

「選奨土木遺産“西根堰”巡り健康ウォーク2013秋」参加申込書

申込期限11月8日(金)必着

「選奨土木遺産“西根堰”巡り健康ウォーク2013秋」に参加を申し込みます。

平成25年 月 日

参加者名	性別	年齢	住所 TEL	ポール レンタル	参加コース (○を付けて下さい)
				身長	
代表者			(TEL - -) (FAX - -)	<input type="checkbox"/> 必要 <input type="checkbox"/> 不要	Aコース 10Km
				cm	Bコース 6Km
2			(TEL - -)	<input type="checkbox"/> 必要 <input type="checkbox"/> 不要	Aコース 10Km
				cm	Bコース 6Km
3			(TEL - -)	<input type="checkbox"/> 必要 <input type="checkbox"/> 不要	Aコース 10Km
				cm	Bコース 6Km
4			(TEL - -)	<input type="checkbox"/> 必要 <input type="checkbox"/> 不要	Aコース 10Km
				cm	Bコース 6Km
5			(TEL - -)	<input type="checkbox"/> 必要 <input type="checkbox"/> 不要	Aコース 10Km
				cm	Bコース 6Km
6			(TEL - -)	<input type="checkbox"/> 必要 <input type="checkbox"/> 不要	Aコース 10Km
				cm	Bコース 6Km

個人情報について

参加申し込みにご登録いただく個人情報は、総合型地域スポーツクラブ「マルベリーこおり」が責任をもって管理し、本事業の目的以外には使用いたしません。

参加コース

A: 西根堰かたらいコース(10km) 町民運動場→西根上堰→芝堤頭首工→睦合ふれあい館(トイレ)→西根下堰→町民運動場

B: 西根堰わいわいコース(6km) 町民運動場→西根上堰→芝堤頭首工→西根下堰→町民運動場

ウォーキングコースの特徴 (高低差がないため長い距離も楽々と歩くことができます)

西根上堰は、総延長約26km、水路勾配は3千分の1~1千分の1というきわめて緩い勾配であり、高度な測量・施工技術に支えられています。3千分の1とは、3km流れてわずか1m下るという緩さであり、見た目には下っていることがわかりません。それどころか、周りの地形との関係から、西根堰の水が上っていると錯覚することがあるほどです。

留意事項

- 事前に健康診断を受けるなど、各自の責任において健康管理には十分留意の上ご参加ください。
- 参加者の方に対しては、全員傷害保険に加入いたします。ただし、イベント参加中の傷病については応急の手当てのみとし、その他については自己責任となりますのでご了承ください。(当日は健康保険証を携帯してください。)
- 運動しやすい服装、ウォーキングに適したシューズ、帽子、水分、ノルディックポールを各自ご準備願います。雨天の場合は、雨具と着替えをご持参ください。(レンタルポールは有料300円となります)
- お荷物はウェストポーチ・リュックサック等両手が塞がらないバックをご用意ください。
- 一般のウォーキングで参加することも可能です。参加申込時にお知らせ下さい。

参加特典

ゴールでは、「日本赤十字社福島県支部」の協力により、昼食(軽食・芋煮汁)を準備しております。また、参加者全員に記念品(記念バッジ、地域特産品)を差し上げます。

宿泊について

宿泊が必要となる方は各自でお申し込み下さい。※飯坂温泉の斡旋は下記にお問い合わせ下さい
飯坂温泉観光協会 TEL: 024-542-4241 FAX:024-542-4753 <http://www.iizaka.com/>