

千駄ヶ谷エリアから未来と過去を巡る

輝く新国立競技場の外苑と青山・赤坂をあるく

参加費無料

2020年11月15日(日) 雨天決行

◎新型コロナウイルス感染予防にご協力ください

コースを各自で自由に歩行します(コース上の要所にスタッフを配置)

マスク着用をお願いします

人と人との間隔は2mあげましょう

大声や参加中に接近しての会話は控えましょう

◆集合場所・JR千駄ヶ谷駅 → 受付場所・聖徳記念絵画館前

◆集合時間・午前9時30分～10時30分(三密を避けるため時間指定となります)

定員・150名(抽選)

対象・区内在住、在勤、在学で全行程を歩ける方(小学生以下は保護者同伴)

持ち物・マスク、健康保険証、帽子、飲み物、雨具、敷物など

(昼食は各自お好きな場所でお取りください)

◆コース(約10km・4時間30分)

JR千駄ヶ谷駅→聖徳記念絵画館前(スタート)→新国立競技場→日本オリンピックミュージアム→青山通り→青山霊園→東京ミッドタウン・檜町公園→赤坂氷川神社→赤坂サカス→高橋是清翁記念公園→外苑いちよう並木→鳩森八幡神社→JR千駄ヶ谷駅

<申込方法><問合せ先>

通常はがき(往復ハガキ使用不可)に「秋のすぎなみ区民歩こう会」と明記して、参加者全員の氏名(フリガナ)・性別・年齢・郵便番号・住所・電話番号を記入し4名まで連記可、代表者に○を付けて下記の宛先へ

(公財) 杉並区スポーツ振興財団 「区民歩こう会」

〒166-0004 杉並区阿佐谷南 1-14-2 みなみ阿佐ヶ谷ビル8階 TEL 03-5305-6161 (平日9時～17時)

または(公財) 杉並区スポーツ振興財団 HP より申込。 <http://sports-suginami.resv.jp/>

《申込10月1日(木)～10月15日(木)必着》 当落結果は10月21日以降のお知らせになります



主催：公益財団法人 杉並区スポーツ振興財団

後援：杉並区

主管：すぎなみ区民歩こう会実行委員会

*新型コロナウイルスなどの影響等、今後の社会情勢の変化により日程や内容の変更、中止となる場合がありますのでご了承ください

新しい生活様式を基にすぎなみ区民歩こう会が変わります

基本的な運動である「歩く」ことを普及しようと昭和45年に始めたすぎなみ区民歩こう会です。参加者の皆さまと共にこれからも歩きたいと願っています。ご参加いただくにあたり、検温、参加確認票提出、マスク着用、ソーシャルディスタンスなどの新型コロナウイルス感染予防対策にご協力いただきます。

なお、ご協力いただけない場合は、参加をご遠慮いただくこともございますのでご留意ください。

コースを各自で自由に歩行



Step 1

- 自宅で検温をおこない、参加確認票に必要事項を記入しご持参ください。
- 集合場所の JR 千駄ヶ谷駅から受付場所に誘導します。
- 各自で手の除菌をお願いします。
- 参加確認票の提出。参加者しおり・地図・記念の手拭いを受取ります。
(グループは代表者1名が手続きをしてください)
- マスクの着用を忘れずに！

Step 2

- 各自で地図を見ながらウォーキングのスタートです。道をふさがないように歩行してください。
- 熱中症予防に水分の補給をお忘れなく！

Step 3

- 要所にサポートスタッフがいます。オレンジ色のシャツを着用しています。
- トイレの場所は地図を参照してください。

Step 4

- 昼食は各自でお好きな場所でとってください。
(檜町公園または最寄りのレストランも可)

Step 5

- すぎなみ区民歩こう会は団体傷害保険に加入しています。(自宅を出てから帰宅まで)ケガ、事故に遭われた時には近くのスタッフ、もしくは杉並区スポーツ振興財団へ連絡をしてください。
- ゴールでアンケート提出にご協力ください。