



The 10th Nordic Walking in Asahikawa
第10回
ノルディックウォーキング
In 旭川

ポールを使って
ウォーキング!!

と き: 2019年9月1日(日)
と ころ: 旭川北彩都ウォーキングコース

- ◆参加費 800円 (中学生以上・当日受付時)
(ポールレンタル無料)
- ◆申込方法 所定の申込書により申し込んで下さい。
- ◆申込み (旭川ノルディックウォーキングクラブ)
電話/FAX: (0166)61-7803

| | |
|--------------|---------------------------|
| 8:30 ~ 9:30 | ⇒ 受付 (CoCoDe前広場) 初心者指導 |
| 9:40 ~ 10:00 | ⇒ 開会式・ウォーミングアップ |
| 10:00 | ⇒ 10 Km スタート |
| 10:05 | ⇒ 5Km スタート |
| 10:10 | ⇒ 3Km スタート |

主催 旭川ノルディックウォーキングクラブ

共催 旭川シニアスキークラブ・旭川フィンランド協会
協賛 (株)スポーツハウス旭川店・(株)秀岳荘旭川店・オンヨネ(株)
後援 旭川市・旭川市教育委員会・(株)北海道新聞旭川支社・あさひかわ新聞
(一社)旭川ウェルビーイング・コンソーシアム
協力 旭川パトロール赤十字奉仕団

The 10th Nordic Walking in Asahikawa

第10回

ノルディックウォーキング

in 旭川

とき 2019年9月1日(日)

ところ 旭川北彩都ウォーキングコース

開催要項・申込書

主催 旭川ノルディックウォーキングクラブ

共催 旭川シニアスキークラブ・旭川フィンランド協会
協賛 (株)スポーツハウス旭川店・(株)秀岳荘旭川店・オンヨネ(株)
後援 旭川市・旭川市教育委員会・(株)北海道新聞旭川支社・あさひかわ新聞
(一社)旭川ウェルビーイング・コンソーシアム
協力 旭川パトロール赤十字奉仕団

第10回ノルディックウォーキング in 旭川 開催要項

- 開催日 2019年9月1日(日) 小雨決行
- 会場 旭川北彩都ウォーキングコース
- 集合場所 旭川市市民活動交流センター (CoCoDe) 前広場
(旭川市宮前1条3丁目)
- コース
 - ◇ 10Km コース CoCoDe→宮前公園→忠別川右岸→旭川駅南口→旭川大橋→美瑛川左岸→両神橋→美瑛川右岸→忠別川左岸→神楽橋→CoCoDe
 - ◇ 5Km コース CoCoDe→宮前公園→忠別川右岸→忠別橋→忠別川左岸→神楽橋→CoCoDe
 - ◇ 3Km コース CoCoDe→宮前公園→忠別川右岸→氷点橋→忠別川左岸→神楽橋→CoCoDe

■ 日程

8:30~9:30 受付 (旭川市市民活動交流センターCoCoDe 前広場)

※ 歩き方の講習をご希望の方は受付にお申し出下さい。

9:40~10:00 開会式・ウォーミングアップ

10:00 10Km コーススタート

10:05 5Km コーススタート

10:10 3Km コーススタート

12:10 最終ゴール

※ゴール後、抽選で景品をプレゼントします。

- 募集定員 150名 (先着順)
- 参加料 中学生以上 800円 (含傷害保険料、当日受付で納入してください)
- 申込方法
 - ① 参加申込書に必要事項を記入し、郵送またはFAXで下記へ送付してください。
 - ② ポールのレンタルを希望の方は申込書にチェックしてください (無料)。
 - ③ 小学生以下の参加については保護者が同伴してください。

申込先：〒070-8044 旭川市忠和4条3丁目1-8 加藤方
旭川ノルディックウォーキングクラブ
電話/FAX: (0166) 61-7803

- 申込締切 8月26日(月)
- 問合せ先 上記の申込先に同じ。
- 留意事項
 - ① コース途中に給水所はありませんので、飲み物は各自ご用意ください。
 - ② 参加者は体調を整えてご参加ください。
 - ③ ポールで人や器物を損傷しないよう、取扱いに十分注意してください。
 - ④ イベント中の怪我については、傷害保険の適用範囲で処置いたします。
 - ⑤ 途中棄権の場合は、係員にお知らせください。
 - ⑥ 手荷物は各自の責任で保管してください。
 - ⑦ 参加者の個人情報 は 厳重に管理保護いたします。また許可なく第三者に提供されることはありません。
- 駐車場 宮前1条3丁目の公共駐車場をご利用ください (障害者福祉センターおびつた前)。

「第10回ノルディックウォーキング in 旭川」参加申込書

旭川ノルディックウォーキングクラブ FAX:(0166)61-7803

| | | | | | |
|-------------|---|----------------------------------|---|----|-------|
| フリカナ お名前 | | 性別 | <input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女 | 年齢 | () 歳 |
| ご住所 | 〒 連絡先電話番号 (- -) | | | | |
| 参加コース | <input type="checkbox"/> 3Km コース | <input type="checkbox"/> 5Km コース | <input type="checkbox"/> 10Km コース | | |
| ボールのレンタル | <input type="checkbox"/> 希望しない <input type="checkbox"/> 希望する⇒身長 () Cm | 特記 事項 | | | |

| | | | | | |
|-------------|---|----------------------------------|---|----|-------|
| フリカナ お名前 | | 性別 | <input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女 | 年齢 | () 歳 |
| ご住所 | 〒 連絡先電話番号 (- -) | | | | |
| 参加コース | <input type="checkbox"/> 3Km コース | <input type="checkbox"/> 5Km コース | <input type="checkbox"/> 10Km コース | | |
| ボールのレンタル | <input type="checkbox"/> 希望しない <input type="checkbox"/> 希望する⇒身長 () Cm | 特記 事項 | | | |

| | | | | | |
|-------------|---|----------------------------------|---|----|-------|
| フリカナ お名前 | | 性別 | <input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女 | 年齢 | () 歳 |
| ご住所 | 〒 連絡先電話番号 (- -) | | | | |
| 参加コース | <input type="checkbox"/> 3Km コース | <input type="checkbox"/> 5Km コース | <input type="checkbox"/> 10Km コース | | |
| ボールのレンタル | <input type="checkbox"/> 希望しない <input type="checkbox"/> 希望する⇒身長 () Cm | 特記 事項 | | | |

| | | | | | |
|-------------|---|----------------------------------|---|----|-------|
| フリカナ お名前 | | 性別 | <input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女 | 年齢 | () 歳 |
| ご住所 | 〒 連絡先電話番号 (- -) | | | | |
| 参加コース | <input type="checkbox"/> 3Km コース | <input type="checkbox"/> 5Km コース | <input type="checkbox"/> 10Km コース | | |
| ボールのレンタル | <input type="checkbox"/> 希望しない <input type="checkbox"/> 希望する⇒身長 () Cm | 特記 事項 | | | |