団体長　各　位

（特非）立川市体育協会

河内　勝正

昭和記念公園ウォーキング

主にコロナ過で体力が落ちているシニア向けに運動を推奨する目的でウォーキング事業を開催。

元オリンピック50ｋｍ競歩日本代表選手・世界選手権出場３度等経歴のある明治大学競走部監督の園田先生、別府大分毎日マラソン優勝・世界選手権出場等経歴のある一般社団法人シャイニング代表理事の西田先生をウォーキング講師に招き国営昭和記念公園内で実施します。ウォーキング指導を受け、専用スマートウォッチを使用して心拍数等を確認しながら、マイペースで歩くウォーキング事業を行います。スマートフォンを持っていない方は自前の歩数計を持参で参加でき、歩数計がない方も参加できます（貸与あり）のでぜひご参加ください。

記

日　　程　　　　令和４年１月26日（水）

募集人数　　　　50名予定

開催場所　　　　国営昭和記念公園内

集合場所　　　　国営昭和記念公園立川口前集合

集合時間　　　　事前説明あり８：30～　アプリWeBandペアリング説明必要な方

　　　　　　　　事前説明なし９：30　（説明会参加者、自分でアプリDLできる方、自前歩数計、レンタル

歩数計参加者）

開催時間　　　　９：30～12：30　実施

申込期間　　　　令和４年１月７日から１月23日（体協HPリリース１月11日）

対象　　　　　　原則60才以上（60才以下でも可）

ウォーキング講師

●園原　健弘　氏

1992年バルセロナ五輪50Km競歩代表。 世界陸上3回連続出場、箱根駅伝2回出場など競技者としての経験をベースに健康づくり・ダイエット指導など幅広い分野で活躍中。 東京・神楽坂にてスポーツジム経営。 近年は(株)ラバ・チューブ代表取締役、(社)JEETA理事として、市町村の介護予防事業・地域支援事業を運営受託し全国を飛び回っている。明治大学体育会競走部監督。 著書に『楽しい健康ウォーキング入門』(技術評論社)、『股関節ウォーキングでメタボリックシンドローム解消! 』(学研)、 『正しく〝歩いて″東京マラソン完走』(小学館)、『ウォーキング100のコツ』『「数値改善」ウォーキング』(主婦の友社)などがある

●西田　隆維　氏

一般社団法人シャイニング代表理事、エドモントン世界選手権 9位（日本代表）、第50回別府大分毎日マラソン、優勝、第43回熊日マラソン 1時間30分09秒（当時学生新）、第20回ユニバシアード ハーフマラソン銀メダル、第76回箱根駅伝 駒澤大学初優勝9区 1時間9分00秒 区間賞（当時区間新）

参加費　　　　　500円（入園料込み）

賞品　　　　　　抽選（パルスオキシメーター、上腕血圧計、スマホ連動型体重計等）

※賞品内容は変更になることがあります

事前説明会　　　１月24日（月）泉市民体育館研修室13：00～15：00

　アプリDL方法（WeBandペアリング方法）

参加方法

①スマホ＆専用スマートウォッチでの参加者

体協HP申込（又はFAXで申し込み）→立川体協からメールで前日までにグループ名送信→WeRUNアプリ

DL後グループ登録→当日昭和記念公園イベント開始

②自前歩数計＆レンタル歩数計での参加者

体協HP （又はFAX）で申し込みから申し込み（申込時に自前歩数計orレンタル歩数計選択）

※　参加者は各自マスクをお持ちください。

※　当日熱（37.5℃以上）のある方は参加できませんので自宅で検温の上お越しください。

※　申込時点で、定員に達した時のみご連絡を差し上げます

※　新型コロナ感染症対策のため延期や中止になる可能性もあります。延期や中止の時は、ホームページに当日開催1時間前にはお知らせいたします

※　参加費500円は当日受付支払になります

|  |
| --- |
|  |

（特非）立川市体育協会事務局　宛

申込先 FAX 042-537-8033

＊申し込み期間：令和４年１月７日から１月23日

昭和記念公園ウォーキング申込書

団体名

　　　　　 　代表者氏名

ご住所 　 立川市内　　立川市外　(どちらかに〇を付けてください)

※各自①②チェックをしてください

氏　名　　　　　　　　　　　　　　　　　　　年齢

（スマホ参加者）メールアドレス

1. □スマホ参加　□自前歩数計　□レンタル歩数計

② □事前説明会参加（1/24）　□事前説明会不参加

氏　名　　　　　　　　　　　　　　　　　　　年齢

（スマホ参加者）メールアドレス

① □スマホ参加　□自前歩数計　□レンタル歩数計

1. □事前説明会参加（1/24）　□事前説明会不参加

氏　名　　　　　　　　　　　　　　　　　　　年齢

（スマホ参加者）メールアドレス

① □スマホ参加　□自前歩数計　□レンタル歩数計

② □事前説明会参加（1/24）　□事前説明会不参加