

やさしく、楽しい健康づくりは歩くことから。
みんなで参加し地域を知ろう。仲間になろう。

第17回



The 17th Walking Festa Tokyo

ウォーキング

フェスタ

東京

都内最大の
“歩く”イベント

国際・日本市民スポーツ連盟認定大会
日本マーチングリーグ公式大会
オールジャパンウォーキングカップ東京都大会
関東甲信越マーチングリーグ公式大会
日本さくらウォーキングリーグ公式大会
美しい日本の歩きたくなるみち500選公式ウォーク
ウォーク日本1800[東京62ウォーク]認定大会

2012 **4/28** 土 **29** 祝

スタート / ゴール

東京都立

小金井公園

大会申込締切 **4/6** (金)

30キロコース申込締切 **3/30** (金)



小金井市イメージキャラクター こぎんちゃん

気軽に参加できる多彩なコース!!

サクラルート (北方向/小平・多摩湖) 5,10,20,30km

ハナミズキルート (南方向/小金井・野川) 5,10,20,30km

- ウォーキング指導教室
- ドッグウォーキング
- 歩育ミッションウォーク
- 協賛・協力企業の出展ブース
- 模擬店・飲食ブース
- 地域の子どもたちによるステージアトラクション

主催 第17回ウォーキングフェスタ東京実行委員会 小金井市、(社)日本ウォーキング協会、朝日新聞社、東京都西部公園緑地事務所、(公財)東京都公園協会

後援 環境省、厚生労働省、農林水産省、東京都市長会、東京都町村会、武蔵野市、小平市、三鷹市、府中市、調布市、東村山市、国分寺市、国立市、東大和市、武蔵村山市、西東京市、及び各教育委員会、(社)日本医師会、(社)東京都医師会、NHK、(財)健康・体力づくり事業財団、(財)日本健康スポーツ連盟、日本ウォーキング学会、(公財)日本レクリエーション協会、(財)日本ユースホステル協会、(一社)日本ヒューマン・ドッグ・ウォーキング協会、東京都子ども会連合会、(社福)朝日新聞厚生文化事業団、朝日学生新聞社、多摩東部朝日会、学校法人ヤマザキ学園、NPO法人日本動物衛生看護師協会

特別協賛 **KAGOME**

特別協力 多摩信用金庫

協賛 協和、ムーンスター、アサヒコーポレーション、ゼリア新薬、セイコースポーツライフ、山佐時計計器 (順不同・2月10日現在)

大会のご案内

■参加費

●30kmコース〈参加日数・ルートに関わらず〉

| 事前申込 | 一般料金 | | 割引料金 | |
|------|-------------|--------------|-----------------------------------|--------|
| | 一律 | 3,000円 ※① | JWA会員(正会員・維持会員) 開催地割引(多摩信申込のみ) | 2,500円 |
| 当日申込 | 一律 3,000円※② | | | |

※①30kmコースに事前登録でご参加の方には、名前入りゼッケンを事前にお送りします。ゼッケンにはバーコードが付いており、スタート、ゴールで読み取ることで地震等の災害時も含め、無事にゴールしていることが確認できます。途中で体調不良等によりゴールできなかった方を実行委員会で把握することができます。完歩証にお名前と所要時間を印刷いたします。当日別途料金500円で完歩証に写真を付けられます。

※②30kmコースに当日申込でご参加の方は、上記※①の内容は適用できません。20km、10km、5kmコースと同様の参加キットになります。

今回の30kmコースの事前申込者には、バーコード付きのゼッケンを配布いたします。これは、今後のウォーキング大会の様々な在り方を改善して行くために試行するものです。また、所要時間の記された完歩証をお渡しいたしますが、これは、参加者の皆様の競争を助長するものではなく、今後のウォーキングに対する参考にしていただくためのものであります。信号・ルールを守り、普段通りのマナーの良いウォーキングを楽しんでいただけるようお願いいたします。

