

第15回柏の葉公園ウォーキングフェスタ

◇開催日 2023年10月22日(日)

◇会場 千葉県立柏の葉公園総合競技場

参加者募集中

◇コース案内及び受付・スタート時間 各コースを自由に選んでマイペースで歩きましょう

24km: 流山の江戸回廊と運河コース(500選認定コース千葉-09)

12km: 利根運河コース(500選認定コース千葉-09)

5km: 柏の葉公園・こんぶくろ池コース

各コースはいずれも、スタートとゴールは柏の葉公園総合競技場となります。

コース	受付	出発式	スタート	歩行形態	ゴール受付時間	
					受付開始	締切
24km	8:00~8:30	—	受付後順次	自由歩行	11:00	15:30
12km	9:00~9:30	9:30~10:00	10:00			14:00
5km						13:00

※全コース ノルディック・ウォークでの参加可能

※ノルディック・ウォークご参加の方は他の歩行者の安全に十分ご注意ください。

※24kmコースの出発式は行いません。受付後順次出発してください。

◇参加費

参加費	大人	高校生以下
事前申込	500円	無料
当日申込	800円	無料

※交通費、昼食、雨具は各自でご用意ください。

◇免責事項

参加者は各自で健康管理をしてください。万一事故が発生した場合、主催者は傷害保険に加入の範囲内及び現場での応急処置以外の責任は負えません。小学生以下の場合は保護者、身体の不自由な方は介護者同伴で参加ください。参加を取りやめた場合や、荒天や新型コロナウイルス感染症など主催者の責によらない理由で中止、中断した場合、参加費の返却はできません。ご了承ください。

第15回柏の葉公園ウォーキングフェスタ参加申込書

申込日 月 日

代表者住所	〒			
ふりがな	緊急連絡 TEL			
代表者氏名	様	性別	年齢	参加コース km
ふりがな		性別	年齢	参加コース km
氏名	様	性別	年齢	参加コース km
ふりがな		性別	年齢	参加コース km
氏名	様	性別	年齢	参加コース km
参加費(事前登録)	参加費(当日申込)	参加費合計	加入団体 JWA CWA	
大人 500円×名	大人 800円×名	円	ちば歩北総柏の葉	
高校生以下無料×名	高校生以下無料×名		東葛船橋いちかわ	
他()				

ご記入いただいた個人情報は傷害保険の付保や柏の葉ウォーキングクラブよりの連絡以外には使用いたしません。

当日、下記登録票を受付にご提示下さい。ハガキによる登録票の郵送はいたしません

第15回柏の葉公園
ウォーキングフェスタ

参加登録票(領収書)

お名前

様

大人 名

高校生以下 名

金額 円

上記確かに領収いたしました。

受領日 /

受領サイン:

〔主催〕	(一財)千葉県まちづくり公社 柏の葉公園管理事務所 柏の葉ウオーキングクラブ
〔主管〕	柏の葉公園ウオーキングフェスタ実行委員会
〔後援〕	(公財)健康・体力づくり事業財団、(一社)日本ウオーキング協会、(一社)日本市民スポーツ連盟 朝日新聞千葉総局、柏市、流山市
〔特別協賛〕	予定 まちの健康研究所「あ・し・た」、三井不動産(株)
〔協力〕	NPO法人こんぶくろ池自然の森、ASA柏の葉

◇参加資格

順位や記録を競う大会ではありません。大会のルール・マナーを守れる方なら年齢、性別、国籍を問わず、どなたでもご参加いただけます。

◇お問い合わせ

柏の葉公園ウオーキングフェスタ実行委員会 e-mail: starlit2005@nifty.com

電話: 090-5519-1590(星)

柏の葉ウオーキングクラブのイベント及び活動状況の詳細は柏市民活動情報サイト「かしわん、ぽっ？」
(<https://kashiwanpo.genki365.net/G0000475>)で確認することができます

◇その他

- * 参加記念品: 大会誌、コース図、IVV、完歩証、フラワーポット
- * 事前登録の方は参加登録票(領収書)ご持参ください。



かしわん、ぽっ?

