



生きがいと健康づくりイメーゼキャラクター  
「ちゃっぴー」©静岡県



健康寿命をのばす国民運動  
Smart Life Project

貯めよう!健康ポイント

うごく & スマイル!

【浜松市健康増進課からのお知らせ】

浜名湖ウォークフェスタに参加すると  
健康ポイントが貯まります!



出世大名 家康くん

©浜松市

第2回

国際市民スポーツ連盟・日本市民スポーツ連盟公認大会  
(社) 全日本ノルディック・ウォーク連盟公認大会  
2014 ジャパンノルディック・ウォークプレミアリーグ公認大会

# 浜名湖ウォーク・フェスタ

## 2014

～ 40万本のコスモスに包まれながら浜名湖の風を感じて歩く～

弁天島巡り  
20・10km



浜名湖の雄大な景色に翻弄あさり汁とアイスに舌鼓。  
浜名湖の爽やかな風とあさり汁満喫コース

コスモス  
3.5 km



彩り鮮やかなコスモスが心躍らせる。  
秋の植物を楽しむ園内ガイド付きゆったり満喫コース



2014年  
10月5日 日

9:00～16:00 入場無料  
会場：浜名湖ガーデンパーク

ウォーキング・  
ノルディックウォーク大会



ウォーキング



ノルディックウォーク



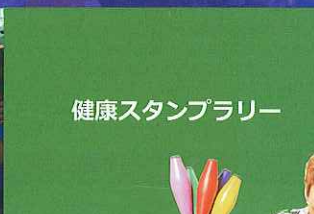
骨密度・体組成等健康機器測定



足型測定



大人の体カテスト



ノルディックウォーク体験会

カラポン

健康スタンプラリー

軽トラ市・B級グルメ店  
大道芸



軽トラ市



B級グルメ店コーナー



大道芸

主催：浜名湖ウォーク・フェスタ実行委員会

【構成団体：静岡県、浜松市、静岡県ノルディック・ウォーク連盟、羽立工業(株)、(株)東海トラベル、(株)杏林堂薬局、(株)ヤマハリゾート】

協賛：遠州鉄道(株)、(株)遠鉄百貨店、はましん倶楽部：浜松信用金庫、スポーツオーソリティ浜松志都呂店・浜松市野店：(株)メガスポーツ、遠州信用金庫、HOYA ビジョンケアカンパニー

後援：湖西市、静岡県西部地域スポーツ産業振興協議会、(社)日本ウォーキング協会、(社)全日本ノルディック・ウォーク連盟、静岡県ウォーキング協会、浜名湖ロイヤルホテル、浜名湖弁天リゾート・ジオーション、浜松観光コンベンションビューロー、浜名湖かんざんじ温泉観光協会、舞阪町観光協会、浜松商工会議所、浜松西法人会、浜名商工会、湖西市商工会、新居町商工会、中日新聞東海本社、静岡新聞社・静岡放送(順不同 予定)

お問い合わせ

〒431-0421 静岡県湖西市新所3 羽立工業株式会社内 浜名湖ウォーク・フェスタ実行委員会事務局  
TEL: 053-578-1501  
平日午前9時～午後5時 土日祝日除く

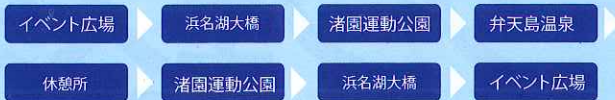
担当：松浦、美和 E-mail: info@hamanakowalk.com  
FAX: 053-578-2724 http://www.hamanakowalk.com



弁天島巡り 煌めく浜名湖の雄大な景色に翻弄。  
あさり汁とアイスに舌鼓。  
20・10km 浜名湖の爽やかな風とあさり汁満喫コース

受付	出発式	出発	ゴール目安
9:00～10:45	9:45～	出発式後～10:45	12:00～15:00

※ゴール時間は歩く速度により異なります。15:00までにゴールしてください。



<会場アクセス>

浜名湖ガーデンパーク  
〒431-1207静岡県浜松市西区村柳町5475-1  
電話:053-488-1500 FAX:053-488-0009

- ・JR東海道本線弁天島駅へ。弁天島駅からはバス、タクシーで
- ・弁天島駅前の弁天島温泉バス停より村柳南までバス乗車約13分
- ・村柳南バス停より浜名湖ガーデンパーク北ゲートまで徒歩3分
- ・弁天島温泉発時刻 7:24、9:21、12:24
- ・村柳南発弁天島温泉行き出発時刻 10:59、16:01、17:02
- ・駐車場料金:無料、駐車台数:約1,800台



