



第2回 セントラルスポーツ

エントリー
受付中!

スポーツ ウォーキング大会

in 国立霞ヶ丘競技場



**ロコモティブシンドローム
【運動器症候群】の対策にも!!**



正しい歩き方で **もっともつと** アグレッシブにウォーキング!!

国立霞ヶ丘競技場のグラウンド&回廊5kmのコースを、「ロス・オブ・コンタクト(どちらか一方の足が地面から離れないこと)」を守りながら、タイムを競い楽しく歩くタイムトライアルです。

開催日 2010年 **2月21日(日)** 雨天決行

会場 国立霞ヶ丘競技場 (東京都新宿区)

募集要項

参加資格 年齢制限はありませんが、5kmを完歩可能な方。

表彰 男女別 総合1~3位(当日表彰)
※完歩された方には、完歩証を後日郵送いたします。

年齢区分 小学生の部・中学生の部・高校生の部
成人の部 (18~29歳・30~39歳・40~49歳・50~59歳・
60~69歳・70~79歳・80歳以上)

参加費 【会員】1名 3,675円(税込) 【一般】1名 4,450円(税込)
※参加費には、競技参加費、施設使用料、ゼッケン、記録管理料、完歩証(完歩者のみ)、エイドステーションでの
の飲物、傷害保険料等が含まれます。

申込方法 【会員】所属クラブでお申込ください。
【一般】インターネットホームページ(オンライン受付)よりお申込ください。
(<http://www.central.co.jp>)

申込締切 | 2月12日(金)

当日のタイムスケジュール

9:30~ 受付開始(受付終了10:10)

10:10~ 「美しく合理的な歩き方」講習会

11:10~ 競技開始

12:30 終了



国立霞ヶ丘競技場へのアクセス

- JR総武線「千駄ヶ谷」駅より徒歩で約5分
 - JR総武線「信濃町」駅より徒歩で約8分
 - 東京メトロ銀座線「外苑前」駅より徒歩で約15分
 - 都営地下鉄大江戸線「国立競技場」駅(A2出口)より徒歩1分
- 東京都新宿区霞ヶ丘10-2 tel.03-3403-1151



第 2 回セントラルスポーツ『スポーツウォーキング』大会 募集要項

- 1.主 催 セントラルスポーツ株式会社 株式会社パスインターナショナル
- 2.主 管 スポーツウォーキング実行委員会
- 3.日 時 2010年 2月 21日(金) 雨天決行
9 時 30 分 受付開始
10 時 10 分 『美しく合理的な歩き方』講習会
11 時 10 分 競技開始
12 時 30 分 終了
- 4.会 場 国立霞ヶ丘競技場
所在地 東京都新宿区霞ヶ丘町 10 番 2 号
03 - 3403 - 1151
- 5.参加資格 年齢制限はありませんが、5Km を完歩可能な方
- 6.参加費 一般 4,450 円 セントラル会員価格 3,675 円 (消費税含む)
競技参加費・施設使用料・ゼッケン・記録管理料・完歩証(完歩者のみ)
エイドステーションでの飲物・傷害保険料 等
- 7.表 彰 男女別 1～3 位(当日表彰)
完歩された方には、完歩証を後日郵送いたします。
- 8.年齢区分 小学生の部・中学生の部・高校生の部
成人の部 :18～29 才・30～39 才・40～49 才・50～59 才・60～69 才・70 才以上
- 9.申込締切 2010 年 2 月 12 日(金)
- 10.競技ルール 国立霞ヶ丘競技場内 5Km の周回コースをウォーキング
「ロス・オブ・コンタクト」
どちらか一方の足が地面から離れないこと=走らないこと
- 11.その他 競技内容を十分に理解し、自身の体調、体力を認識した上で参加下さい。
競技中の事故については、応急処置を行います。
貴重品等の管理は、参加者の責任において管理をお願いします。
車での来場は、ご遠慮願います。

以上