- 参加を取り消されても登録参加費の返却はいたしません。
- 事前申込みの方は、大会誌にお名前を掲載いたします。掲載を希望しない方は、申込時にお申し出ください。
- 申込時にご記入いただいた個人情報、大会主催者等がお知らせ等に利用する場合があります。希望しない方は、申し込み時にお申し出ください。
- 参加キットの他、協賛各社からの提供品や、出展社からのノベルティ等の配付が企画される場合があります。
- ドッグ・ウォーキングにご参加の方は次の注意事項をお読みください。
イヌの参加条件
①日頃、飼い主と楽しく健康に気を付け散歩や運動に慣れているイヌ。
②社会性があり、狂犬病予防注射、5種混合ワクチン接種済みの健康なイヌ。
③ドッグ・ウォーキング参加中は必ずリードをご使用のうえ、目を離さないよう注意する。
- 主催者で全員ウォーキング傷害保険(事前申し込みの方はご自宅を出てから戻るまでの傷害事故が対象。当日申し込みの方はスタートからゴールまでの傷害事故のみが対象となります。)に加入します。

■歩行形態

歩行形態は、全て自由歩行です。自分の体調に合った距離コースを選び、コース地図と標識・誘導員などを活用して、マイペースで楽しく歩いてください。休憩をいつ、どこで、何度とり、昼食をどこでとるのもまったく自由な大会です。

■スタート

それぞれコースごとに、次の時間帯で各自のチェックカード(地図兼)にスタートチェックを受けて、スタートとなります。
※各コース、スタート前にウォーキング教室開催予定。

| コース | 受付時間 | 出発式 | スタート時間 |
|------|---------|--------|----------|
| 30キロ | 7時30分から | 8時 | 8時30分まで |
| 20キロ | 8時30分から | 9時 | 9時30分まで |
| 10キロ | 9時30分から | 10時 | 10時30分まで |
| 5キロ | 9時30分から | 10時 | 10時30分まで |
| ドッグW | 10時から | 10時30分 | 11時まで |

■チェックポイント

5キロを除き、コース途中のしかるべき地点に各コース毎にチェックポイントが設定されています。登録参加者は必ずチェックをお受けください。完歩認定及び歩行記録認定の時に必要です。

■ゴール

ゴールは、全て中央会場(小金井公園いこいの広場)です。それぞれの距離コース毎にゴールチェックを受け、完歩証を受け取ったあとは、模擬店や協賛社の出店やステージでの記念イベント、歓迎のアトラクション等をお楽しみください。(ゴール受付時間は12時から午後4時まで)

●20km、10kmコース〈参加日数・ルートに関わらず〉

| 事前申込 | 一般料金 | | 割引料金 | |
|------|--------|--------|-----------------------------------|--------|
| | 一律 | 2,000円 | JWA会員(正会員・維持会員) 開催地割引(多摩信申込のみ) | 1,500円 |
| 当日申込 | 2,500円 | | 中学・高校生 | 1,000円 |
| | | | 小学生以下(記念品はありません) | 無料 |

※別途料金1,000円で完歩証に写真を付けられます。

●5km(ファミリー)コース〈1日あたりの料金〉

| 当日申込 | 一般料金 | | 割引料金 | |
|------|------|------------------|--------|------|
| | 一律 | 1,000円 | 中学・高校生 | 500円 |
| | | 小学生以下(記念品はありません) | | 無料 |

※当日申込のみで、上記は1日あたりの料金です。2日間では倍になります。

※別途料金1,000円で完歩証に写真を付けられます。

●ドッグ・ウォーキング 3kmコース〈各日、事前電話申込先着50組〉

| 一般料金 | |
|------------|--|
| 事前電話 予約 | 1組 1,500円 ※参加費には完歩証の写真料金が含まれます。 1日あたりの料金です。当日支払いです。 |
| 当日申込 | 参加枠が空いている場合に限り当日申込可能 |

