



北海道



北海道伊達市

~かるやか・ハツラツ、適度な運動~

〔新たな北海道健康増進計画「すこやか北海道 21」〕

新たな北海道健康増進計画「すこやか北海道 21」ではノルディックウォーキングを道民のみなさんが楽しく実践できる健康運動として積極的に推進しています!!



すこやかロード認定コース

Ohtaki 25th International Nordic Walking

第25回 おおたき国際

ノルディックウォーキング

令和6年7月7日

申込締切日：6月18日

〔振替用紙〕及び〔インターネット(モシコム)〕

※当日の申し込みはできません



ノルディックウォーキングはフィンランド生まれのスポーツで、ポール（ストック）を使うウォーキングです。腕や肩も含めた上半身を使うため全身運動になり酸素摂取量も増加しますのでトレーニング効果が大きく、かつ簡単で安全なスポーツです。歩くことは体力を養い、心肺機能を高めるだけではなく、内臓脂肪を減らすもっとも効果的な方法の一つです。温泉と風光明媚な大滝ノルディックウォーキング専用コースで開催される本イベントに多くの方が参加され、伊達市大滝区の美しい自然とニュースポーツの楽しさを満喫くださいますようご案内申し上げます。

■主催／おおたき国際ノルディックウォーキング実行委員会

■共催／伊達市、伊達市教育委員会、NPO法人伊達市スポーツ協会、大滝ノルディックウォーキング協会、NPO法人日本ノルディックウォーキング学校、公益財団法人北海道健康づくり財団、北海道新聞社

■後援／北海道、NPO法人だて観光協会、北海道フィンランド協会

■協力／伊達市スポーツ推進委員会、伊達市救急法赤十字奉仕団



第25回おおたき国際ノルディックウォーキング開催要項

Ohtaki 25th International Nordic Walking

●開催日

令和6年7月7日(日)

※小雨でも決行しますが自然災害が発生した場合等は主催者の判断でイベントを中止することがあります。

●会場

大滝総合運動公園（伊達市大滝区大成町1番地）を発着地点とした、伊達市ノルディックウォーキング常設コースおよび周辺の特設コース

●種目

- ①12kmコース 起伏に富んだ特設コース（標高差125m）
 - ②9kmコース 平坦な特設コース
 - ③6kmコース 秀峰や溪流美を楽しむ起伏に富んだ一般的な森林浴コース
 - ④3kmコース 起伏が少なく初心者対象のらく楽コース
- ※計測は行いません。各自スポーツウォッチなどで計測することをおすすめします。

●給水所

各コースに給水所を設けます。各自自由にお飲みください。

- ①12kmコース 4.3km（折返点）、
11km（大滝ナイアガラの滝）地点
- ②9kmコース 8km地点
- ③6kmコース 5km地点
- ④3kmコース 2km地点

●参加資格

- ・ノルディックウォーキング愛好者で健康な身体を有する人
- ・12kmは180分、9kmは170分、6kmは150分、3kmは80分以内にゴール可能な方
- ・小学生以下の参加者は、保護者の同伴が必要です。

●タイムスケジュール

- 7月7日(日)
- 8時30分～9時30分 受付
- 9時30分～10時00分 開会式・準備体操
- 10時00分～ ノルディックウォーキング12kmスタート
- 05分～ ノルディックウォーキング9kmスタート
- 10分～ ノルディックウォーキング6kmスタート
- 15分～ ノルディックウォーキング3kmスタート
- 13時00分 コース閉鎖（ゴール後、自由解散）

