あなたにフィット！スポレク推進事業

～スポレクEXPO 健康スポーツ・フェスティバル～

第3回 あおもり県民 健康ウオーク& レクリエーション祭

2025年

日時 9月28日(日)

小雨決行（雨の場合は雨具をご用意ください）

受付：9:00～

職場のみなさま大歓迎!!

小学生以下のご参加者には別途おみやげをお渡しいたします

はずれなし！お楽しみ大抽選会！素敵な景品が当たる!!

抽選会は12:00頃を予定しています

※13:00頃終了予定

会場 カクヒログループ スーパーアリーナ〈ヨリドマ〉（青森市総合体育館）

健康ウオーク

受付 9:00～9:30　出発式 9:30

スタート時間	コース名	ウオーク距離
10:00～	A．1万歩コース	約7km
10:10～	B．ゆったりコース	約5km
10:20～	C．ファミリーコース	約3km

レクリエーション

※ウオーキングゴール後に実施します。

体験種目

- ニチレクボール
- モルック
- あおもりジャンボ棒倒し

素敵なファッションでチャレンジ！
ウオーキング ベストファッション賞
レクリエーション ベストパフォーマンス賞
贈呈！

携行品	気軽に歩ける服装
参加費	1,000円（完歩証、飲み物、傷害保険料等含む）※当日受付で受領いたします。 小学生以下無料
募集人員	300名
申込締切	9月5日（金） ※当日も参加申し込みできます。なお、抽選会の景品など十分に用意しておりますが、品切れとなる場合もありますのでご了承ください。
申込方法	裏面申込書に記入の上、郵送、FAX、メール、またはハガキでお申し込みください。
申し込み先	青森ウオーキングクラブ　〒030-0862　青森市古川1-2-14　ドエル古川1号　FAX 017-752-8665
問い合わせ先	事務局　090-4638-1284（澤田）　E-mail：ringo.awa@jupiter.ocn.ne.jp

スポーツくじ WINNER toto BIG
令和７年度スポーツ振興くじ（toto）助成事業

特別協賛
日本トーター　都道府県民共済グループ 青森県民共済　医療法人内科 おひさまクリニック

《主　催》公益財団法人日本レクリエーション協会・NPO法人青森県ウオーキング協会・一般社団法人青森県レクリエーション協会
《主　管》青森ウオーキングクラブ・青森市レクリエーション協会
《後　援》(予定)青森県・青森市・青森市教育委員会・(公財)青森県スポーツ協会・東奥日報社・RAB青森放送・ATV青森テレビ・ABA青森朝日放送・NPO法人青森県スポーツレクリエーション連盟
《協　賛》青森ヤクルト販売・白神山美水館　《協力》医療法人内科おひさまクリニック・青森市中央地域包括支援センター

FAX 017-752-8665
（青森ウオーキングクラブ）

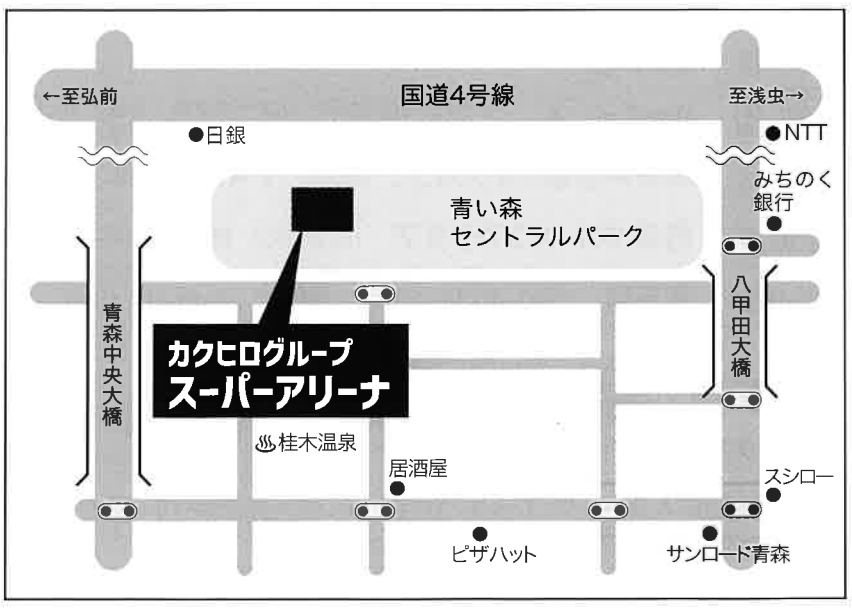
◆申し込み方法◆
次の条項に同意の上お申し込み下さい。
1．開催中に発生した傷病や紛失、その他の事故について、応急処置を除いて主催者は一切の責任を負いません。
2．ウオーキング中・レクリエーション参加中に発生した傷病等への補償は、主催者が加入した保険の範囲内で行います。

第3回　あおもり県民健康ウオーク&レクリエーション祭

参加申込書　　上記申し込み方法の条項に同意し、申し込みします。

A．1万歩コース　約7㎞　　B．ゆったりコース　約5㎞　　C．ファミリーコース　約3㎞

	お名前	年齢	ご住所	お電話	参加コース A・B・C
代表者名 1	ふりがな			（　　） —	
2					
3					
4					
5					
6					

※ご記入いただきました参加者様の情報（氏名、年齢、住所、電話番号）は『あおもり県民健康ウオーク＆レクリエーション祭』以外には使用いたしません。

《当日のお願い》
- マスク着用は、個人の主体的な選択を尊重し、個人の判断にゆだねます。
- ゴミ箱は設置しておりません。各自でお持ち帰りください。
- 体調のすぐれない方はご参加をお控えください。
- ウオークのマナーや祭りのきまりを、守ることのできる方のご参加をお願いします。