

天童もみじスイーツウォーキング2019開催要項

楽しく歩いて、スイーツでエネルギー補給！！ ～生活習慣病予防はウォーキングから～

1 趣 旨 ウォーキングの効果は心肺機能が高まり持久力が付き、血液循環が良くなることから、生活習慣病の予防や、健康維持・増進にとっても効果的です。楽しみながら歩き、心も体も健康になり本市が掲げる『日本一の健康都市』を目指しましょう。

2 期 日 令和元年10月14日(月) 体育の日 午前8時開会(雨天決行)

開会式終了後、数回に分けてスタートします。

| | | | |
|-------|-----------|-------|--------|
| ★1回目: | 1～200 | 8時30分 | スタート予定 |
| ★2回目: | 201～400 | 8時40分 | スタート予定 |
| ★3回目: | 401～600 | 8時50分 | スタート予定 |
| ★4回目: | 601～800 | 9時00分 | スタート予定 |
| ★5回目: | 801～1000 | 9時10分 | スタート予定 |
| ★6回目: | 1001～1200 | 9時20分 | スタート予定 |
| ★7回目: | 1201～1400 | 9時30分 | スタート予定 |
| ★8回目: | 1401～1600 | 9時40分 | スタート予定 |



なお、スタート順番は申し込み順になります。(ベビーカーでの参加は8回目スタートになります)

3 会 場 天童市スポーツセンター多目的運動広場(発着～天童市内)

4 参加資格 健康で医師から運動制限をされていない方

5 参加料 一人700円(保険料含む)*3歳未満は無料

6 定 員 先着1,600名

7 コー ス 約7KM 別紙コース図のとおり

8 申込方法 申込用紙に必要事項を記入し、参加料を添えて天童市スポーツセンターまで。

9 申込期間 令和元年8月15日(木)から9月27日(金)までの午前9時から午後8時まで。

10 注意事項

- (1) 参加申し込み者については主催者側で加入する傷害保険内での補償を行う。
- (2) 参加者は、大会役員に指示に従い、交通ルールを守り安全に歩くこと。
- (3) 貴重品などの各自の持ち物については、自己責任において管理・保持すること。
- (4) 3歳未満の方は無料とするが、申し込みは必要です。
- (5) 受付は当日7時20分から7時50分まで受付所で行い、その際にスタート毎のリストバンドをお渡しいたしますので、手首に着けて歩いてください。
- (6) スイーツ所は3カ所あり、1カ所につきひと口サイズのスイーツを1人当たり5個用意しております。*スイーツの持ち帰りは厳禁とします。
- (7) 飲み物は各自でご準備願います。
- (8) 大会に関する映像・写真・記事・記録などのテレビ、インターネットなどへの掲載権は主催者に属するものとします。
- (9) 参加申し込み後の不参加について、参加料の返金には応じておりません。
- (10) 雨天決行で行いますので、雨具の準備等をお願いいたします。*傘の使用は禁止です。
- (11) 当日にイベントの変更がある場合は、午前6時30分に天童市スポーツセンターフェイスブックでお知らせいたします。
- (12) スタート前のトイレは大変混み合いますので、開会式前に総合体育館内の1階2階もしくは多目的運動広場南側のトイレをご利用ください。



11 申込み先 天童市スポーツセンター 電話 023-654-6100