

三宅島GEO **東京都ノルディック・ウォーク連盟 指導員と行く** ノルディックウォークツアー



**先着
30名
まで**

日時

平成29年2月25日(土)
AM8:30から(アカコッコ館駐車場集合)

申込締切

平成29年2月22日(水)まで

申込方法

三宅島観光協会窓口または電話にてお申込みください。参加費のお支払いは窓口にて現金払いのみ。
参加費支払い期限:平成29年2月22日(水)

参加費

500円(ポールレンタル・記念品・保険含む)

オプション

※要事前申込

●お茶付きおにぎり弁当(600円)

問合せ先

一般社団法人 三宅島観光協会
TEL / 04994-5-1144
Mail / mail@miyakejima.gr.jp
H P / www.miyakejima.gr.jp/



**裏面も
お読み下さい**

ノルディックウォークで初春の三宅島を歩いてみませんか。

ノルディックウォークは上半身も使った全身運動となる為、通常のウォーキングに比べて運動効果が高いのが特徴☆ また、腕の力を使って歩くため、坂などを楽に登ることができ、体力に自信の無い方でも安心してウォーキングを楽しむことができます。当日は東京都ノルディック・ウォーク連盟の指導員によるノルディックポールの使い方講習会も開催!! ノルディックウォークが初めての方でも安心してご参加いただけます。

- 主催 / 一般社団法人 三宅島観光協会
- 協賛 / 東京都ノルディック・ウォーク連盟
- 後援 / 三宅村

●コースについて

[START] アカコッコ館駐車場→アカコッコ館トイレ→大池一周(時計回り)→都道→坪田林道→環状林道→七島展望台※→村道雄山線→都道→火山体験遊歩道→今崎海岸→メガネ岩→ふるさとの湯[GOAL]

- ※当日は風が強い場合に備えて七島展望台に昼食時用のバスをご用意しています。
- ※体力に自信の無い方は、七島展望台から火山体験遊歩道までは専用バスで移動できます。

! 注意事項!

お車の駐車について

当日はアカコッコ館へのお車の駐車はできません(駐車場スペースにて講習会を行う為)、ゴール地点の「ふるさとの湯」駐車場へ駐車いただき、村営バスにてアカコッコ館までお越しいただく様にお願いいたします。

- ➡ふるさとの湯最寄バス停「二島」
- ➡「二島バス停」バス出発時刻「7時59分」
- ➡下車バス停「大池」到着時刻「8時12分」

●参加規約

- 1.主催者は、参加者の傷病や紛失・その他の事故に際し、健康診断を受けるなど、万全な健康管理のもとに参加していただくようお願いいたします。
- 2.定員に達した場合は、それ以降の参加をお断りする場合がございます。
- 3.年齢・性別等の虚偽申告、申込者本人以外の参加はできません。
- 4.地震・風水害・降雪・事件・事故・疫病等による開催縮小・中止の可能性があります。開催中止となった場合は観光協会窓口にて参加料の返金を行います。
- 5.大会の映像・写真・記事・記録等などが新聞・テレビ・雑誌に掲載される場合があります。その掲載権・使用权は主催者に属します。
- 6.主催者は、個人情報の保護条例を厳守し、個人情報を適切に管理いたします。

●注意事項

- 交通ルールの順守
 - 1.道路標識、信号表示に従い交通ルールを守るとともに、歩行者としてのマナーを守って歩きます。
 - 2.横一列に広がって歩く等、他の歩行者等の迷惑にならないよう歩きます。
 - 3.一般の歩行者や自転車・自動車の通行に配慮し、交通ルールを守って歩きます。
- その他
 - 1.三宅島は天候が変わりやすく、強風や豪雨に見舞われる場合があります。当日の天気予報を確認してください。
 - 2.防寒具、雨具、健康保険証は必ずご持参ください。
 - 3.安全で楽しいノルディックウォークには、こまめな水分補給が必要です。(昼食は参加申込時にご予約できます)。
 - 4.後日配布されます「コースマップ」を確認し、各自の責任を持って歩きます。
 - 5.ノルディックウォークは、ポールの使い方により事故に繋がることがあります。正しい歩き方を指導員から学び、安全に歩いてください。