



※コース通過地点等は諸事情により変更になる場合があります。

こんな持ち物で楽しくウォーキング!!

帽子

つばの大きいもの少しの雨なら気になりません

上着

長袖と半袖など組合せて体温調整をしよう

水筒・マイカップ

必ず持参ください

ズボン

はぎやすく動きやすいもののジーンズは濡れると重くなりウォークには不向き

ソックス

厚手・混紡が良い。5本指ならなおGood! 替えを用意して汗をかいたら履き替えるとマメの予防になる

下着

吸水性・通気性の良いもの

デイパック・ウエストバック

両手を自由にすると疲れにくい

雨具

レインコート・ポンチョなど、傘は視界を妨げて危険です

手袋

吸水性の良いもの 冷え・むくみを防ぎます

靴

履きなれた運動靴など、新しい靴は履きならしておこう!

シューズを買うときは

かかとをつけて、つま先に1cmの余裕のあるもの、横幅は指が動く程度に。甲はやわらかく、かかとをきっちり保護するものを。

長距離歩行中は足が大きくなるので、くつヒモで調整しながら歩こう!!

主会場および交通

○豊公園

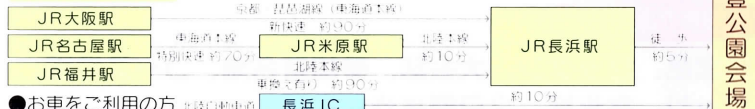


○余呉湖観光館



交通アクセス

●電車をご利用の方



よくあるご質問Q&A

Q 昼食会場でお弁当は販売していますか?

A 昼食会場で販売はしていません。事前にお申込いただくか、各自でご用意ください。

Q 手荷物預かりサービスはありますか?

A 各スタート会場でお預りし、ゴール会場の豊公園でお渡しします。ただし、貴重品等はお預かりすることはできません。

Q 車でいきたいのですが、駐車場はありますか?

A 主会場の豊公園には有料駐車場がございますが、台数に限りがございます。なるべく公共交通機関をご利用ください。

Q 早く帰りたいので参加コースの出発時刻よりも早くスタートできますか?

A 各コースの交通整備やチェックポイントでは、正式な出発時刻から計算して配置しており、それより早い場合は対応できません。またゴールについても同様です。気持ちよく安全に歩けるよう時間に余裕をもってご参加ください。

Q 宿泊あっせんの変更や取消しについて聞きたいのですが?

A 宿泊の手配は、㈱日本旅行 京都四条支店 イベントコンベンションチームが行ないます。お電話075-223-2514(平日9:30~17:30)までお問い合わせください。

お申込み・お問合せ先

〒526-0831 長浜市宮司町1203番地 公益財団法人長浜文化スポーツ振興事業団
びわ湖長浜ツデーマーチ実行委員会事務局(長浜市民体育館内)
TEL.0749-64-5151 FAX.0749-63-9859
URL nagahama-bunspo.com
MAIL biwakonagahama2dm@n-bunspo.or.jp

第32回

びわ湖長浜ツデーマーチ

みんなが知ってる琵琶のうみ、初めて歩く出会いのまち

- オールジャパンウオーキングカップ滋賀県公認大会 AJWC
- 日本市民スポーツ連盟公認大会 JVA
- 近畿マーチングリーグ公認大会 KML
- ジャパンノルディック・ウォークプレミアリーグ認定大会



令和6年
5/11土・12日
長浜市 豊公園



主催 長浜市 長浜市教育委員会 (公財)長浜文化スポーツ振興事業団 (一社)日本ウオーキング協会 (特非)滋賀県ウオーキング協会
主管 びわ湖長浜ツデーマーチ実行委員会
後援 滋賀県 滋賀県教育委員会 米原市 (公財)滋賀県スポーツ協会 びわ湖放送 (一社)全日本ノルディック・ウォーク連盟

開 催 要 項

期 日 令和6年5月11日(土)・12日(日)
 <雨天決行、1日だけの参加可も>

主会場 長浜市豊公園 噴水広場 有料駐車場400台
 大会本部 (当日の臨時電話: 090-3054-5870)

