

# 第20回 中川アルプス展望

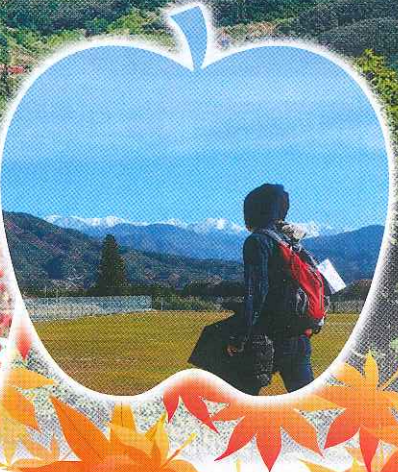
# さわやかウォーク

美しい村  
なががわ36景!!

農村風景、文化、歴史を  
感じて歩こう!!



イメージキャラクター  
「アップルちゃん」



2019年  
11月23日(土) ▶ 24日(日)

国際・日本市民スポーツ連盟 認定大会

美しい日本の  
歩きたくなるみち 500選 認定大会

ツデーウォーク 雨天決行 会場 中川村 サンアリーナ [スタート・ゴール]

**1日目**  
23日  
かたぎり  
片桐方面  
りんご街道コース……12km  
500選 [長野-07] 認定コース

**2日目**  
24日  
みなかた  
南向方面  
A.天竜・里山コース……16km  
B.里山コース……12km  
C.ファミリーお散歩コース…6km

来ればわかる 歩けばもっとわかる 田舎の良さ

- 今年はいつものコースを逆に歩きます!
- 一部給水所でリンゴが復活!
- 美しい村なががわ36景がコース内随所に!
- 貴重なニホンミツバチのハチミツを試食
- 真っ赤に実ったリンゴのもぎ取り
- 地元農産物等の試食もあります



中川村  
長野県

お問い合わせ  
お申し込み先

実行委員会事務局

☎0265-88-1005

FAX 0265  
88-4005

〒399-3802 長野県上伊那郡中川村片桐4757 中川文化センター内 E-mail:nakakou@vill.nagano-nakagawa.lg.jp



# 大会募集要項

大会テーマ

**来ればわかる 歩けばもっとわかる 田舎の良さ**  
 ～美しい村なかがわ36景!! 農村風景、文化、歴史を感じて歩こう!!～

開催日

**令和元年11月23日(土)～24日(日) ツーデーウオーク**  
 (23日12:45～16:30 受付11:45～、24日8:15～14:00 受付7:15～)

主会場

**サンアリーナ** (長野県上伊那郡中川村片桐4711)  
 (200台収容駐車場・手荷物預かり所・更衣室・トイレ完備)

参加資格

国籍、年齢、性別等一切問わず、大会のきまり、運営を理解されて、楽しくウオーキングできる人ならどなたでも参加できます。ただし幼児、児童は保護者、身体の不自由な方は介助者の同伴が必要です。

申し込み  
参加料

区分	コース	村外者	村内者
一般 (高校生以上)	1日目 500選コース(12km)	1日参加: <b>1,500円</b> 両日参加: <b>2,000円</b>	1日参加: <b>1,000円</b>
	2日目 A(16km)、B(12km)コース		両日参加: <b>1,500円</b>
	C ファミリーお散歩コース(6km)	<b>500円</b>	
中学生以下	<b>全コース 無料</b>		

(ゼッケン、コース図、プログラム、傷害保険料を含む)

\*当日申込はありません。(村内在住者を除く)

\*風水害、地震等の自然災害による中止、あるいは過剰入金・重複入金された場合、参加費の返金はいたしませんのでご了承ください。

お楽しみ抽選

参加者全員に抽選で景品が当たります。(ゴール後 抽選コーナーにて)

昼食について

ご持参いただくか、当日メイン会場の出店ブース(五平餅やパンを販売)をご利用下さい。

持ち物

参加登録証、マイカップ、帽子、雨具、防寒具、健康保険証、昼食、日本市民スポーツ連盟(JVA)パスポート等必要と思われるもの。  
 ※休憩所ではコップの準備はしません。マイカップを必ずお持ちください。



免責の範囲

参加者は体調を整えてご参加ください。万が一事故が発生した場合、主催者は保険に加入している範囲及び、応急処置以外の責任を負えません。

日程と  
コースの概略

コースはすべて、主会場サンアリーナを出発・到着とする周回コースとなっています。また、コース途中のりんごのもぎ取りや、試食、おもてなしにもご期待ください。

1日目

**アルプス展望 りんご街道コース…12km (500選コース)**

11月23日(土)  
 出発式 12:45  
 (受付 11:45～)