※ゴール後、参加者に抽選で素敵な景品をプレゼントする予定です。

●参加料

大人1人1,000円、中学生以下1人500円、

レンタルポール1組500円

※払込手数料は事務局が負担します。

※レンタルポール希望の方は申込書希望有の欄に身長を記入のうえ、料金を添えて申し込みください。

※参加料は、お申し込み後いかなる場合があってもお返しいたしません。

●参加申込方法

①インターネットによる申込方法

パソコン又はスマートフォンから、下記URL又は右の二次元コードにアクセスし、大会エントリーページからお申し込みください。

<https://moshicom.com/>



②大会専用郵便振替用紙による申込方法

添付の郵便振替用紙（コピー不可）に必要事項をご記入の上、参加料を添えお近くのゆうちょ銀行又は郵便局の払込機能付ATMにてお申し込みください。

※イベント7日前頃までにナンバーカード引換書を送付します。

●申込期日（締め切り厳守）

令和6年5月8日(水)～6月18日(火)

●留意事項

- (1). 参加者は、スポーツマンとして、イベント要項を遵守し事故防止に努めてください。
- (2). 気象条件等により、スタート時間・コース等を変更する場合がありますので予めご了承ください。
- (3). スタートの整列順は、係員の指示に従ってください。
- (4). イベント当日、身体の調子が悪い場合は出場しないようご協力ください。また、場合によっては係員の判断により歩行を中止していただくこともありますので予めご了承ください。
- (5). 途中棄権の場合は、必ずイベント係員等にその旨を報告してください。
- (6). 遅い歩行者はコースの右側を、早い歩行者はコースの左側を使用してください。コース内で後ろから来た参加者より声がかかった時は、速やかにコースを譲ってください。
- (7). ポールは他人にぶつからないよう、取り扱いには十分注意してください。

●交通機関

- (1). JR (汽車) 及びバス
JR伊達紋別駅下車→道南バス (大滝本町東団地行き) 伊達紋別駅前より大成橋下車
- (2). タクシー
伊達紋別駅前よりタクシー乗車 (所要時間50分/料金10,000円程度)
- (3). レンタカー及びマイカー
 - ①札幌→中山峠→喜茂別町→大滝総合運動公園 (2時間30分程度)
 - ②新千歳空港→支笏湖経由 (美笛峠) →大滝総合運動公園 (1時間20分程度)
 - ③苫小牧→支笏湖経由 (美笛峠) →大滝総合運動公園 (1時間20分程度)
 - ④伊達市内→国道37号線→国道453号線/伊達→久保内→北湯沢温泉→大滝総合運動公園 (50分程度)

●無料送迎バスの運行 (伊達市街地⇄イベント会場)

希望される方は6月18日(火)までに右の二次元コード又はイベント事務局へお申込みください。



- 行き 伊達市役所正面玄関前 (8:00) ⇒長和コミセン (8:10) ⇒イベント会場 (9:00)
 - 帰り イベント会場 (13:00予定) ⇒花カフェイバレー見学 (10分程度) ⇒長和コミセン (14:00) ⇒伊達市役所正面玄関前 (14:10)
- ※帰りは乗車予定者がそろい次第出発します

●申込規約

- イベント参加申込みに際して、下記事項に同意の上、必要事項をご記入ください。
- (1). 主催者は、傷病や紛失、その他の事故に際し、応急処置を除いて一切の責任を負いません。
 - (2). 虚偽申告、申込者本人以外の出場 (不正参加) は認めません。
 - (3). 自己都合によるキャンセル、前記(2)、または過剰、重複入金の場合は返金しません。
 - (4). イベント出場中の映像画像等のテレビ、新聞、雑誌、インターネット等への掲載権は主催者に属します。
 - (5). 主催者は、上記の申込規約の他、別途定める開催要項に沿って開催します。



払 込 取 扱 票										通常払込料金 加入者負担			
02		口座記号番号								金額			
0 2 7 7 0		2		0 7 2 4 3 1				*		円			
加入者名 おおたき国際ノルディックウォーキング実行委員会										料金		備考	
氏 名(フリガナ)			連絡先・住所(メールアドレス)				性別	年齢	希望コース	その他(申し込み時記入)			
メールアドレス:			km				cm	km	cm	円			
※私の責任による事故は私(保護者)の責任において処理することを承諾し申込みします 人数分の参加料とボールレンタル代(希望者のみ)の合計額を払込みください。													
払込氏名 おなまえ (電話番号)		住所 〒 都道府県		様		日		附		印			
裏面の注意事項をお読みください。(ゆうちょ銀行) これより下部には何も記入しないでください。													

