



いつでも・どこでも・ウォーキング

(今回試験的に実施します。)

桜の開花時期に合わせたウォーキングを5月1日前後の休日にも行います。
桜の開花状況を岩木山観光協会等で確認し、希望の期日等を事前に連絡して下さい。
公認指導員とともにノルディック・ウォークができます。

- *予定している期日：4月29日(金)、5月3日(火)、5日(木)等
- *時間、場所等：午前10時からと午後1時から桜の開花場所を1時間程度ウォークの予定(「岩木山観光協会」集合)
- *参加料等：大人@500円(ただし、「参加&完歩記念品」はありません。)
- *持物等：前述のとおり

参加申込・問い合わせ先

青森県ノルディック・ウォーク連盟

〒036-1343 弘前市百沢字裾野124(岩木山観光協会内)

電話：0172-83-3000 FAX：0172-83-3001

URL：http://nordic-walk.aomori.jp E-mail：shibu_aomori_nordicwalk@yahoo.co.jp

第4回 世界一の桜並木道をノルディック・ウォーク 参加申込書

参加者 (ふりがな) 名前	住所 (電話)	いずれかに○印				
		生年月日 年齢・性別	参加 コース	ノルディック ポール借用	交流 会	昼食 予約
(〒)		S H . . 歳 男・女	Aコース Bコース	借用する 借用しない	参加・不参加	あり・なし
TEL	(〒)	S H . . 歳 男・女	Aコース Bコース	借用する 借用しない	参加・不参加	あり・なし
TEL	(〒)	S H . . 歳 男・女	Aコース Bコース	借用する 借用しない	参加・不参加	あり・なし
TEL	*小学生が参加する場合は、保護者の同伴が必要です。					
その他						

※これら個人情報は、県連盟が責任をもって管理し、保険、書類の送付等以外には使用しません。



運がよければ
「桜吹雪」が
舞(待)つています。

第4回 世界一の桜並木道を ノルディック・ウォーク



参加者募集

●開催日(小雨決行)
平成28年
5月1日(日)

- 会場 岩木青少年スポーツセンター～岩木山観光協会(県道3号桜並木)
- 参加資格 大会の決まり、ウォークマナーを守れる方であればどなたでも参加できます。ただし、小学生以下は保護者の同伴が必要です。



参加&完歩記念品
「ウォーク&交通安全手形」
(木彫り)

弘前市市民参加型まちづくり1%システム対象事業

主催



青森県ノルディック・ウォーク連盟

協力 公益財団法人 岩木青少年スポーツセンター 後援 岩木山観光協会、嶽温泉旅館組合

第4回 世界一の桜並木道を ノルディック・ウォーク

会場までのアクセス



■お車(東北自動車道)ご利用の場合
 大野弘前I.C. 約1分
 旧国道7号線 約3分
 アップロード 約40分
 県道嶽・勝ヶ沢 約10分
 スポーツセンター

■弘南バス(弘前・枯木平線)ご利用の場合
 JR弘前駅前 イトーヨーカドーバスターミナル 約50分
 嶽温泉下車 (徒歩約10分) スポーツセンター



参加種目
 *ノルディック・ウォーク *ウォーキング

受付・スタート・ゴール場所 いずれも岩木青少年スポーツセンター
 岩木青少年スポーツセンター
 住所: 弘前市常盤野字湯段菟 1-2(嶽温泉郷)
 電話: 0172-83-2338 Fax: 0172-83-2732
 E-mail: iwaki-sc@aomori-taikyo.or.jp

受付、スタート時間等

コース	距離	受付開始時間	スタート時間	ゴール予定時間
Aコース	約7km	午前8時30分から	午前9時30分	正午(ゴール後昼食可)
Bコース	約18km	午前8時30分から	午前9時30分	午後3時(昼食時間を含む)

参加費(参加種目共通)

コース	一般・大学生	小中高生	備考
Aコース(約7km)	500円	無料	
Bコース(約18km)	1,000円	無料	昼食場所は岩木山観光協会

※参加費は当日会場「受付」で徴収します。 ※中止の場合でも参加費の返却はしません。

ボールの無料貸出
 ノルディック・ウォーク用のボールは、無料で貸出しますので、申込時にその旨を記入して下さい。
 (当日参加の場合は貸し出しできないこともあります。)

持参するもの
 昼食及び飲料水等、健康保険証、帽子、手袋、着替え、雨具等
 (ノルディック・ウォークに参加する方でボールのある方は、持参して下さい。)
 なお、昼食は、岩木青少年スポーツセンター内の食堂で@500円(ラーメン&おにぎり1個付)で可能(要予約でAコース参加者のみ)です。

岩木山を眺めながら
「ゆっくり歩くだけ(嶽)」です。

数千本の「オオヤマザクラ」が
待っています。



- 免責範囲**
 (1)参加者は、万全な健康管理のもとで参加して下さい。
 (2)万一事故が発生した場合、主催者の加入する保険の範囲内以外の責任は負えません。
 (3)自然災害、その他不慮の事故が発生した場合、ウォークの実施、中止の判断については、主催者の決定に従って下さい。
- 交流会**
 希望者による「交流会」を次により開催します。
 ・日 時 平成28年4月30日(土) 午後6時から
 ・場 所 岩木青少年スポーツセンター
 ・会 費 3,000円
 ・その他 希望者は参加申込時をお願いします。なお、会費は当日受付で徴収します。
- 参加申込方法等**
 参加申込書に必要事項を記入の上、平成28年4月25日(月)までに青森県ノルディック・ウォーク連盟まで、ファックスか郵送又はメール送信して下さい。
 (当日参加もできますが、ボールの貸出ができない場合や「参加&完歩記念品」が後日郵送になることもあります。)
- 宿泊**
 宿泊の斡旋は行っていませんが、次の施設、旅館のHP等で確認して下さい。
 *岩木青少年スポーツセンター(☎0172-83-2338)
 *嶽温泉旅館組合(☎0172-83-2130・小島旅館)
 *岩木山観光協会(☎0172-83-3000)
- その他**
 (1)会場の岩木青少年スポーツセンターまでのアクセス等については、センターHP又は電話で確認して下さい。
 (2)ウォーク参加者は、「無料」で岩木青少年スポーツセンターにて入浴(温泉)ができますので、入浴道具を持参して下さい。



①岩木青少年スポーツセンター ②ミスバショウ沼

③お山の駅岩木さんぽ館

④大町桂月文学碑

⑤世界一の桜並木記念ブロンズ像

⑥石坂洋次郎文学碑

⑦青い山脈歌謡碑

⑧岩木観光物産案内所(岩木山観光協会)
 (青森県ノルディック・ウォーク連盟)