

第7回

御所湖一周 ウォーキング大会

10/3

土

9時30分スタート

※9時15分までに受付をお済ませください

御所湖広域公園

つなぎ温泉観光協会前 手つなぎ広場

◇コース/ 6キロ, 10キロ, 15キロ

ノルディックウォーキング4km・8kmウォーク(先着50名様)

※ポール無料貸出(初心者は講習会后4kmウォーク)

◇費用/ 中学生以上500円, 小学生以下250円(保険料込)

※当日受付でお支払いください。

◇特典/ つなぎ温泉入浴券

◇申込方法/ 電話・Fax・メールにて下記までお申し込みください。

「住所・名前・年齢・電話番号・参加コース」についてお知らせ下さい。(9/30(水)まで)



【申し込み・お問い合わせ先】

つなぎスポーツ研修センター

電話 019-681-6880(9時-17時まで)

fax 019-681-6818

E-mail center@tsunagi-sports.com



主催：盛岡市, つなぎ温泉観光協会, 岩手県ウォーキング協会, 盛岡市ウォーキング協会
NPO法人まつぞのスポーツクラブ

共催：あすを築く盛岡市民活動実践協議会 健康・スポーツ活動部会

協力：NPO法人日本ノルディックフィットネス協会(RingRing助成事業)、ノルディックウォーキングクラブ盛岡

第7回御所湖一周ウォーキング大会

期日	平成27年10月3日(土) 雨天決行 9時15分受付, 9時30分スタート		
会場	岩手県立御所湖広域公園		
コース	ウォーキング	6キロ, 10キロ, 15キロ	
	ノルディックウォーキング	4キロ, 8キロ	
参加資格	団体歩行による。ノルディックウォーキングは先着50名様(ポール無料貸出)		
	各設定距離を歩ける方なら, どなたでも参加できます。		
参加料	各コースとも中学生以上500円, 小学生以下250円。保険料込み。		
参加賞	参加者には, つなぎ温泉で利用できる温泉無料券を差し上げます。		
スケジュール	受付	8時30分~9時15分	つなぎ温泉観光案内所向 手つなぎ広場
	出発式	9時15分	手つなぎ広場
	スタート	9時30分	手つなぎ広場
	ゴール	13時すぎ	最終到着予定(15キロコースの場合)

- 注意事項
- (1) 大会中の怪我については応急処置のみを行い, それ以上の責任は負いませんので十分注意してください。
 - (2) 更衣室等は特に設けませんので, 運動ができる服装で来場ください。
 - (3) 受付後, 辞退の申し出があった場合でも参加料は返金いたしませんのでご了承ください。
 - (4) 参加の際は雨具等の準備をお願いいたします。
- ※ 駐車場については, ホテル山翠跡地(下図参照)をご利用願います。

ウォーキングコースマップ



10月3日ノルディックウォーキング往復 4km コース

《写真地図版》

往復 8km コース



10月3日ノルディックウォーキング往復4kmコース

《地図版》

往復8kmコース