各票の※印欄は、ご依頼人において記載してください。

切り取らないでください。
記載事項を訂正した場合は、その箇所に訂正印を押しください。

振替払込請求書兼受領証											
口座記号番号		加入者名								金額	
0 2 7 7 0		2		0 7 2 4 3 1				*		円	
加入者名 おおたき国際ノルディックウォーキング 実行委員会										ご依頼人	
料金										日 附 印	
備考											

この受領証は、大切に保管してください。

森林浴のステージ おおたき国際ノルディックウォーキングイベントコース



コース概要

3kmコース	①スタート→A→2→6→7→8→D→9→10→①ゴール
6kmコース	①スタート→A→2→3→6→7→C→8→D→9→10→①ゴール
9kmコース	①スタート→A→2→3→B→4→B→3→6→7→C→8→D→9→10→①ゴール
12kmコース	①スタート→A→2→3→B→4→5→4→B→3→6→7→C→8→D→9→10→①ゴール
① 大滝総合運動公園	(AED設置場所) 受付・スタート・ゴール・抽選会場・教護所・給水所・トイレ (キーツ・マヤ)
Ⓐ 道路横断	車両注意
② 3kmコースと6km・9km・12kmコースの分岐点	
③ 6kmコースと9km・12kmコースの分岐点	
Ⓑ 道路横断	車両注意
④ 地点誘導	
⑤ 12kmコース折返し地点	(AED設置場所) 給水所・トイレ
⑥ 3km・6km・9km・12kmコースの合流点	
⑦ 3kmコースと6km・9km・12kmコースの分岐点	給水所
Ⓒ 道路横断	車両注意
⑧ 3km・6km・9km・12kmコースの合流点	
Ⓓ 道路横断	車両注意
⑨ 給水所	
Ⓔ アンダーパス	



コース図凡例

- 3kmコース (ウッドチップコース)
- 6kmコース (ウッドチップコース)
- 9kmコース (ウッドチップコース・一部特設)
- 12kmコース (ウッドチップコース・一部特設)

個人情報の取り扱いについて

主催者は、個人情報の重要性を認識し、個人情報の保護に関する法律及び関連法令等を厳守し、主催者の個人情報保護方針に基づき、個人情報を取扱います。イベント参加者へのサービス向上を目的とし、参加案内、記録通知、次回イベントの案内、協賛・協力・関係団体からのサービスの提供に利用します。また、主催者から申込内容に関する確認の連絡をさせていただくことがあります。

■ イベント及びパンフレット請求に関するお問い合わせ先 ■

事務局 〒052-0301 北海道伊達市大滝区本町85番地 伊達市大滝総合支所 地域振興課内
TEL 0142-82-6748 FAX 0142-68-6301 E-mail: chiikijumin@city.date.hokkaido.jp



(ご注意)

- ・この用紙は、機械で処理しますので、金額を記入する際は、枠内にはっきりと記入してください。
- また、本票を汚したり、折り曲げたりしないでください。
- ・この用紙は、ゆうちょ銀行又は郵便局の払込機能付きATMでもご利用いただけます。
- ・この払込書を、ゆうちょ銀行又は郵便局の渉外員にお預けになるときは、引換えに預り証を必ずお受け取りください。
- ・払込みの際、法令等に基づき、運転免許証等、顔写真付きの公的証明書類のご提示をお願いする場合があります。
- ・この用紙は払込み料金を加入者が負担する用紙です。
- ・ご依頼人様からご提出いただきました払込書に記載されたおとこと、おなまえ等は、加入者様に通知されます。
- ・この受領証は、払込みの証拠となるものですから大切に保管してください。

この場所には、何も記載しないでください。