◇交通

1.<電車・バスでお越しの方>

- JR常磐線・東武アーバンパークライン 柏駅西口
東武バス2番乗り場より国立がん研究センター行「東大西」下車徒歩1分
あるいは柏の葉キャンパス駅西口行「公園中央」下車徒歩10分
- つくばエクスプレス(TX)柏の葉キャンパス駅
西口バス乗り場より柏駅西口行または高田車庫行「公園中央」下車徒歩12分
またはおおたかの森駅もしくは江戸川台東口行「東大西」下車徒歩1分
- 東武アーバンパークライン・TX流山おおたかの森駅
東口 柏の葉キャンパス駅行「東大西」下車徒歩1分
西口 ぐりーんバス 美田・駒木台ルート「県民プラザ前」下車徒歩5分
- 東武アーバンパークライン江戸川台駅東口
柏の葉キャンパス駅西口行「東大西」下車徒歩1分

2.<駅から徒歩でお越しの方>

- TX柏の葉キャンパス駅西口、東武アーバンパークライン江戸川台駅東口 より徒歩25分程度

3.<お車でお越しの方> 柏の葉公園内駐車場 (有料)

◇お申し込み方法

《事前申し込み》10月6日までの申し込み分は大会誌の参加者名簿に掲載します。
10月7日以降10月21日まで受け付けますが大会誌の参加者名簿には掲載できないのでご承知ください。

①柏の葉ウオーキングクラブ行事参加時

参加申込書に必要事項を記入し役員に現金を添えてお申し込みください。当日参加登録票をご持参ください。

②郵便局から振り込み

グループでお申し込みの場合は便利です。手数料はご負担ください。

払込取扱票には下記事項を記入願います。

口座記号番号 00160-9-504241

加入者名: 柏の葉ウオーキングクラブ

ご依頼人・通信欄: ①第15回柏の葉公園ウオーキングフェスタ参加

②コース名、③代表者名、④住所、⑤電話番号を明記

複数の申し込みがある場合参加者名、参加コースを記入ください。

事前申し込みの場合①参加登録票(領収書)、又は②郵便振替払込請求書兼受領書を
当日受付にご提示ください。

《当日申し込み》参加申込書に必要事項を記入し、当日受付に現金を添えて申し込んでください。

※高校生以下は無料ですが、傷害保険の手続きのため、当日受付で参加登録票の記入をしてください。

健康づくりウオーキングの基本から習慣化、楽しいウオーキングまで

2023年
7-8
月号

柏の葉ウオーキング情報

柏の葉ウオーキングクラブ会報 2023年(令和5年)7月1日発行 ※行事は荒天以外は開催します

会長 川口 克彦 携帯電話 090-8499-5454 eメールkk216752121rupa@yahoo.co.jp

編集 川村 行男 携帯電話 090-5431-3876 eメールkwc-kawa@cpost.plala.or.jp

★柏市H.P <https://kashiwanpo.genki365.net/G0000475/> ★柏の葉公園H.P教室予定案内中!

◎持ち物等:ビニールシート、水、運動できる服装、雨具等。

月例会などでは出発前にお弁当のご用意を。

KWCのイベント
や活動報告 QR⇒



★「新型コロナウイルス感染予防」にご協力をお願いします。

★熱中症に注意！体が暑さに順応してないので7月・8月は水分補給こまめに！

月例会 (行事内容等は最新情報でご確認願います): 会員無料 一般300円 IVV認定

7月例会 **ながれやま文学の散歩道・流山物流センター 10km**

開催日: 7月1日(土) コースリーダー: 星 久光 090-5519-1590

集合時間及び場所: 9時 おおたかの森駅南口公園

(TX・東武流山おおたかの森駅5分 駅から案内あり)

コース(予定): おおたかの森駅南口公園(スタート・トイレは駅で)~

コミュニティプラザ(WC)~えがおの野馬土手~金刀比羅神社~香取神社~

愛宕神社~GLPアルファリンク流山8(昼食・WC)~におどり公園(WC)~

運河水辺公園(ゴール・解散式)

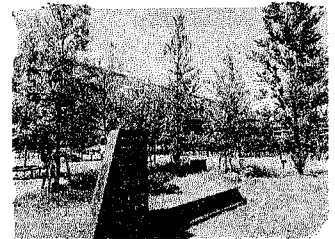
解散: 14時頃 運河水辺公園で解散、東武運河駅まで案内

見どころ: 全国的に有名になった流山おおたかの森駅から少し歩くと

里山風景が広がっています。この辺りを「ながれやま文学の散歩道」

という案内表示に沿って散策し、江戸川低地に下りると大規模な物流

センターが並んでいて見事な対比を見せています。



<GLPアルファリンク流山8(ALCO Park)>

9月例会 **「大堀川の彼岸花」 10km (概要)**

開催日: 9月23日(土) コースリーダー: 川口 克彦 090-8499-5454

集合時間及び場所: 9時 おおたかの森駅南口公園

(TX・東武流山おおたかの森駅5分 駅から案内あり)

コース(予定): おおたかの森駅南口公園(スタート・トイレは駅で)~諏訪神社(WC)~

かしわで(WC)~大堀川防災レクリエーション公園(昼食・WC)~彼岸花群生地~

松ヶ崎城跡~常夜燈~北柏ふるさと公園(WC)~

北柏第三公園(ゴール・解散式)

