

WALK & JOG

ウォーク・アンド・ジョグ

10月21日(土) START / 10:20

会場 東京都立潮風公園 太陽の広場

開催日程 10月21日(土)

参加費 15,000円 / 1チーム(4~5人)

定員 100チーム(事前申込み先着順)

受付時間 9:30-10:00 **開催時間** 10:20-13:00(予定)

アクセス

1 新交通ゆりかもめ

【各施設の最寄り駅】
「台場駅」下車(徒歩約5分)
「東京国際クルーズターミナル」下車(徒歩約5分)

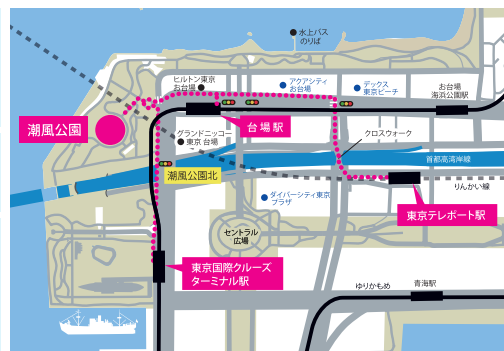
2 東京臨海高速鉄道りんかい線

「東京テレポート駅」下車(徒歩約15分)

3 路線バス

・京急バス
大井町駅西口より、「台場駅」下車
・都バス(海01系統)
門前仲町より、東京テレポート方面「潮風公園入口」下車

最寄り各駅から会場「潮風公園」へのアクセスMAP



お申込みはこちら!
(事前申込みのみ)

申込締切 2023年
10月10日(火)まで



運動、コミュニケーション、足りてますか?

新しい形の
コーポレート
健康スポーツ

ウォークとジョギングを組み合わせた新しい健康コミュニケーションスポーツ種目です。個々の体力に合わせて、それぞれのペースで仲間と楽しむ新種目。ウォークとジョギングを駅伝(リレー)方式で繋ぎゴールを目指しますが、途中で出題されるミッション(クイズ)をクリアしないと次のスタートを切ることができません。体力と知恵でゴールを目指しましょう。

チームビルディング
& コミュニケーション

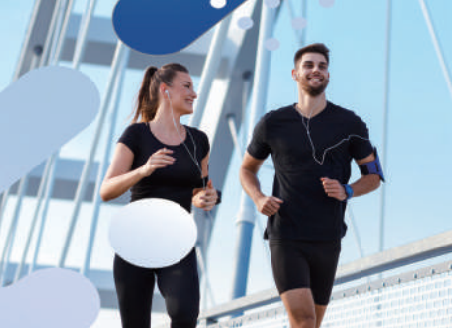
仲間と歩調を合わせてウォーク&ジョグ。自然と会話も生まれます。揃いのウェアや奇抜なコスチュームも大歓迎。スポーツの楽しさだけでなく、改めて仲間と共に知恵も絞り協力し達成する楽しさと大切さに気づく、健康経営支援スポーツです。団体であれば企業に限らず参加可能です。 ※1チーム(4~5名)

ベイエリアの魅力

東京の臨海都市「東京ベイエリア」。海・ブリッジ・緑・風・解放感。日常の煩わしさから放たれた空間で1日が楽しめます。たまにはこんな時間もいい!

お問い合わせ 東京ベイサイドツーデーマーチ実行委員会事務局 (一社) 日本ウォーキング協会内

〒113-0034 東京都文京区湯島 2-25-7 ITP 本郷ビル 6F TEL: 03-5816-2175 FAX: 03-5816-2176 E-mail: jwa@walking.or.jp



WALK & JOG

ウォーク・アンド・ジョグ



参加資格

- ・企業、関連企業、団体の仲間でご参加ください。(国籍、年齢、性別など一切不問)
- ・交通ルール、ウォーキングマナー、「参加規約」を守れる方
- ・本Walk&jog実施ルールを守れる方

参加費

- ・15,000円／1チーム(4名～5名)
- ※当日欠席で3名以下となる場合、出場は可能ですが着順表彰の対象外となります。
- ※申込完了後の返金には応じておりません。予めご了承ください。

参加規約はこちら



お申込み方法

■お申込み方法・ご参加までの流れ

1. 東京ベイサイドツーデymarチ実行委員会事務局 jwa@walking.or.jp までメールで参加お申込みください。
(申込者名・参加団体名・参加チーム数・電話番号・メールアドレス)
2. 事務局がメール確認した後、事務局より参加費お振込み先の案内が届きます。
期日までに参加費をお支払いください。
※振込手数料はご負担願います。
3. 事務局がお支払い確認した後、事務局よりご参加メンバー登録等の案内が届きます。
案内に従って期日までにお手続きをお願いいたします。
4. 参加当日：事務局からの案内に従って受付手続きをお願いいたします。
その後は Walk&Jog をお楽しみください!

※お申込み、ご参加にあたり、ご不明な点などございましたらお気軽に事務局までお問合せください。 jwa@walking.or.jp

ルール説明

1 一周約2.5*の周回コースでリレー形式で行います。

2 第1走者、第4走者はウォーキング、第2走者、第3走者はジョギングです。

- ・ウォーキング、ジョギング、いずれもペアで出場します。
- ・第1走者～第4走者まで、各回異なるペアで出場します。また、一人最低1回は出場する必要があります。
- ・ジョギングの部で歩いて可。但しウォーキングの部でジョギングは不可となります。(但しいずれも審判員はおきません)
- ・着順表彰はありますがタイムレースではありません。チームのペースで楽しんでください。

3 出場人数は4名または5名となります。

- ・当日欠席により3名以下となった場合、出場することは可能ですが着順表彰の対象とはなりません。

4 ウォーキングまたはジョギング中、コース内にある「クイズステーション」でミッションを受け取ります。

- リレー地点で開封し、参加メンバー全員でミッション(クイズ)を解きます。「クイズ」に正解しないと次のスタートを切ることができません。正解後にスタートしてください。スマホ等を使用して正解を調べることはNGです。

5 「クイズステーション」で問題を受け取るのは、第1走者・第2走者・第3走者です。

第4走者はそのままゴールしてください。



- 表彰**
- ・着順表彰(1位～3位) ※4名または5名参加の場合のみ
 - ・特別賞(コスプレ賞など)