◆ドッグ・ウォーキングの申込

日本ヒューマン・ドッグ・ウォーキング協会事務局
〒150-0001 東京都渋谷区神宮前6-23-6 浅井ビル
TEL:03-6418-1570 FAX:03-6418-1568

■天候

雨もまた自然です。荒天以外は歩きます。

■表彰

- 1) 完歩したウォーカー全員に、1日完歩、2日間完歩の「完歩証」を贈呈します。
- 2) 30*。コース完歩者にはオプション(500円)で顔写真入り完歩証を贈呈。
※参加回数に応じた数字章(バッジ)の贈呈はありません。

■持ち物

上着

厚手と薄手の2種を用意、こまめに体温調整しよう

下着

吸汗性、通気性の良いものを

手袋

吸汗性の良いもの、冷え、むくみを防ぎます

靴下

厚手・混紡が良い、スベアを用意して汗をかいなら替えるとマメの予防になります

万歩計・歩数計 各種

ズボン

ニッカー、トレパンなどはやすく、動きやすいもの、ジーンズは濡れると重くなり歩きには不可です

帽子

つばの大きいもの、少しの雨は気になりません

デイバック ウエストバック

両手を自由にすると姿勢が良くなり疲れません

雨具

ポンチョ・レインコート・ビニールズボン等(傘は見通しが悪く事故のもと。なるべく使わない)

シューズ

新しい靴は早めにはきながらおきましょう



長距離歩行中は足が大きくなるのでくつヒモで調整しながら歩こう!!

シューズを買うときは

かかとをつけて、つま先に1cmの余裕のあるもの、横幅は指が動く程度に。甲はゆるわらかく、かかとをきっちり保護するものを

申込方法

■参加の資格 国籍、年齢、性別等一切を問いません。但し、小学生以下は保護者、障がい者は介助者の同伴が必要です。

■大会参加申込締切 2012年4月6日(金)

30km事前申込は3月30日(金)が締切です。 ※大会誌には4月6日までの登録参加者のお名前が掲載されます。

■申込み方法

A 直接申込み

(1)日本ウオーキング協会 (JWA) TEL:03-5256-7855
 (JR御茶ノ水駅 聖橋口から徒歩6分/JR秋葉原駅 電気街口から徒歩7分/
 地下鉄丸の内線御茶ノ水駅から徒歩6分/地下鉄千代田線新御茶ノ水駅
 B1・B2出口から徒歩6分)

C インターネット申し込み

スポーツエントリーのホームページ(<http://www.sportsentry.ne.jp>)
 にアクセスし、ウオーキングフェスタ東京のインターネット申し込みからお
 手続きください。

B 郵便振込

本紙の払込用紙に必要事項を記入、最寄りの郵便局で参加費を
 お振込ください。

その際、通信欄に参加者全員のお名前・フリガナ・年齢・性別・参
 加距離・代表者の方のご住所・お電話番号を必ずご記入ください。

※4名以上の場合には、別途FAXかメールで、お名前等をお知らせください。
 ※参加費とは別に振込手数料が必要です。

■免責の範囲

参加者は事前に健康診断等を受けて、万全な健康管理のもとに参加してください。全ての参加者に対し、万一、事故が発生した場合、主催者は傷害保険(ウオーキング傷害福祉
 制度)に加入している範囲内及び応急処置以外の責任は負えませんのでご了承ください。

新型インフルエンザなどの流行等で大会を中止することがあります。その場合、地図等の大会資料は後日送付いたしますが、参加費の払い戻し、及び歩行記録の認定はできま
 せん。ご了承ください。

■宿泊の斡旋

斡旋代理店 トップツアー株式会社 スポーツ事業部 東京支店
 〒160-0023 東京都新宿区西新宿7丁目5番25号 西新宿木村屋ビルディング16階
 TEL 03-5348-2730 FAX 03-5348-2731

