩数管理を習慣化してい ました 出来るだけノンストップ で歩ける場所をコースに 選択する（北海道では熊 の出そうな場所）	とりあえず8,000歩を目 指しながら、10,000歩、 20,000歩と目指して頑張 れたかなと思います
ウォーキング チャレンジに希 望することを教 えてください			手入力禁止とチーム平均 は10人カウントでお願い します	開催時期が北海道では気 温が低く、凍結路面の場 合もあるので、10月開始 が良い	休日の日でも頑張れるコ ツなどを載せてもらえ ると良いかなと思います