

10万人が集う 日本最大のウオーキングイベント

THE 40TH JAPAN 3-DAY MARCH

ANNIVERSARY

第40回記念大会 日本スリー





スペシャルゲスト

埼玉県コバトン 健康マイレージPR大使

堀尾 正明 🗈

11/3 (税) 14:00

第40回大会記念品



限定有料オプション



Email bwa42662@nifty.com HP http://www.city.higashimatsuyama.lg.jp/3day/

東松山市 一般社団法人日本ウオーキング協会 埼玉県 東松山市教育委員会 NPO法人埼玉県ウオーキング協会 朝日新聞社

熊谷市/深谷市/越生町/滑川町/嵐山町/小川町/川島町/吉見町/鳩山町/ときがわ町/東秩父村

アサヒシューズ/山佐時計計器/スリーエム ジャパン/全日本ノルディック・ウオーク連盟/ プログラス フスター・ススプラッとフェース/ 田位時間 1 66/ スリーエム ファイン/ 主日本アルアイップ・フォーン 武蔵野銀行/ボッシュ/マミーマート/やきとりひびき/太陽インキ製造/大東文化大学/水戸証券/立正大学/ コエドブルワリー/アキム/大栄不動産/カワラリゾート/埼玉中央農業協同組合/埼玉成恵会病院/丸広百貨店/ 埼玉県国民年金基金/伊藤園/東松山市文化まちづくり公社(Mina)

埼玉県マーチングリーグ公式大会!



デイリー賞

の表彰があります。

2days 4月

11月

飯能新緑 5月

日高かわせみの里 ツーデーウオーク

11月

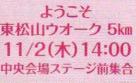
3月

Yokoso JAPAN!! ウオーク10km(5km) 11/1(水)14:00スタート

集合:浜離宮朝日ホール前

*来日した外国人ウオーカーと歩きましょう 浜離宮朝日ホール⇒銀座⇒皇居⇒東京駅

(参加費 1,000円 当日受付) *IML30周年記念シンボジューム開催 9:00~12:30 浜離宮朝日ホール (無料)



東松山市街周辺のとって

おきスポットを、観光ガ イドがご案内します。

完歩祈願、商売繁盛、縁結びの 箭弓稲荷神社、東松山の市街地 を巡り、名物みそだれやきとり 店もご案内します。

(参加無料、当日受付)

記念大会特別イベント ウオーカーの集い 11/3(祝)17:30

> 東松山市総合会館 (中央会場前)

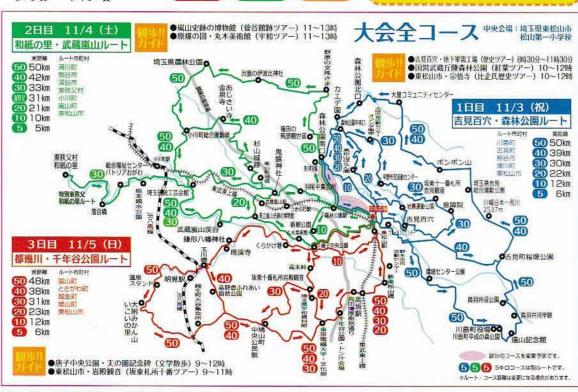
4階多目的ホール (参加費1,000円 軽食・飲み物含む)

※事前申込みが必要です。 (先着150名)

申込みは実行委員会事務局 (0493-23-3330) へ 直接ご連絡ください。 当日参加はできません。

参加者表彰を 行います!!

大会2日目の午後、中央会場ス ージで30回以上3日間完歩さ れたウオーカーを表彰します! 対象者は事前に実行委員会事務 局(0493-23-3330)へご連 絡ください。



スタート時間

出発式 50km 6:00~

40km 7:00

■雨もまた自然です。荒天以外歩きます。

出発式 30km 7:30~ 20km 8:30

出発式 8:45

1 Okm 9:00~10:30

5km 10:30~11:00

(繰り上げスタートはありません)

安全で楽しい 大会のために スタート時間を お守りください

★ハトの会

日本ウオーキング協会会員の 80歳以上のウオーカーで「ハト の会」を結成しています。毎年大 会2日目の14:00より、中央会場 前の東松山市総合会館の会議室 で全国総会を開催しますのでふ るってご出席ください。新規入会 も受付ます。

■ゴール時間 12:00~17:00 (時間内のゴールに、ご協力をお願いいたします。)