【注意】Dコースは余呉湖観光館 (JR余呉駅から600m)が受付・スタート会場となります。なお、会場には駐車場はありません。

開会式 11日(土) 9:00~ 主会場メインステージ前にて
 12日(日) 9:00~ 開会式を行います。

コース ※午後5時までにゴールしてください

日程	記号	コース	種別	受付場所	受付時間	出発時間
5月11日(土)	A	美しい日本の歩きたくなる道500選 伊吹中山道 40km 健脚	周回	豊公園	7:00~	8:00
		~中山道の宿場町をめぐる周回コース~				
	B	坂田長沢御坊 20km 一般				9:00
		~坂田の長沢御坊を訪ねる周回コース~				
	C	びわこ南 10km 一般			10:00	
		~びわ湖を眺めながら歩く平坦な周回コース~				
5月12日(日)	D	余呉湖 35km 健脚 ※登りあり	片道	余呉湖観光館	7:30~	8:30
		~新緑の丹生溪谷や古刹をめぐる片道コース~				
	E	美しい日本の歩きたくなる道500選 姉川国友 20km 一般	周回	豊公園	7:00~	9:00
	~鉄砲の里国友を訪ねる周回コース~					
	F	美しい日本の歩きたくなる道500選 びわこ北 10km 一般			10:00	
		~びわ湖を眺めながら歩く平坦な周回コース~				

※ゴールはすべて長浜市 豊公園になります。

参加費 ★1日だけの参加でも、2日間の参加でも同額

(1) 事前申込みの場合 (4/19受付分まで)	一般	2,000円	中学生以下	無料 (申込必要)
(2) 当日申込みの場合	一般	2,500円	中学生以下	無料 (申込必要)

※参加を取り消されても参加費はお返しできません。

弁当あっせん

おにぎり弁当(800円) をあっせんします。
 参加費とともに申込みください。後日、引換券をお送りします。
 ※お弁当の引換えは各コースの昼食会場で行います。
 ※参加を取り消されても、弁当代はお返しできません。

一般参加記念品等

**記念品、ゼッケン、大会誌、参加者名簿、コース地図、
 バッジ、完歩証、2日間完歩記念品**

※中学生以下に記念品はありません。

《ネット申込は下記から》
 URL: nagahama-bunspo.com

参加申込方法および参加者名簿記載期限

令和6年4月19日(金)必着



事前申込み期限は、4月19日(金) 受付分までとなります。
 ※4月20日以降の参加申込みは、当日会場にて当日参加申込をお願いします。
 ※参加者名簿への記載は4月19日(金)受付分までとなります。
 ※参加券は全体締切後、5月1日頃に一斉に発送いたします。

【ネット申込】上記URL(QRコード)よりインターネットで申込。
 【郵便振込】参加申込書に必要事項を記入し参加費等を添えて郵便局へ。
 【郵送】参加申込書と参加費等を現金書留で事務局まで。
 【直接申込】参加申込書と参加費を添えて事務局(長浜市民体育館)まで。

電話.0749-64-5151 FAX.0749-63-9859

ウォーキング心得

- ◆競歩ではなく、矢印標識に従いマイペースで歩く自由歩行です。
- ◆交通ルールを守り、縦一列で歩きましょう。
- ◆ゴミは各自で持ち帰りください。
- ◆ボランティアの皆さんのご協力で大会が成り立っています。感謝の心で歩きましょう。
- ◆雨具・弁当・水筒とマイカップを忘れずに持参しましょう。

免責範囲

- ・参加者は、事前に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ください。全ての参加者に対し、万一、歩行中に事故があっても、主催者は加入保険の範囲または応急処置以外の責任は負いませんのでご了承ください。
- ・自然災害、歩行困難な荒天、感染症の流行等、参加者の安全が確保できない事態が発生した場合、大会の実施・中止の判断は、主催者ならびに実行委員会が決定いたします。なおその場合、記念品を除く大会誌、地図等の大会資料はお送りしますが、参加費の払戻し及び各歩行記録の認定はできませんのでご容赦ください。また、交通費・宿泊費・宿泊取消料などの個人負担の費用も、補償いたしません。
- ・大会会場や駐車場内における事故や盗難についても、大会として対処いたしかねます。

注意事項

- ・開催の可否については、事務局へお問い合わせいただくか、びわ湖長浜ツーデーマーチホームページにてご案内させていただきます。
- ・ご登録いただいた個人情報重要なものと認識し、その取扱については厳重に管理いたします。
- ・主催者は、大会の様態を記録、撮影して放送、報道、次大会印刷物で公表する場合がありますのでご了承ください。

宿泊あっせん

5月10日(金)、11日(土)の宿泊をあっせんします。

ご希望の方は大会参加登録も併せてインターネットでお申込ください。
 なお満室の場合、追加の手配やキャンセル待ちは出来ませんので、予めご了承ください。
 お電話や振込取扱票による宿泊予約も致しておりませんので、インターネットにてご予約をお願いします。

《宿泊あっせんホテル》

施設名	所在地
ホテルYes長浜駅前館	長浜市南呉服町9-30

お部屋: シングルルーム1泊朝食付き
 宿泊費: 5/10(金)12,000円 5/11(土)15,000円
 ※消費税込み

宿泊に関するお問い合わせ

株式会社日本旅行 京都四条支店 イベント&コンベンションチーム
 電話 075-223-2311 (平日 9:30~17:30 ※土、日、祝日休業)