●宿泊のご案内URL <http://toptour.jp/sports/walkingtokyo/>

詳しくはJWAのホームページより
<http://www.walking.or.jp>
 ウオーキングフェスタ東京の情報をご覧ください。

当日、下の払込票半券(受領証)またはインターネットの申込完了画面を受付でご提示ください。
 (事前登録 30km 以外、ハガキ等による登録証の郵送はいたしません)

※ご記入いただいた内容は、今後の本大会ご案内のほか、(社)日本ウオーキング協会が認めるウオーキング運動の推進に伴う事業に使用させていただく場合があります。
 また、本大会を記録した写真は、報道や出版に使用される場合がございます。

お願い

●右記に氏名住所等を記入して最寄りの郵便局よりお振り込みください。
 ◎住所・氏名の欄には、申込代表者の方の住所(郵便番号)、氏名、電話
 番号をはっきりとお書きください。よろしくお願いたします。
 ●この用紙を使い、郵便振り替えたければ他に申込用紙への記入届出は
 必要ありません。
 ●この用紙は同じ住所の3名までご記入いただけます。4人以上の場合は他○名と
 書き、別に全員の名、住所をFAX(03-5256-7856)
 または、郵送(〒113-8530 JWA)へお送りください。

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|--|--|----|--|-------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|-----------------|--|-----|--|------|--|---|--|
| 00 | | 東京 | | 払込取扱票 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 口座記号番号 | | | | | | | | | | | | | | 金額 | | | | | | | |
| 001702 | | | | | | | | | | | | | | 千 百 十 万 千 百 十 円 | | | | | | | |
| 708307 | | | | | | | | | | | | | | ※ | | | | | | | |
| 加入者名 | | | | | | | | | | | | | | 料金 | | 備考 | | | | | |
| ウオーキングフェスタ東京実行委員会 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 住所 | | | | | | | | | | | | | | TEL | | | | | | | |
| フリガナ | | | | | | | | | | | | | | 年齢 | | 性別 | | 参加距離 | | <input type="checkbox"/> 大会誌に氏名の掲載を希望しない。 <input type="checkbox"/> お知らせ(DM)等の発送を希望しない。 | |
| 代表者氏名 | | | | | | | | | | | | | | 歳 | | 男・女 | | | | | |
| フリガナ | | | | | | | | | | | | | | 年齢 | | 性別 | | | | | |
| 氏名 | | | | | | | | | | | | | | 歳 | | 男・女 | | 参加距離 | | 日 | |
| フリガナ | | | | | | | | | | | | | | 年齢 | | 性別 | | | | | |
| 氏名 | | | | | | | | | | | | | | 歳 | | 男・女 | | | | | |
| ●該当する場合は項目(□)をチェックしてください。 裏面の注意事項をお読みください。これより下部には何も記入しないでください。 | | | | | | | | | | | | | | 附 | | 印 | | | | | |

振替払込請求書兼受領証

記載事項を訂正した場合は、その箇所に訂正印を押しつけてください。
 切り取らないでお出ください。

| | | | | | | | | | | | | |
|--------|-------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| 口座記号番号 | 001702 | | | | | | | | | | | |
| 加入者名 | ウオーキングフェスタ東京実行委員会 | | | | | | | | | | | |
| 金額 | 千 百 十 万 千 百 十 円 | | | | | | | | | | | |
| おなまえ | 様 | | | | | | | | | | | |
| ご依頼人 | (当日、本券をご持参下さい) | | | | | | | | | | | |
| 料 | 日 附 印 | | | | | | | | | | | |
| 金 | 円 | | | | | | | | | | | |
| 備考 | | | | | | | | | | | | |

この受領証は、大切に保管してください。

小金井公園 (中央会場)