3日間完歩された登録者には、大会完歩証と完歩数字章を贈呈します。1日だけあるいは2日間だけ完歩された登録者には 大会完歩証のみ贈呈します。

各表彰・贈呈は、3日間完歩者は最終日に、1日・2日間完歩者はその日に、それぞれゴール順に行います。

●世界無形文化遺産登録・和紙の里を歩く特別コース 11/4(土) 朝7:30 中央会場バス出発

朝7:30、中央会場から臨時送迎バスで東秩父村和紙の 里へ。和紙の里から静かな里山のみち、槻川縁の遊歩道を 歩き、小川町の埼玉伝統工芸会館で30キロルートへ合流、 中央会場へ(実距離31km)。

バス利用は東武トップツアーズ㈱への事前申込みのみ (1000円)となります。



★ゆっくりウオーク(事前登録のみ



車いすを利用されている方や障害のある方、 あるいは高齢者やベビーカーの家族連れなどに ボランティアスタッフがサポートして、3日間、10 キロコースの一部に歩きやすく配慮したルートを ーク」を行います。

1日屋外行動が可能な方で、介助者として家族もしくは友人、知人 の同伴可能な方は、事前登録の上ご参加ください。

サポートの申込みは、実行委員会事務局(担当:障害者福祉課)へ

★ウオーキングリーダーと歩こう



JWA公認のウオーキング指導員と一緒に歩き ましょう。正しい歩き方から、大会の楽しみ方ま で、特に初参加の方にお勧めです。当日スタート 時に中央会場の専用受付にお越しください。登録 された方はお気軽にどうぞ!!

・歓・感歩!記念ブース ★完 ・観



中央会場に記念撮影のできるブースが登場!! どうぞご利用ください。(無料)

ブース提供企業の撮影会等で使用できない時 間もあります。ご了承ください。



お菓子貰い忘れていませんか? 11/5(日)限定開催!!

コスプレ(仮装)して参加するとお菓子が貰えちゃう!!?

コスプレして参加しよう

ハロウィンだけコスプレするなんて、モッタイない♪ アフターハロウィンを楽しんじゃおう!

オフィシャルグッズで 大会気分を先取り!



 $7/1 \sim 8/31$ 特典付き予約販売開始!

詳細はホームページをご覧ください。 企画・販売:ミズノ

主催者は、大会の模様を記録、撮影して放送、報道(東松山市 の広報誌·公式Twitter·Facebook)、次大会印刷物等で公表 する場合があります。ご了承ください。

ご登録いただいた個人情報は重要なものと認識し、その取扱 いについては厳重に管理いたします。また、大会運営の目的以 外には使用しません。

第40回太会記念

参加登録費は

3/37 期間限定!

事前登録限定有料オブション ミズノ製オリジナル機能バッグ

詳細はホームページをご覧ください。

申込方法

事前登録



郵便振込・銀行振込・ Famiポート・インタ ネット・電話でお申し込み の方には「登録証」の発送 はいたしません。払込受領 証、支払い証明等を大会受 付「参加グッズ引換所」に ご提示ください。

A 郵便振込 払込取扱票に必要事項を記入になり、最寄りのゆうちょ銀行・郵便局から参加費を払込みください。

B 銀行振込 武蔵野銀行本店・支店窓口 窓口にある専用申込書に記入していただき手数料なしで申込みできます。

C Famiポート 全国のファミリーマート店内のFamiボートで、操作バネルに従って お申込みください。参加料はレジにて現金でお支払いください。ス ボーツエントリー利用料がかかります。

D インターネット申込み

日本スリーデーマーチのHPからも申込みページにリンクしています

スポーツエントリー

JTBスポーツステーション ランネット(歩こうにっぽん)

http://spoen.net/a https://jtbsports.jp http://arukou-nippon.com.entry



ードはスームアウトして 組而から徐々に襲してください。



QRコードはズームアウトして ご利用ください。 鉱面から徐々に難してください。

コンビニ支払かクレジットカード支払が選べます。それぞれ規定のエントリー手数料をご負担ください

E 電話で申込み(TEL 0570-550-846)

月~金、10:00~17:30 (土・日・祝は休み)

※ガイダンスの後に「1」を押してください。※お支払いのご案内をいたしますので、メモをご用意ください。 通話料は申込者様負担です。スポーツエントリー手数料がかかります。コンビニ支払かクレジット支 払が選べます。IP電話、PHS、ケーブルテレビ電話、海外からの電話はつながりません。