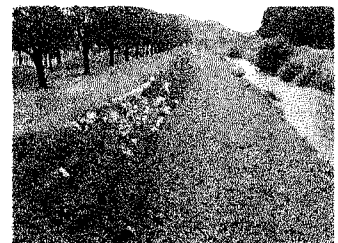
解散: 14時頃 北柏第三公園で解散、JR北柏駅まで案内

見どころ: メインは、大堀川沿いにR16の下を抜けて、昭和橋~木崎橋まで

の左岸沿いの土手500Mほどに真紅に咲く「彼岸花」である。

続いては、整備された松ヶ崎城跡を久しぶりに見学する。

最後に、旧水戸街道より移設された(平成28年)の常夜燈の見学も行う。



<大堀川彼岸花群生イメージ>

《会員の皆様へ》

2024年 月例会コース提案・希望募集中 !!!

詳細は、行事参加
時配布チラシ参照

楽しくなければ長続きしないとウォーキングによる運動習慣を通じて健康づくりに取り組んでいます。

<会員限定>

8月特別例会《上高地で自然探勝ウォーク》避暑ツデーウォーク（概要）

- ①日程：8月23日(水)～24日(木)
- ②宿泊先：松本市安曇4469-1 上高地西糸屋山荘
- ③見どころ：大正池、明神池、河童橋
- ④参加費：26,000円(上高地バスターミナル直行<シャトルバス未利用>)
- ⑤募集人員：28名(申込み先着順)
- ⑥参加申込：参加者募集チラシの「参加申込書」に参加費を添えて、教室、健康コース、月例会参加時に担当幹事にお申込み下さい。(申込締切日：8月1日ウォーキング教室)
- ⑦担当幹事：東 和男 090-1111-1229 《詳細は「参加者募集チラシ」にて確認願います》

◎持ち物等：ビニールシート、水、運動できる服装、雨具等

柏の葉公園ウォーキング教室

- ・会員無料 一般200円 IVV認定
 - ・集合時間 9:00 終了時間12:30
- 集合場所：柏の葉公園コミュニティ体育館前芝生広場
開催日：7月4日(火)第194回 8月1日(火)第195回 9月5日(火)第196回
※ウォーキング教室は毎回体験ウォークを7km程度行います。※受付は体育館前芝生広場
※雨の場合は柏の葉公園センターにて受付いたします。

柏の葉健康コース

- ・会員無料 一般200円 IVV認定
 - ・集合時間 9:00 終了時間12:30
- 集合場所：柏の葉公園コミュニティ体育館前芝生広場
- ・7月13日(木)Pコース 西初石小鳥の森・西栄寺コース 10km
 - ・7月19日(水)Rコース 田中・若柴コース 6km
- ※8月の健康コースは、休みとなります。
- ・9月13日(水)Cコース 東深井の古墳群・青田の森コース 10km
 - ・9月21日(木)Qコース 松葉町コース 7km

柏の葉公園ポール&ノルディック・ウォーク教室

- ・会員無料 一般500円 IVV認定
- 集合場所：柏の葉公園コミュニティ体育館前芝生広場《雨天時中止》(判断がつかない場合は問合せ)
1. 開催日：7月25日(火)第100回 8月：休み 9月26日(火)第101回
 2. 集合時間 9:00 終了時間11:45 問合せ090-2255-5629(松林)
ポールウォークは公園内及び周辺 6km 講習はディフェンシブスタイル中心
 3. ポールレンタル料：会員100円 一般100円(レンタルポールの事前申し込みはいりません。)
 4. 指導員：全日本ノルディック・ウォーク連盟、日本ポールウォーキング協会指導員

第15回柏の葉公園ウォーキングフェスタ開催《概要》

- 開催場所：千葉県立柏の葉公園総合競技場
開催日時：10月22日(日)(8時～15時30分)
コース予定：24km(流山の江戸回廊と運河コース)、12km(利根運河コース)
5km(柏の葉・こんぶくろ池コース)
(全コース自由歩行、ノルディック・ウォークでの参加可能)
- 参加費：事前申込(大人500円)・当日申込(大人800円)、高校生以下参加費無料
詳細：「第15回柏の葉公園ウォーキングフェスタ」《参加者募集チラシ》配布予定
問合せ先：柏の葉公園ウォーキングフェスタ実行委員会 090-5519-1590 (星)

◎大記録達成おめでとうございます

【目指そう!地球一周4万キロ達成!!】 藤咲 友規様

足掛け14年、本年5月22日に達成され、認定を受けられたとのことでした。

これからもウォーキングを続けていかれるとのことでした。