コスモス 彩り鮮やかなコスモスが心躍らせる。

3.5km 秋の植物を楽しむ園内ガイド付き満喫コース

受付	出発式	出発	ゴール目安
9:00～13:00	9:45～	出発式後～14:00	11:00～15:00

※出発式後、1時間ごとにスタート。ガイド兼インストラクターといっしょに団体ウォーク  
ゴール時間は歩く速度により異なります。15:00までにゴールしてください。

<大会概要>

健康寿命日本一の静岡県、あふれる自然や海の幸を存分に味わえる浜名湖を舞台に、ウォーキングや健康体験を通じて、心と体の健康づくりと豊かな自然と人情のふれあいをめざした健康ウォーキングイベントです。

<参加資格>

健康な状態で参加できる方で、大会の決まりやウォーキングマナーを守れる方。浜名湖ガーデンパーク内に入場可能なペットとの同伴参加も可能です。ただし、小学生以下は保護者、介助の必要な方は介助者の同伴が必要です。

<参加費>

事前/当日申込	弁天島巡り20・10km	コスモス 3.5km
事前申込 9/19(金)まで	800円	400円
当日申込	1,000円	500円

- ・中学生以下は参加費無料。
- ・参加費は当日受付にてお支払いください。
- ・ノルディックポールレンタル500円、大人の体力測定結果出力1000円(測定のみは無料)をウォーキング大会参加者様は無料でご利用いただけます。
- ・雨もまた自然です。台風等の荒天以外は決行します。(メイン会場、イベント広場は屋根あり)

<事前申込>

事前申込期間: 平成26年7月1日(火)～9月19日(金)  
大会参加申込書に必要事項を記入のうえFAXにてお申込みください。  
申込受付は、FAX送信が正常終了した時点で受理されたこととさせていただきます。  
当事務局からの受付確認の返信は省略させていただきますので、ご了承ください。  
大会当日、以下の「申込書兼誓約書」を持参いただき、参加費とともに受付へご提出ください。

<当日申込>

大会当日、スタート会場の当日受付所にてお申込みください。  
3.5kmコースは14時まで随時受付いたします。  
20・10kmコースは午前10:45をもって申込受付を終了とさせていただきます。

<免責範囲>

参加者は事前に健康診断等を受けて、万全な健康管理のもとに参加してください。  
全てのウォーキング大会参加者に対し、万一、事故が発生した場合、主催者は傷害保険の範囲内及び現場での応急処置以外の責任を負いませんのでご了承ください。  
また、自然災害、歩行困難な荒天、伝染性のウイルス流行対策等の不慮の事態が生じた場合、大会の実施・中止の判断は当該自治体の決定に従いますのでご容赦ください。

<持ち物>

- 健康保険証(写) ● 雨具(ポンチョ・レインコート等。傘は見通しが悪く事故のもと。)
- 飲み物 ● 帽子(つばの大きいもの。)
- 手袋(吸汗性の良いもの。)
- 服装(吸汗性・通気性の良いもの。厚手と薄手の2種類を用意し、こまめな体温調整を!)
- 靴下(厚手で湿紡が良い。替えを用意し、汗をかいたら履き替えてマメ予防に。)
- シューズ(新しいシューズは早めに買って履きならしておきましょう。)
- 手荷物は体験学習館のコインロッカーをご利用ください。コインロッカーは数に限りがありますのでご注意ください。貴重品の管理は各自でお願いします。
- ※昼食は軽トラ市のグルメ商品をご利用いただければ幸いです。

<宿泊について>

宿泊の手配は、(株)東海トラベルがご案内いたします。  
(株)東海トラベル TEL:053-456-3550  
平日午前10時～午後5時 土日祝日除く



当日は園内 イベント広場へ  
お越しくださいませ。  
※展望塔前の広場です。

<当日緊急連絡先>  
090-8540-4268(当日のみ)

申込書兼誓約書

①	ふりがな	住所 〒					
	名前						
	自宅電話	メール:					参加コース 3.5km・10km・20km
②	携帯電話	性別 男・女	年齢	才	ウォーキング・ノルディック	ポールレンタル	要・不要
	ふりがな	住所 〒					
	名前						
③	自宅電話	メール:					参加コース 3.5km・10km・20km
	携帯電話	性別 男・女	年齢	才	ウォーキング・ノルディック	ポールレンタル	要・不要

私は本大会開催期間中の安全に対する判断配慮等について全て私個人が責任を持ち、私個人の生命・負傷は大会関係者には一切の責任を要求しません。  
また写真映像についての使用、転載の権限を主催者に与えることに同意します。私は、上記の旨を理解し、ルールと大会規定に従うことを誓います。  
(18歳未満のエントリー者は保護者の署名、捺印が必要)

氏名

印