**りんごもぎ取りコース**

天竜川の西地域は果樹栽培の盛んなところで、南・中央アルプスを東西に眺めながら歩きます。距離的には、やや短いコースですが、伊那谷の地形の特徴でもある段丘を上下する起伏に富んだコースをご堪能ください。… スタート13:00 (16:30までにお戻りください)

2日目

**A アルプス展望 天竜・里山コース…16km (健脚者向け)**

11月24日(日)  
 出発式 8:15  
 (受付 7:15～)

**りんごもぎ取りコース**

天竜川の東地域は中央アルプスが一望でき、圧倒的な眺望でウオーカーを魅了するコースです。コース途中には、懐かしい農道あり山道あり、里山を満喫できます。天竜川、田園、道祖神などの石仏がコース脇にあり、思わずカメラのシャッターを押したくなるような「ビューポイント」がいくつもあります。  
 …… スタート8:30 (14:00までにお戻りください)

**B アルプス展望 里山コース…12km (一般向け)** **りんごもぎ取りコース**

「天竜・里山」コースの良いところ取りしたショートカットコース。  
 16kmコースでは体力的に難しい方にお勧めです。…… スタート8:30

**C アルプス展望 ファミリーお散歩コース…6km (小学生同伴家族向け)**

お散歩気分で「のんびり」歩く。ウオーキングが初めてでも大丈夫なファミリー向けのコースです。  
 親子で、夫婦で、お話ししながらピクニック気分で歩いてみませんか。雄大な自然を眺めながら、きっと何か「新しい」発見が見つかる、そんなコースです。…… スタート8:35



**宿泊施設のご案内** ※直接各宿泊施設へお申込ください

ぼう がく そう  
 (送) **望岳荘** (送迎車で 5分) ※宿泊プラン、料金についてはお問い合わせください。

**TEL 0265-88-2033 FAX 0265-88-3335**

日帰り展望風呂もオススメ!! 時間/10:30~20:00  
 中央アルプスの山々を風呂に入りながら楽しむ! 入浴料/400円

中川村

**農家民宿** 1泊2食付き6,000円  
 中川村営農センター(中川村役場振興課内)  
 ..... **TEL 0265-88-3001**

(送) の宿泊施設については、23日(1日目)は宿泊先へのバス、24日(2日目)は会場までのバスが出ます。その他については個別にお問い合わせ下さい。

松川町

清流苑 ..... **TEL 0265-36-2000**  
 ホテル フタミ ..... **TEL 0265-36-4600**

駒ヶ根市

グリーンホテル ..... **TEL 0265-83-1141**  
 ホテル ルートイン ..... **TEL 0265-82-7011**  
 プレメントホテル ..... **TEL 0265-82-8400**  
 (一社) 駒ヶ根観光協会 ..... **TEL 0265-81-7700**

**申込方法**

別紙「払込取扱票(振替用紙)」に必要事項を記入の上、参加料を添えてゆうちょ銀行又は郵便局より「中川アルプス展望さわやかウオーク実行委員会事務局」へお申し込みください。振込用紙には3名分記入できますが、4名以上でお申込の場合は、代表者及び参加者全員の必要事項をFAX等で送付ください。  
 申込いただいた方へは、**11月1日以降に「参加登録証(ハガキ)」をお送りします。当日必ずお持ち下さい。**

**ウォーキングマナー 五ヶ条**

- 一、やあ！おはよう 明るい挨拶 さわやかに
- 二、信号で、あわてず あせらず 待つ余裕
- 三、ひろがるな、参加者だけの道じやない
- 四、自分のゴミ、自分の責任もち帰り
- 五、歩かせて、いただく土地に感謝して

**特産品等の販売と無料サービス**

**日時/**  
 11月23日(土)・24日(日)  
**場所/**  
 サンアリーナ(メイン会場)  
**内容/**  
 農産物などの物産、模擬店、サービスブースなどを予定しています。24日(日)は、温かい豚汁の無料サービスがあります。

