

歩きやすい！

歩きたくなる！

歩くのが楽しい！



ウォーカブルな街「朝霞市」

世界の多くの都市で、街中を車中心からひと中心の空間へと転換し、人々は集い、憩い、多様な活動を繰り広げられる場へと改変する取組が進められています。

これらの取組は、ひと中心の豊かな生活空間を実現させるだけでなく、地域の消費や投資の拡大、健康寿命の延伸、孤独、孤立の防止ほか 様々な地域課題の解決や、新たな価値の創造につながります。

「朝霞市」の取組事例

市道8号線(公園通り)を朝霞市役所南側から延長680メートルにわたり、西側に30メートル拡幅いつでも人が憩い、集え、街に新たな活力とにぎわいをもたらす「緑の道」として整備しました。

また、歩道部分には、歩行者を誘い、もてなす「ゲシュタルト舗装」を施したことに加え、両側合わせて50基以上のベンチを設置し、休憩スペースとしても利用されています

今後も「ウォーカブル推進都市」の理念に基づき、居心地が良く歩きたくなるまちなかを目指した、まちづくりを進めてまいります。
(参考:朝霞市ホームページ)

ノルディック・ウォークの普及活動 (NPO法人NORDICあさか)

ノルディック・ウォークは2本のポールを持って歩く、北欧生まれのウォーキングエクササイズです。ポールを持って歩く際、市民の皆さまの妨げになったり、不安を感じる場合もあります。

「挨拶」をすることで、歩行中の接触を防止し、誰もが安心して歩けるウォーキングマナーを心掛けましょう。



今年のウォーキングコースは 自然が溢れる5つのコース

ロングウォーク 12km

けやき並木から桜並木へ、妙音沢(みょうおんざわ)を抜けて黒目川遊歩道、紅葉を楽しみながらのウォーキングコースです

ステップアップ 8km

12kmコースを少し味わいつつ「秋」を満喫しましょう

ゲットチャレンジ 5km

始めてポール持って歩く方でも、安心してチャレンジ出来ます

入門 + 2km

入門レッスンを受けた後、主に近隣公園内を歩きます

入門

入門レッスンを受けた後、会場内の催し物をお楽しみいただけます

<プログラム概要>

9:00 受付開始

10:00 出発式

10:20頃 各コース毎に 随時スタート

14:30 最終ゴール受付 ※この時間には、会場にお戻りください

<参加要項>

受付期間: 2024年 9月2日(月)~ 申込締切: 同年10月31日(木)

※大会規約(大会公式サイト)をご確認の上、お申込み下さい

※締切を過ぎての受付は出来ませんのでご了承下さい

※ご入金確認後、11月1日以降に「申込受付証」を送ります ◆必ずご持参下さい

※11月7日(木)までに届かない場合は主催者までお問合せください

参加条件: 万全な健康状態でご参加下さい (ウォーキングマナーを守りましょう)

※事故が発生した場合、主催者は応急処置、及び加入保険の範囲以外の責任は負いかねます

持ち物: 「申込受付証」、飲み物、帽子、タオル、雨具、健康保険証、ポール(レンタル有)、

リュックサック(ウェストバック)等で両手を空けましょう

参加費用: (事前申込) 大人1500円 中学生以下1000円 レンタルポール 500円/セット

※参加費には保険料が含まれます。申込後、取り消されても返金はいたしませんのでご了承ください