

浜益 「いっぺ、かだれや」

ヘルシーウォーク2016 参加者募集

開催日:平成28年9月18日(日)

時間:午前10時15分スタート

場所:毘砂別会館(駐車場有り)

募集期間:平成28年7月1日(金)~8月31日(水)



北海道 石狩市
Hokkaido Ishikari City

参加のご案内

- 定員……200名 ※定員になり次第締め切ります。
- 募集期間…平成28年7月1日(金)～8月31日(水)
- クラス及び参加料

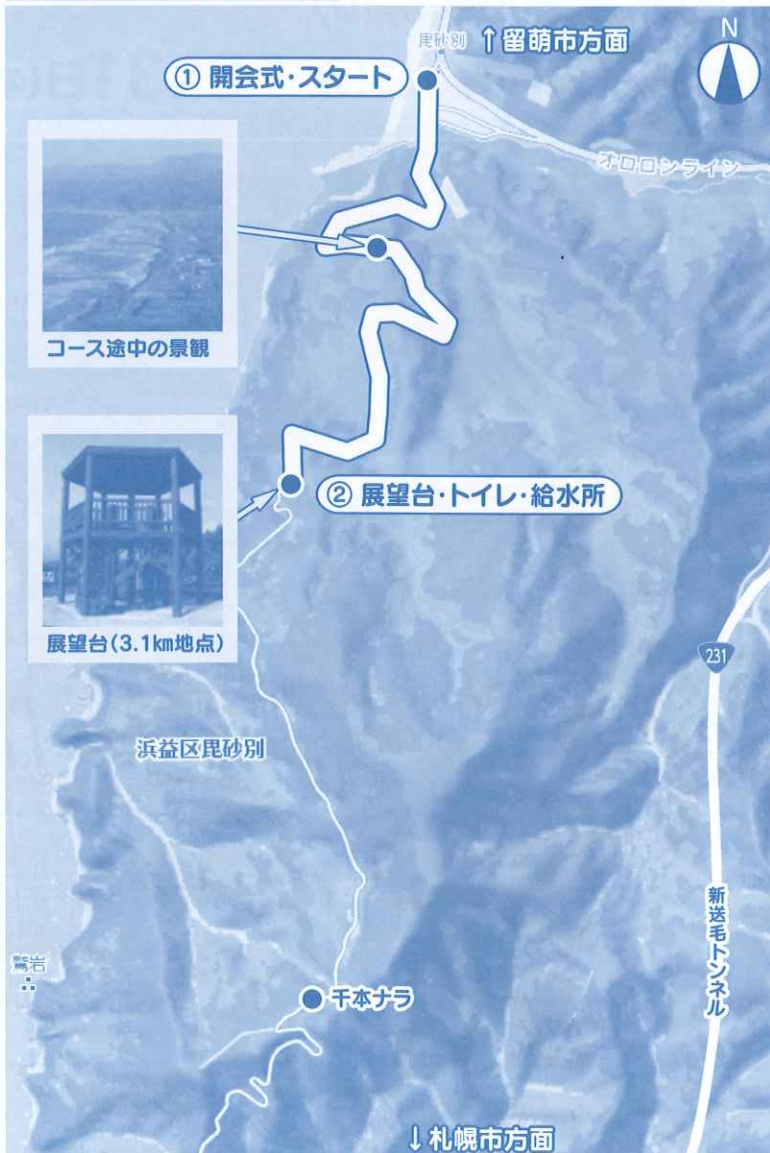
参加クラス	参加料
A ウォーキング 中学生以上	中学生以上 …1,500円 小学生 ……500円
B ウォーキング 小学生	
C ノルディックウォーキング※	

※参加クラスCのノルディックウォーキングは身長145cm以上の方に限ります。(先着40名)

- 集合場所…毘砂別会館前(駐車場有り)
- 受付……9:00～9:45
※ノルディックウォーキング参加者は9:45より15分程度講習会
- 開会式……10:00
- スタート ……10:15
- 給水所……1箇所設置(3.1km折り返し地点)
- ゴール……11:30～12:30 毘砂別会館前
- 参加賞……全ての参加者に完歩証を発行
浜益温泉入浴券・ゼッケン・タオル・エコバッグ・祈願用シャモジ ほか
- 抽選会……ゴールした順にお楽しみ抽選会

昼食事前申込み 浜益米おにぎり・浜鍋……500円 (参加料と別途申し受けます)

- コース(①②往復全長6.2km)
① 毘砂別会館前 ⇄ ② 毘砂別展望台
- ※コースは全線舗装路です。



小雨決行

これがあると便利!!

- 雨具(折りたたみ傘)
- 帽子
- 水筒
- 虫よけスプレー(ハッカ油)
- 着替え、タオル等(温泉セット)



ノルディックウォーキング!

