

第32回 都民スポレクふれあい大会 あいほら

ノルディック・ウォーク

2020

2020. **10.25** sun

9:15受付開始 10:00 スタート

指導員随行

雨天決行

参加費(受付時) 300円(中学生以上)、小学生200円
レンタルポール 200円

無料♪はじめてのノルディック・ウォーク教室
(10:30~14:00) 随時受付

【コース】

- ①自分で決めるよ♪コース/450m × α回数
- ②里山ゆるやかコース/3km
- ③里山がっつりコース/5Km



【会場】 町田市立相原中央公園

有料駐車場有

ガラスフェーシング教室開催
10:00 ~
すいとん販売 12:00 ~



JR横浜線相原駅西口から
徒歩 20分
バス 相原小学校前下車10分

アクセス



お問い合わせ 申し込みは裏面を参照



スマホで検索
相原中央公園アクセス

<http://espoir-aihara.net/access/>

主催：東京都・一般社団法人東京都レクリエーション協会
主管：一般社団法人東京都ノルディック・ウォーク連盟
協賛：特定非営利活動法人レスポアール相原
後援：町田市相原地区連合町内会

第32回 都民スポレクふれあい大会 ノルディック・ウォーク参加申込書

(一社) 東京都レクリエーション協会会長 殿

令和2年 月 日

<グループ参加の場合は申込責任者(参加者の中から選んでください)を決めて下さい>

氏名 / (申込責任者氏名)	男・女 才	希望コースに○ ①450m×α回 ②3km ・ ③5km
住所 〒		レンタル希望有無
連絡先電話番号 (携帯電話)		有 ・ 無
日常の運動習慣		

<グループ参加者氏名>

※適用に○印をつけて下さい

No.	氏名	性別	年齢	希望	ポール	日常の運動習慣
				コース	レンタル	
1				450m×α回 3km・5km	有・無	
2				450m×α回 3km・5km	有・無	
3				450m×α回 3km・5km	有・無	
4				450m×α回 3km・5km	有・無	
5				450m×α回 3km・5km	有・無	

実施日：令和2年10月25日(日)/場所：町田市立相原中央公園 /受付9:15～各コース10:00スタート
無料体験コーナー/ガラスフュージングコーナー/すいとん販売 <雨天決行 >

●※申込締切：令和2年10月16日(金) 参加費中学生以上300円・小学生200円

<申込及び問合せ先>

東京都ノルディック・ウォーク連盟 事務局

〒134-0083 東京都江戸川区中葛西2-17-8

電話：03-5878-1677

FAX：03-3877-7887

メール：info@nordic-walk.org

【その他】

※運動しやすい服装、両手が自由になる格好でご参加ください

※傷害保険は主催者側で加入いたします。万が一の事故に備え**保険証持参ください**

※大会参加中の事故については、主管団体が応急処置を行いますが、その後の責任は負いかねます

※当日はマスク着用で参加頂き、受付では体温測定・手指消毒にご協力ください

※新型コロナウイルス感染拡大予防対策により中止になる場合もあります

※小学生以下の参加は、成人が付き添ってください

※申込時に記載していただいた個人情報は、本大会の実施・運営のみに使用します