

～ガラシャ輿入れ達成を目指そう！～

細川 ガラシャ(玉)の輿入れは、滋賀県の近江坂本城を出発し、長岡京の勝龍寺城でおこなわれました。その距離約30km。

プレイバント開催期間の2週間で30kmを走り(又は歩き)輿入れ達成を目指しましょう！

例えば…80m/分のウォーキング(軽いジョギング)を30分続けると2.4kmになります。毎日続けると12.5日で30km走破できます！30分のウォーキングは歩数にすると約8,000歩。

1. 主催 公益財団法人長岡京市スポーツ協会
2. 期間 令和3年11月1日(月)午前0時～11月14日(日)午後11時59分まで
3. 種目及び部門定員

種目	参加方法	詳細	部門	定員
累計距離 30kmを目指す	ランニング ウォーキング	活動記録計測アプリを使用し、イベント期間中に活動を行った距離を記録する ※期間中何度でも計測可能で1回の計測に係る最短距離の指定は無し	①高校生以上の部 ②親子の部	①100名 ②50組

4. 参加資格
 - 1) 長岡京市内に在住している方
 - 2) イベント参加に係る注意事項に同意された方
5. 計測方法
 - 1) 指定のアプリ(※1)を使用する場合⇒指定のアプリをダウンロードし、実績を記録してください。
 - 2) 1)以外を使用する場合(距離・歩数計など)⇒指定の記録計測用紙に、実績を記録してください。
6. コース モデルコースを示しますが、特に指定するコースはありません。
7. 参加料 無料
8. 申込期間・方法及び記録の申請期間・方法

【参加申込期間】 令和3年10月10日(日)～10月24日(日)

【申込方法】 ①Googleフォーム ②メール ③FAX
④窓口申込み ①～④のいずれかの方法でお申込みください。

【記録の申請期間】 令和3年11月14日(日)～11月21日(日)

【申請方法】 ①グーグルフォーム(参加申込受付メールに記載しています)
②メール(参加申込受付メールに記載しています)
③FAX ④窓口申請 ①～④のいずれかの方法で申請してください。
9. その他
 - 1) 事務局へ送信されたデータを基に、参加者の記録一覧を長岡京市スポーツ協会ホームページに

掲載します。(記録一覧の掲載は11月28日頃を予定しています)

- 2) 参加終了後、西山公園体育館へお越しいただいた方に参加賞をプレゼントします。また、30 km以上走破(もしくはウォーキング)された方には、さらに長岡京ガラシャ祭にちなんだオリジナルグッズをプレゼントします。

10. 個人情報・競技結果(記録)等の取り扱い

申込書を通じて取得した個人情報等については、本大会を開催する目的以外には使用しません。

11. 注意事項

- 1) 走行中は、実際の交通ルールを守りましょう。
- 2) コース設定は自由ですが、新型コロナウイルスの感染状況を踏まえ、実際に走行される地域で安全・安心して走ることができるタイミングと環境で行ってください。
- 3) 活動中はスポーツマスクを着用するなど、感染症対策を行ってください。
- 4) 夜間に活動される場合は、反射板やヘッドライトを着用・転倒するなど、安全確保に努めてください。
- 5) 走りながらスマートフォンを使用したり、地図等を確認したりすることは大変危険ですので、お控えください。スマートフォンを使用する際や地図を確認する際は、いったん立ち止まるなど、危険がないように十分に気をつけて行ってください。
- 6) 十分に体調管理したうえでスタートし、異変を感じたら、途中で止めるようにしてください。
- 7) 主催者は、当大会参加における傷病・事件・事故等において一切の責任を負いませんので、ご了承ください。
- 8) できるだけ正しい記録を掲載したいと思いますので、記録を申請する際は、間違いの無いようにご確認いただき、申請ください。
- 9) 親子の部でご参加の方は、必ず家族・親族・保護者の方と一緒に活動してください。

指定アプリ※1)

- ①Google Fit
- ②adidas Running
- ③Nike Run Club



(申込先・問合せ先) 公益財団法人長岡京市スポーツ協会 事務局

〒617-0812 長岡京市長法寺谷山1番地 長岡京市西山公園体育館内

Tel : 953-1161 Fax : 953-1163

E-mail : moushikomi@sports-nagaokakyo.or.jp

HP : <http://www.sports-nagaokakyo.or.jp>



申込み
Google フォーム



申込み
メール