ノルディックウォーキングは、2本のポール(ストック)を持って歩く、誰でも簡単にできる運動です。普通に歩くよりもポールを使うことで全身の筋肉を無理なく強化し、エネルギー消費量が20%ほど増すと言われています。また、首や肩のコリを解消し、膝や腰にかかる負担も軽くなります。冬には雪道での転倒防止にも役立ちます。

“願いがかなう木”千本ナラ



千本ナラは「願いがかなう木」として有名です。ウォーキングコースには含みませんが、イベント終了後13:30(予定)以降は、千本ナラまで車で行くことが可能です。ウォーク後訪れ、願掛けしゃもじを奉納してみませんか。また、しゃもじの代理奉納をご希望の方は大会受付までしゃもじをお持ちください。

お申込み (本登録)

本要項に添付している払込取扱票に参加申込事項をご記入の上、期日までにお支払い願います。
(インターネット・FAXで仮登録を済ませられた方も同様の手続きとなります。)
これをもって、本登録となります。

個人情報の 取扱について

参加者のみなさまの個人情報は、当イベントのみで使用(参加者名簿等)するとともに、次回開催の募集要項の発送に利用いたします。

注意!

申込み後の種目変更や不参加による返金はできませんので、あらかじめご了承ください。

- 申込期間…平成28年7月1日(金)～8月31日(水)消印有効
(上記以外に手続きしますと申込が無効となりますのでご注意ください。)
- 案内通知…開催実施日の1週間前までに、エントリー確認通知を郵送します。確認通知書は当日必ずご持参ください。
- 駐車場利用…駐車場利用をご希望された方には案内通知と一緒に駐車券をお送りします。

参加料込みでとってもお得な「とくとくバスプラン」をお薦めします

会場までの直通バスが安心でしかも楽チン!

行程表

大通・中央バス札幌ターミナル(7:30) →
 麻生(7:50発) → 石狩市役所(8:15発) →
 毘砂別会館(9:20頃着) →
ウォーキング(6.2km)10:15スタート(約1時間半)
 → 毘砂別会館(12:45頃) → ふるさと祭り(12:45～13:30) →
 浜益温泉(14:00～15:00) → 石狩市役所(16:15頃) →
 麻生(16:40頃) → 札幌(17:00頃)

- お風呂道具、着替えもバスにてお預かりします。(貴重品は各自管理)
- 当日は道路事情等により行程変更の場合があります。

とくとくバスプラン料金

ウォーキングコース(替) …… 6,500円(小学生は1,000円引)
※上記料金には、イベント参加料が含まれております。

【お申込み】…… 1名様より/食事:あり(浜益米おにぎり・浜鍋)
 添乗員:同行

【募集人員】…… 45名様
 【最少催行人員】…… 25名様

【お申込み方法】…… 電話若しくはFAXにて必要事項を添えてお申込みください。お支払いは店頭か銀行振込みとなります。
 (8月31日(水)まで)
 ホームページよりお申し込みも可能。
<http://www.cb-tours.com/>

【ご注意】…… バסטゥアでお申込みいただいた方は、同時にイベントへのエントリーも自動的にされますので、改めて実行委員会への申込みは必要ありません。
※千本ナラは、バस्तゥアのコース中に含まれません。

【特典】…… バスプランにお申込みのお客様は、お帰りにビール1本プレゼント。

お申込み先

北海道知事登録旅行業第2-470号
 (株)シービーツアーズ 札幌市中央区大通東1丁目3番地 中央バス札幌ターミナル2階
 営業時間: (月)～(金)9:00～17:30 (土)9:00～14:00 (日)祝定休 TEL: 011-221-0912 FAX: 011-221-0117

ご記入にあたって

ご希望される参加種目(参加クラス)は次のとおりアルファベットのコードでご記入ください。

【参加クラス】

A	林道ウォーキング 中学生以上
B	林道ウォーキング 小学生
C	ノルディック ウォーキング

- お間違えのないようご記入ください。
- 大人…1,500円
小学生…500円
- 昼食前申込み
浜益米おにぎり・浜鍋 500円
(参加料と別途
申し受けます)

各票の※印欄は、ご依頼人において記載してください。

払込取扱票	
00	小樽
口座記号番号	
金額	千 百 十 万 千 百 十 円
0 2 7 1 0 1	7 7 8 7 9
加入者名	料金額 備考
浜益「いっぺ、かだれや」林道ウォーク実行委員会	
※ 契約書:私は要記載の契約事項を承諾し、参加料を添えて申込みします。	
ご依頼人	フリガナ
No 1	フリガナ 氏名 性別 男・女 年齢 歳 参加クラス
No 2	フリガナ 氏名 性別 男・女 年齢 歳 参加クラス
No 3	フリガナ 氏名 性別 男・女 年齢 歳 参加クラス
住所	〒
住所	〒
住所	〒
所属グループ名	フリガナ
駐車場利用の有無	有 (台) ・ 無
代表者電話番号	自宅 携帯
裏面の注意事項をお読みください。(ゆうちょ銀行)(承認番号小第 16732号)	
これより下部には何も記入しないでください。	

