



第32回

飯田市産業親善大使 小沢あきこさん
4月28日来場して新曲披露



飯田やまびこマーチ

～花と緑と陽光の中を～「^{ひかり}手作りのおむすびを持って家族で歩こう」

★とき

4月28日(土)・29日(祝)・30日(休)

★基本参加料 (ゼッケン、地図、大会バッジ、保険料を含む)

★スタート・ゴール

飯田中央公園 (主会場)



●主催 飯田市、飯田市教育委員会、(一社)日本ウォーキング協会、
長野県ウォーキング協会、中日新聞社、(公財)飯田市体育協会、
飯田市連合婦人会、飯田市PTA連合会

飯伊在住の方		事前申込	当日受付	備考
		高校生以上	2日参加 2,000円	2,200円
	1日参加	1,000円	1,200円	※大会誌付
	中学生以下	無料		
飯伊外の方		事前申込	当日受付	備考
		高校生以上	2,000円	2,200円
	中学生以下	1,000円	1,200円	※大会誌付

★追加参加料(基本参加料に加算) ※どちらのコースも、事前申込が必要です。

日	コース	追加料金	備考	申込締切
28 (土)	舟下りコース(21km) 定員:150人	1,500円/1人 小学生 750円/1人	舟下り乗船代	4月25日(水)
	焼肉コース(10km) 定員:60人	2,500円/1人		

※焼肉コースをキャンセルされる際は、必ずご連絡ください。
※両コースとも、3日前からキャンセル料をいただきます。 舟下りコース:50% 焼肉コース:100%

お申し込み・お問い合わせ

❑下記の申込用紙に必要事項をご記入の上、参加料を添えてお申し込みください。
有料参加者5人以上で申し込まれた場合は、和菓子をプレゼント。
(PTAコースを除く。3月30日(金)までに申し込まれたグループ)

〒395-8501 飯田市大久保町2534
飯田市教育委員会 生涯学習・スポーツ課
飯田やまびこマーチ実行委員会
☎0265(21)3001 ㊚0265(53)4546
✉yamabiko@city.iida.nagano.jp



- お申し込みは、各自治振興センター、各公民館、りんご庁舎市民証明コーナーでも可能です。また、平日の午後5時15分以降と土曜日については、本庁の証明書発行窓口でも可能です。
- 3月30日(金)までにお申し込みの方は、大会誌にお名前を掲載します。
- 大会当日も申し込みが可能ですが、記念品などの進呈は事前申込の方が優先となります。

第32回 飯田やまびこマーチ参加申込書 (参加コースに○をつけ、参加料をご記入ください)

氏名	生年月日	住所	電話番号	参加コース	参加料
フリガナ	T・S・H 年月日	〒		27日 おもてなしコース 28日 7・10・竜・40・大・舟・肉 29日 5・10・20・30・ノル・歩・ほ 30日 せっかくウォーク	円
フリガナ	T・S・H 年月日	〒		27日 おもてなしコース 28日 7・10・竜・40・大・舟・肉 29日 5・10・20・30・ノル・歩・ほ 30日 せっかくウォーク	円
フリガナ	T・S・H 年月日	〒		27日 おもてなしコース 28日 7・10・竜・40・大・舟・肉 29日 5・10・20・30・ノル・歩・ほ 30日 せっかくウォーク	円

○舟下りコース、焼肉コースは、別途追加料金が必要です。
○舟下りコース、焼肉コース、せっかくウォーク(昼食付)に参加される方は、それぞれの締め切りまでにお申し込みください。
○ご記入いただいた個人情報は、大会運営、次回大会のご案内および日本マーチングリーグなどの表彰候補者照会のために使用します。