本大会のスタート・ゴール会場です。

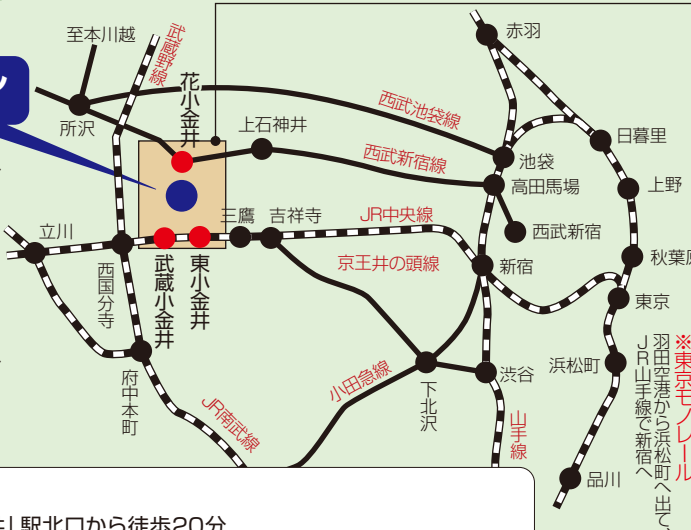
小金井公園はスポーツ祭東京2013(第68回国民体育大会・第13回全国障害者スポーツ大会、平成25年9月28日(土)～10月14日(月))の弓道・バスケットの会場となります。

スタート&ゴール 小金井公園

玉川上水沿いに位置した、面積79ha(日比谷公園の4.9倍、上野公園の1.5倍)と広大な敷地を誇り、広々とした草地、それを取り巻く雑木林、桜の園、こどもの広場、弓道場、SL(C57)展示、野球場・テニスコートと内容豊かな公園です。

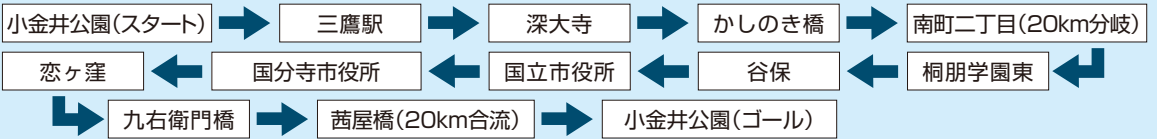
【交通】

- JR中央線「東小金井」駅北口から徒歩20分
 - JR中央線「武蔵小金井」駅からバス7分、徒歩25分
関東バス「小金井公園前」下車/西武バス「小金井公園西口」下車
 - 西武新宿線「花小金井」駅から徒歩15分
- ※お車での来場はできません。公共交通機関をご利用ください。

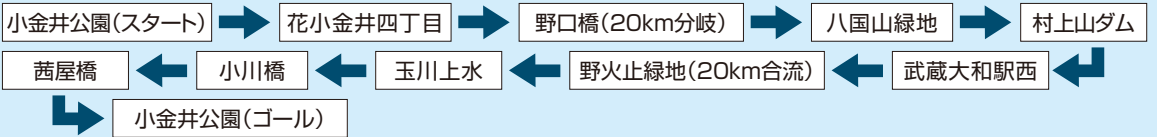


●コース経路

ハナミズキコース 30km



サクラコース 30km



この振込取扱票を大会申込み及び参加費の納入にご利用ください。

この受領証は、郵便局で機械処理をした場合は郵便振替の振込の証拠となるものですから大切に保管してください。

この受領証は、機械で処理しますので、口座番号及び金額を記入する際は、枠内に丁寧に記入してください。

また、本票を汚したり、折り曲げたりしないでください。

事務局

(社)日本ウオーキング協会
TEL 03-85530 東京都文京区湯島1-2-4 神田セントビル
JR御茶ノ水駅聖橋口から徒歩6分/JR秋葉原駅電気街口から徒歩7分
地下鉄丸の内線御茶ノ水駅から徒歩6分
地下鉄千代田線新御茶ノ水駅B1B2出口から徒歩6分
TEL 03(5349)7855 / FAX 03(5349)6000