※今大会のわんぱくウオークの募集はありません。

◎開催地 (東松山市と支援11市町村) 在住の方は開催地

割引料金となります。開催地内の19カ所の申込所で直接

◎参加取消しの場合、登録参加費の返還はできませんので

●当日登録参加費

にご提示ください。

スマホで申込み

□埼玉県・東松山市役所

で申込み、カー もスマホでOK!

https://pass-me.jp/

BのPassMe!では、スマホ 申込み、カード決済。引換証

バスミー

G 直接申込み

窓口にある専用申込書にご記入になり、現金でお支払いください。

(TEL 0493-23-3330) 東武東上線東松川駅東口から北へ徒歩10分月~金午前9時~午後5時

□埼玉県・東松山市ウォーキングセンター (TEL 0493-23-9090)

東武東上線東松山駅東口から東へ徒歩10分火~日午前9時~午後5時

JR衡茶ノ水駅聖橋口から徒歩6分/JR秋葉原駅電気街口から徒歩7分

■NPO法人埼玉県ウオーキング協会 (TEL 048-831-4702)

R浦和駅西口または南浦和駅西口から徒歩15分・例会でも受付します。

「申込み受領証」は大切に保管して、必ずご

持参になり、大会受付「参加グッズ引換所」

-般社団法人日本ウオーキング協会 (TEL 03-5256-7855)

Q

高校生以下 大 1日ごとは 1日ごとに 1000g **500**_円

(ゼッケン、チェックカード、コース地図等が配られます) (バッジ、記念品、大会誌はありません)

大会当日(11月3・4・5日の毎朝5:30~ 11:00) 当日受付窓口へお申し込みくださ い。1日ごとの登録となります。

●事前登録参加費

诵 高校生以下 3日間 800_円 **2000**円

※申込みは8/31まで オリジナル機能バッグ付

高校生以下 大 3日間 2800_円 **4000**_円

ご了承ください。 (バッジ、記念品、ゼッケン、大会誌、チェックカード、コース地図等が配られます。) ※東秩父行きバスのお申込みは東武トップツアーズ㈱のみとなります。

参加グッズの引換

大会前日11月2日(木)は屋12:00~夜19:00

大会当日は、毎日朝5:30~11:00参加グッズの引換をいたします

申込みください。

参加資格

ウオーキングマナー五ヶ条を守り、スタート・ゴール時間やチェック ポイント等大会規則や交通ルールを守れるウオーカー。国籍、年齢、性 別等一切問いません。但し、乳幼児は保護者の同伴が必要です。

免責の範囲

参加者は事前に健康診断等を受け、万全な健康管理のもとに参加してください。登録者に万一事故が発生した場合、主催者は加入した傷害保険の範囲内及び応急処置以外の責任は負え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、新型インフルエンザの流行等の不慮の災害が生じた場合、大会の実施、中止の判断は当該自治体の決定に

従います。なおその場合、大会誌・ゼッケン・地図等の大会資料は送付 しますが、参加費の払い戻し及び各歩行記録の認定はできませんのでご 容赦ください。

お申し込み、お問い合せは

第40回日本スリーデーマーチ実行委員会

TEL 0493-23-3330 FAX 0493-23-2239

http://www.city.higashimatsuyama.lg.jp/3day/ Eメール bwa42662@nifty.com

〒355-8601 埼玉県東松山市松葉町1-1-58 東松山市役所 ウォーキング推進室内

宿泊と東秩父行きバスのお申込みは

東武トップツアーズ(株)

東京法人東事業部 担当:中曽根、越山、沼尾

TEL 03-6667-0586 FAX 03-6667-0568

営業時間:月~金9:00~18:00(土・日・祝祭日は休日) T103-0025 東京都中央区日本橋茅場町2-10-5 住友生命茅場町ビル2階



「登録証」の送付はいたしませんので、この「受領証」を必ず持参して、大会受付にご提示ください。

A		All	
V		(±1) 1)	į

お願い

送りください。 ②1、最寄りのは代表ほか何名・ ○1、最寄りのは、最寄りのは、最寄りのは、最寄りのは、最寄りのは。 ○1、最寄りのは、最寄りのは、最寄りのは、最寄りのは、最寄りのは、 ∠39)または、郵送かEメールで実行委号が何名と書き、別に全員の氏名住所等をF抵低は同じ住所の2名様まで記入できます。寄りのゆうちよ銀行・郵便局よりお払込みは所氏名等、必要事項に○囲み、レ点をは行きバスのお申込みは東武トップツアーズに 行をするとなるとなっている。 をFAXであるださいまり、3名とはつきり、3名と (049) 務局 9