コースのご案内

市内コース

日	コース	出発式	スタート	コースの特徴 (コース予定)
27 (金)	おもてなしコース ※定員120人	14:30 集合	14:50	飯田市街地散策 桜と和菓子でおもてなし (参加料500円) 観光ガイドが、とっておきの飯田をご案内します。のんびり歩いて、お茶と和菓子を召し上がれ。
28 (土)	40km	6:50	7:00	名勝天龍峡までの起伏に富んだ市内一周コース 主会場～大宮神社～猿庫の泉～妙琴公園～笠松高原～佐倉様～七久里神社～杵原広場～小笠原資料館(書院)～天龍峡～今田平～鷺流峡～松尾公民館～美術博物館～りんご並木～主会場
	舟下りコース(21km) ※定員150人			ウォーキングの途中で「天竜舟下り」を楽しめる特別コース 主会場～飯田消防署～弁天港(舟下り)→時又港～天龍峡～今田平～鷺流峡～松尾公民館～美術博物館～りんご並木～主会場 ※申し込みは4月25日(木)まで。別途、追加料金が必要です。
	大平コース(22km) ※定員20人			鳩打林道の豊かな自然と南アルプスを望むコース 主会場～バスで送迎～大平宿～鳩打林道(※道路状況によりコース変更あり)～主会場
	竜東コース(16km)	7:45	8:00	風越山と対岸の美しい眺望を楽しむコース 主会場～飯田消防署～新井コミュニティセンター～弁天橋～芦ヶ沢大橋～風の学舎～旧瀧澤医院～水神橋～松尾公民館～美術博物館～りんご並木～主会場
10km	自然に親しむ公園巡りコース(野底山森林公園・かざこし子どもの森公園を通る) 主会場～大宮神社～氷倉橋～野底山森林公園～柏原霊園～かざこし子どもの森公園～りんご並木～主会場			
焼肉コース ※定員60人	ウォーキングの後うまい焼肉を楽しむコース ※申し込みは4月20日(金)まで。別途追加料金が必要です。10kmコースをウォーキングした後、出前焼肉の形式で、南信州のうまい肉を味わいます。			
7km			風越コース「城下町の風情を楽しみながら市街地の史跡等観光ガイドの案内で団体歩行で巡る」 主会場～三連蔵～市内寺社～白山社～今宮郊戸八幡宮～主会場	
29 (祝)	30km	6:50	7:00	眼下に広がるりんごや梨の花の絨毯(じゅうたん)を堪能し、田園地帯を巡るコース 主会場～大宮神社～柏原霊園～かえで街道～一本杉～御大の館～瑠璃寺～アグリ交流センター～山吹選果場～高森南小学校～元善光寺・麻績の里～上郷城東～美術博物館～りんご並木～主会場
	20km			野底山森林公園から元善光寺を抜け、田園地帯を巡るコース 主会場～大宮神社～柏原霊園～かえで街道～一本杉～御大の館～松源寺・松岡城址～元善光寺・麻績の里～上郷城東～美術博物館～りんご並木～主会場
	10km	7:50	8:00	人形浄瑠璃の里・黒田コース 主会場～大宮神社～上郷トンネル～黒田人形浄瑠璃伝承館～元善光寺・麻績の里～上郷城東～美術博物館～りんご並木～主会場
	5km			ふれあい愛コース(飯田市街地と子どもの森公園を巡る、親子で楽しむコース) 主会場～りんご並木～美術博物館～飯田駅前～高羽第一公園～かざこし子どもの森公園～武道館～桜並木～主会場
	ノルディック・ウォーク(5km)			インストラクターと歩くノルディック・ウォークコース ノルディック・ウォークは2本のポールを使って歩くことで全身の筋肉をより多く使用するため、エクササイズ効果が高くなります。また、ひざ・腰などへの負担も軽減されます。5kmコースと同じコースを歩きます。
	歩育コース(3km)	8:30	8:40	家族で楽しく歩く「歩育」コース 小学生未満の子どもと家族などを対象としたコース。保護者・引率者同伴で参加してください。主会場～桜並木～風越公園～中央図書館～四季の広場～動物園～りんご並木～主会場
ほっとすまいるコース(2km)	比較的平らで、障がいのある方でも気軽に参加いただけるコース サポートが必要な方は、障がい者のサポーター(ボランティア)が補助します。主会場～桜並木～風越公園～中央図書館～りんご並木～主会場			

※28日(土)に別途、飯田市PTA連合会主催のPTAコース(5.5km)を開催します。募集・申し込みは、小中学校を通じて行います。

せっかくウォーク

飯田市三穂地区を散策する8kmコース

日	集合時間	解散時間	コース	参加料(ゼッケン、大会バッジ、保険料を含む)	
30(休)	8:30	13:30(予定)	(集合・スタート)JAみなみ信州三穂事業所～(ゴール)ファミリーマート～三穂公民館(昼食)	昼食なし 100円	昼食付き 1,100円

※ゴール後、昼食会場またはスタート地点へバスでお送りします。

**ボランティア
スタッフ
募集中!!**

ご希望される方は
実行委員会事務局
までご連絡ください。

中学生
以上

その他のご案内

- 雨天でも大会は開催します。
 - 参加される方は事前に健康診断を受け、万全な健康管理のもとに参加してください。万一事故が発生した場合、主催者は傷害保険に加入している範囲内および応急措置以外の責任は負いません。
 - 大会が案内する駐車場や施設における事故や盗難について、主催者は一切の責任を負いません。
 - 大会中の映像、写真、記事、記録などに関するテレビ、新聞、雑誌、インターネットなどへの掲載権と肖像権は主催者に属します。
 - 申込後のキャンセルの場合、参加料の返金はできません。
- ※障がいのある方のサポートが必要な方は、実行委員会事務局までお申し込みください。また、一緒に歩きながら必要なサポートをしていただける方も同時に募集しています。詳細は実行委員会事務局へお問い合わせください。(☎:0265-21-3001 ㊟:0265-53-4546)