



自然豊かな公園を活用した健康ウォーク
“すべての人々に有益な歩行スタイル”

第10回 東京ノルディック・ウォークフェスタ 2023



The 10th Nordic·Walk Festa Tokyo 2023

2023.12.3 (日)

昭和記念公園あけぼの口ゆめひろば
(JR線「立川駅」・多摩モノレール「立川北駅」徒歩5分)
午前の部・午後の部

事前申込

おとな1,500円(税込) オリジナルタオル付

当日申込

おとな2,000円(税込) お釣銭のないようご準備ください。

参加申込：事前・当日共
ポール持参の方に限ります

・事前申込締切は令和5年10月31日(火)まで。＜各定員600名・雨天決行・荒天中止＞
・取り消しによる参加費の返却は申し受けできません。

参加対象

どなたでもご参加できます。
中学生以下のお子様は保護者の方と一緒にご参加ください。

持ち物

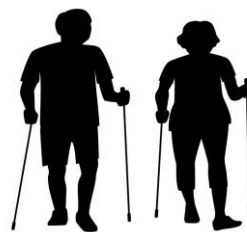
参加費払込受領書、水分補給飲料、雨具、帽子、タオル、リュックまたは、ウエストバック
ウォーキングポール(レンタルなし)、昼食(各自任意)

飲食

公園、駅周辺にカフェ・レストラン等がございます。館内での飲食はご遠慮下さい。

参加上の注意

万全な健康状態でご参加ください。万一事故が発生した場合、主催者は加入保険の範囲
及び応急処置以外の責任は負いかねますのでご了承ください。
ゴール受付時間は、時間内を目処にお楽しみください。



【お申込方法】

裏面の申込書をFAXまたは、
E-mail 郵送 のうえ、
ご指定口座にお振込

ノルディックウォーク発祥国
絵文字で見るフィンランド情報バンク



コース

受付開始

出発式

スタート

ゴール

1km

午前の部
8:45

午前の部
9:30

午前の部
10:00

最終ゴール
午前の部
12:00

3km

午後の部
12:30

午後の部
12:45

午後の部
13:00

午後の部
15:00

5km

共催：(一社)全日本ノルディック・ウォーク連盟 (一社)東京都ノルディック・ウォーク連盟

協力：NPO法人新宿区ウォーキング協会 東京女子体育大学

特別協賛：サントリーウエルネス(株) 協賛：花王(株) (株)キザキ (株)シナノ 羽立工業(株) (株)セラピット 順不動

後援：フィンランド大使館 日本ノルディック・ポール・ウォーク学会

お問合せ 一般社団法人東京都ノルディック・ウォーク連盟
TEL:042-662-0570 平日9:00~17:00 土日祝日除く
FAX: 03-3899-0928 メール: tokyo.nordic-walk@mbr.nifty.com

東京ノルディック・ウォークフェスタ

当日スケジュール (予定)

※天候等により当日、変更もございます。あらかじめご了承ください。

【午前の部】

受付: 8:45~

各コース別 1キロ・3キロ・5キロ

9:30~

出発式 準備体操 集合写真

10:00~ 5キロ・3キロスタート

1キロ体験スタート

~12:00 ゴール

【午後の部】

受付: 12:30~

各コース別 1キロ・3キロ・5キロ

12:45~

出発式 準備体操 集合写真

13:00~ 5キロ・3キロスタート

1キロ体験スタート

~15:00 ゴール

同時開催:

○9:00~15:00

筋肉量測定会

○9:00~15:00

公認ノルディック

ウォーク用品販売

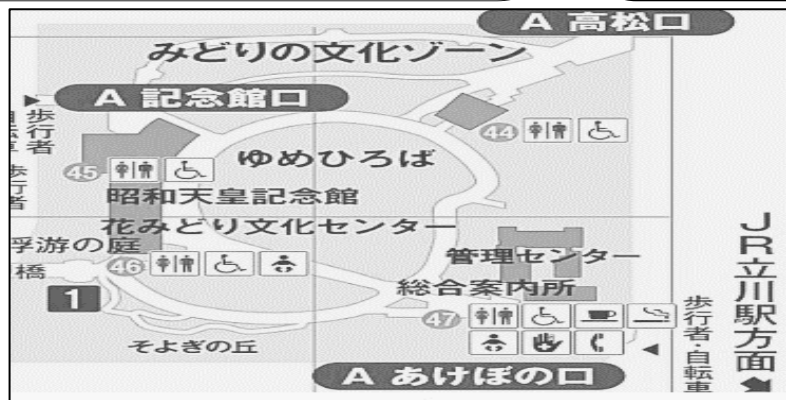
(数量限定)

会場アクセス:

昭和記念公園あけぼの口
ゆめひろば

最寄り駅:

JR立川駅北口/
多摩モノレール立川北駅
徒歩5分程度



※ 収集された個人情報への不正使用、個人情報の漏えい等の危険に対して、安全対策を行い、危険防止に努めます。

東京ノルディック・ウォークフェスタ参加申込

FAX: 03-3899-0928 メール: tokyo.nordic-walk@mbr.nifty.com

郵送: 〒193-0941 八王子市狭間町1758-106 東京都ノルディック・ウォーク連盟

参加時間 (午前の部 ・ 午後の部) (○を記入)

参加コース (1キロ ・ 3キロ ・ 5キロ) (○を記入)

ふりがな

お名前

生年月日 西暦 年 月 日

ご住所 〒 都 県

電話番号 ()

お振込予定日 月 日

【参加事前申込金のお振込先】 (10月31日 (火) まで)

一般社団法人東京都ノルディック・ウォーク連盟

みずほ銀行 西葛西支店 普通 1475898

ゆうちょ銀行 10180-51953531

店名〇一八 店番018 普通 5195353