切り取らないで出してください。

振替払込請求書兼受領証

口座記号番号	0 2 7 1 0 1
加入者名	浜益「いっぺ、かだれや」林道ウォーク実行委員会
金額	千 百 十 万 千 百 十 円
ご依頼人	おなまえ
料金額	(消費税込み) 日 附 印
備考	

この受領証は、大切に保管してください。

【誓約項目】

参加者は次の誓約項目に同意の上、お申込みください。

- ①主催者は傷病や紛失、その他の事故に際し、応急措置を除いて一切の責任を負いません。
- ②申込み後の種目変更、キャンセルはできません。
- ③年齢の虚偽申告、申込者本人以外の参加等の不正参加は認めません。その場合は参加が取り消されます。
- ④地震・風水害・事件・事故等による中止、上記②、③あるいは自己都合による参加キャンセル、過剰入金、重複入金の返金はいたしません。
- ⑤開催中の映像・写真・記事・記録等のテレビ・新聞・雑誌・インターネットなどへの掲載権、肖像権は主催者に属します。

申込み・開催に関するお問合せ

浜益「いっぺ、かだれや」林道ウォーク実行委員会

〒061-3101

石狩市浜益区浜益2番地3

<http://www.ishikari-kankou.net/>

事務局

・石狩市浜益支所地域振興課 TEL0133-79-2029 FAX0133-79-3702
・(一社)石狩観光協会浜益事務所 TEL0133-79-5700 FAX0133-79-5701

宿泊に関するお問合せ

(一社)石狩観光協会浜益事務所(TEL0133-79-5700)へお問合せください。(民宿)

又は、シャトレゼガトーキングダムサッポロ(TEL011-773-2211)へお問合せください。

●主催…… 浜益「いっぺ、かだれや」林道ウォーク実行委員会

【構成】(一社)石狩観光協会／石狩北商工会／北石狩農業協同組合／石狩湾漁業協同組合
浜益区自治会連合会／昆砂別自治会／浜益自治婦人会連絡協議会／こがね山岳会
北門信用金庫浜益支店／浜益郵便局／浜益青年会／(公財)石狩市体育協会
石狩市スポーツ推進委員協議会／石狩市立浜益中学校／石狩市立浜益小学校／石狩市

●共催…… 石狩市／石狩市教育委員会

●後援…… 北海道／札幌市／さっぽろ広域観光圏推進協議会／札幌広域圏組合／北海道新聞社／道新スポーツ

●協賛…… (株)アミノアップ化学／(福)石狩市社会福祉協議会／(株)伊藤園／植村水産／おにぎりの久慈
門脇漁業部／岸本産業(株)／きむら果樹園／コモト・カイロプラクティック・イン／サッポロビール(株)
(有)三栄自動車興業／シャトレゼガトーキングダムサッポロ／(株)秀岳荘／セイコーマート浜益店
聖太産業(株)／総合商研(株)／(有)総幸丸水産／高橋建設／(株)ドール／西水流養蜂園／日本海
(一社)日本自動車連盟[JAF]／(有)八田商店／浜益「千本ナラ」巨樹・巨木保全協議会／浜益郵便局
(有)ふじみや製菓／北海道牛乳普及協会／北海道コカ・コーラボトリング(株)
(有)松丸水産／民宿 おおはし／民宿 よしざき／(株)りんゆう観光／渡辺商店(50音順)

●協力…… (株)シーピーツアーズ

(ご注意)

- ・この用紙は、機械で処理しますので、金額を記入する際は、枠内にはっきりと記入してください。また、本票を汚したり、折り曲げたりしないでください。
- ・この用紙は、ゆうちょ銀行又は郵便局の払込機能付きATMでもご利用いただけます。
- ・この払込書を、ゆうちょ銀行又は郵便局の渉外員にお預けになるときは、引換えに預り証を必ずお受け取りください。
- ・この用紙による、払込料金は、ご依頼様が負担することとなります。
- ・ご依頼様からご提出いただきました払込書に記載されたおところ、おなまえ等は、加入者様へ通知されます。
- ・この受領証は、払込みの証拠となるものですから大切に保管してください。

収入印紙

課税相当額以上
貼付

印

この場所には、何も記載しないでください。