

第35回信濃川河岸段丘ウォーク

参加のしおり

大会当日、確認しながら楽しく歩きましょう！



ご自宅出発前

- 検温をして、「健康チェックシート」を記入しましょう。
- 忘れ物がないか確認しましょう。

- ゼッケン（かばんや服等、見えるところに付けてください。）
 - マスク（ウォーキング中以外は必ず着用してください。）
 - 記入済の健康チェックシート
 - お弁当、飲料水
 - 雨具
 - 参加のしおり・コースマップ
 - （臨時バスを利用する場合）バス券
 - （インターネットから臨時バスの申込みをした場合）バス料金
- ※おつりが出ないようにご準備ください。

スタート前

□ トイレはすませましたか？

- * トイレは、スタート・ゴール会場や、指定の休憩所（コースマップを確認してください。）をご利用ください。コース周辺の店舗、その利用者に迷惑がかからないようご協力ください。

ウォーキング中 ①

- 車道にはみ出さないように歩きましょう。
- * 交通規制はしていません。通行車両に迷惑がかからないようご協力ください。
- 原則、右側通行で歩きましょう。
- * 歩道が左側にある箇所は、左側を歩いてください（コースマップの・・・は、左側通行の箇所です。）
- 役員、交通指導員の指示にしたがって、事故のないように楽しく歩きましょう。
- * 走る方への対応はできません。
- * コース途中での事故について、主催者は加入保険の範囲及び応急処置以外負いません。コースを外れた方の事故等については、責任を負いません。

ウォーキング中 ②

- **途中棄権**をするときは、必ずお近くの役員へ申し出るか、大会本部へ連絡してください。
- * 役員がゴール時刻に間に合わないと判断した場合は、次の休憩箇所または、ゴール会場まで車でご案内します。
- 空き缶、ごみ等はお持ち帰りください。

ゴールしたら

- 受付でゼッケンを見せてください。
- * スタートした全員のゴール状況を確認します。
- **ゴール特典**を楽しみましょう。
- * 特典の提供は、大会当日に限ります。

◇飲料水無料提供

（コカ・コーラボトラーズジャパン株式会社様 提供）

◇小千谷のゴール後、ゼッケン提示で、

- ・「錦鯉の里」、「豪商の館 西脇邸庭園」無料見学
- ・「サンプラザ逸品館」お買いもの5%割引
- ・「湯どころちぢみの里」の入場料割引
（通常大人900円・小学生500円のところ、大人700円・小学生300円/バスタオル・タオル・浴衣付）

◇十日町のゴール後、ゼッケン提示で、

- ・「キナーレ明石の湯」の入場料割引
（通常大人600円・小学生300円のところ、大人400円・小学生100円）

◆そのほか、困ったときは

大会本部連絡先(大会当日のみ)

090-1044-6660