場

00	The state of the s	込	取	扱	票	
0	0 1 7 0=2= 7	5 0 8 2	2 6 部		十万千	百二四
加人者名	日本スリーデーマー	チ実行委	員会金		備考	
	おところ(郵便番 号)	(TEL) 1
※ご依頼人・通信欄						
依頼	ふりがな おなまえ (払込人)	年齢 男	ありがな おなまえ			年齢 男 女
人.	参加距離 50km 40km 30km 20k □オプション(オリジナル機能バッグ) ※4		The second second	Okm 40km (オリジナル機	30km 20k 能パッグ) ※申	
通信欄	払込金額の内訳(登録参加費) 今, 通常 大人 2000円× 名 〇月 高校生以下 800円× 名 イリジナル機能バック柱 大人 4000円× 名 高校生以下 2800円× 名 〇 東秋父日本・2800円× 名 〇	日附				
	D注意事項をお読みください。 (ゆうちょ より下部には何も記入しないでください。		東第5291	6号)		

振替払込請求書兼受領証

	口座	0 0 1 7 0= 2	
	番号	7 0 8 2 2	6
記載事項	加入者名	日本スリーデーマーチ実行委員	会
を訂正し	金額	千百十万千百十	H
記載事項を訂正した場合は、その箇所に	二依頼人	ほか () 名	兼 様 個
訂正印を	料金	(消費稅益等) 日 附 印	
その箇所に訂正印を押してください。	電備考	田	

臨時駐車場のご案内 (11月3、4、5日開設)

公共交通機関のご利用ができない方で車で来られる方のために、臨 時専用駐車場を開設します。また大会当日の3日間5:30~10:30 及び12:15~17:00の時間帯に、専用駐車場~中央会場間に専用 シャトルバス (無料) を運行いたします。

場所=大岡運動広場(オランダ風建物の大岡市民活動センター隣) ご利用時間=5:00~18:00 (夜間は駐車できません)

駐車台数には限りがあり、雨天の場合は駐車できないこともありま

す。できるだけ、電車・バスなどの公共交通機関をご利用ください。

東松山への交通



他の一般歩行や車、自転車の通行の方にもご配慮をお願いい たします。民地への立ち入りはご遠慮ください。トイレはマッ プに表示された場所をご利用ください。コンビニ等のご利用も マナーをお守りください。

この大会は、自然と健康とロマンを求め、世界各国や全国各地の歩く仲間との出会いとふれあいを楽しみながら、みんなで自由に歩く国際祭典であっ て、順位や記録を競う大会ではありません。

ウオーキングマナー五ヶ条

- やあ!おはよう 明るい挨拶 さわやかに
- 2. 信号で、あわてず あせらず 待つ余裕
- ひろがるな、参加者だけの道じゃない
- 4 自分のゴミ、自分の責任もち帰り
- 歩かせて、いただく土地に感謝して



日本スリーデーマーチは埼玉 県の「みんなでマイボトル運 動」に賛同推進しています。

協力店はこちらから→



持物と服装 弁当・飲料水など

吸汗性の良いもの、冷え・ むくみを防ぎます。

上着

軽い、薄い素材が楽。重ね着でまめに体温調節しよう。

下着

吸湿・速乾性に優れたもの。 防寒やひんやり感の機能性も 活用しよう。

スラックス

トレーニングバンツ・スパッツなどのはきやすく、動きやすいもの。綿素材は濡れると重くなり歩きには不向き。

靴下

5本指・厚手・混紡が良い。 スペアを用意して汗をかいた ら替えるとマメの予防になり

つばの大きいものがおすすめ。 少しの雨は気になりません。

ボンチョ・レインウエアなど。防滴・ 透湿素材のものが快適。 (傘は見通しが悪く事故の元。大勢で の歩行では使わないのがベスト。)

デイパック・ウエストバッグ 両手を自由にすると姿勢がよく なり、疲れません。

ごみの減量、環

境保護のため、

使い捨て紙コッ

プは使用してい

ません。

マイボトル、

マイカップを

(湯茶接待用)

必ず持参下さい。

新しい靴は早めに買って履きならしておこう。

●買うときは

かかとをつけて、つま先に1cm ほどの余裕のあるもの。横幅はお広がるめとりとできまった。大く、足首・かかとをきらかすぎない方が楽。

(切り取り線)

長距離歩行は長時

間となり、足の大

きさが変化するの

で、靴ヒモで調節

しながら歩こう。

(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 郵使局の払込機能付き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、 ご依頼人様が負担することとなり 走す

ご依頼人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 おなまえ等は、加入者様に通 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。





この場所には、何も記載しないでください。