**申込期限**

**令和元年10月24日(木)まで 当日申込はありません。**

※村内在住者を除く

**振替の  
 利用方法**

右記の申込書に必要事項を記入の上、参加費等を添えてお近くのゆうちょ銀行又は郵便局にお申し込みください。原則として申し込み受付後は、参加費はお返ししません。

申込期限 **10月24日(木)**

各票の※印欄は、ご依頼人において記載してください。

00 長野		払込取扱票									
口座記号番号										金額	
005002										千 百 十 万 千 百 十 円	
61932										※	
加入者名 中川アルプス展望さわやかウオーク実行委員会										料金	
代 表 者 (〒 )										備考	
TEL											
フリガナ											
氏 名										性別	
フリガナ										男・女	
性別										年齢	
男・女										参加コース	
フリガナ										11/23	
性別										11/24	
男・女										16km	
フリガナ										12km	
性別										6km	
男・女											
参加費										送迎バス	
2,000円 入										11/23(迎え)	
1,500円 × 入										11/24(送り)	
500円 入										希望・不要	
計(振込金額)										備考	
										日 附 印	

裏面の注意事項をお読みください。(ゆうちょ銀行) (承認番号長第18076号)  
 これより下部には何も記入しないでください。

**振替払込請求書兼受領証**

口座記号番号		005002									
加入者名		中川アルプス展望さわやかウオーク実行委員会									
金額		千 百 十 万 千 百 十 円									
※		61932									
ご依頼人		おなまえ									
料 金		消費税込									
備 考		日 附 印									

切り取らないでください。

記載事項を訂正した場合は、その箇所に訂正印を押してください。

この受領証は、大切に保管して下さい。



## 交通のご案内 〈お勧めの時刻表〉

- 自家用車、自転車、徒歩で会場へお越しの方は、会場付近へ案内看板を設置しますので、直接主会場へお越しください。
- 公共交通機関をご利用の方は、次のように運行スケジュールをご案内いたしますので、利用される方は各自でご予約ください。また、1日目のみ「松川」バス停、JR伊那田島駅から大会会場まで参加者専用バスを運行しますので、ご利用ください。

### 〈中央道高速バスご利用の場合〉 11/23(土)

東京方面	新宿バスターミナル (バスタ新宿)	6:55発 8:05発	飯田線 片道4,100円	「松川」バス停	10:32着 11:49着	シャトルバス
名古屋方面	名鉄バスセンター	8:30発 9:30発	伊那・箕輪線 片道2,900円	「松川」バス停	10:43着 11:43着	

※送迎可能なバス停は「松川」のみとなります。

### 〈JRをご利用の場合〉 11/23(土)

東京方面	新宿駅	7:00発	特急あずさ1号 松本行 片道6,170円(特急券含む)	岡谷駅	9:21着 (乗り換え) 9:45発	飯田線 豊橋行 片道 1,140円	伊那田島駅	11:42着	シャトルバス			
名古屋方面	豊橋駅	6:00発	飯田線 天竜峡行	天竜峡駅	9:08着 (乗り換え) 9:14発	飯田線 飯田行	飯田駅	9:40着 (乗り換え) 9:43発	飯田線 上諏訪行 片道 3,020円	伊那田島駅	10:20着	シャトルバス

- 2日目大会終了時は午後12時00分から専用バスにて「松川」バス停、JR伊那田島駅までお送りします。

大会に関する  
お問い合わせ

**中川アルプス展望さわやかウオーク実行委員会事務局**  
〒399-3802 長野県上伊那郡中川村片桐4757 中川文化センター内  
**TEL 0265-88-1005 FAX 0265-88-4005**



- 主催**  
中川村、中川村教育委員会
- 共催**  
社日本ウオーキング協会、長野県ウオーキング協会、中日新聞社
- 後援**  
長野県教育委員会、上伊那広域連合、(一社)長野伊那谷観光局
- 協賛**  
㈱シナノ体器、養命酒製造株、内堀醸造株、上伊那農業協同組合中川支所、GOKOとまとむら、米澤酒造株
- 主管**  
中川アルプス展望さわやかウオーク実行委員会  
〒399-3802 長野県上伊那郡中川村片桐4757  
中川村教育委員会内  
TEL:0265-88-1005 FAX:0265-88-4005  
http://www.vill.nakagawa.nagano.jp  
E-mail:nakakou@vill.nagano-nakagawa.lg.jp

- (ご注意)
- ・この用紙は、機械で処理しますので、金額を記入する際は、枠内にはっきりと記入してください。また、本票を汚したり、折り曲げたりしないでください。
  - ・この用紙は、ゆうちょ銀行又は郵便局の払込機能付きATMでもご利用いただけます。
  - ・この払込書を、ゆうちょ銀行又は郵便局の渉外員にお預けになるときは、引換えに預り証を必ずお受け取りください。
  - ・この用紙による、払込料金は、ご依頼様が負担することとなります。
  - ・ご依頼人様からご提出いただきました払込書に記載されたおとこ、おなまえ等は、加入者様に通知されます。
  - ・この受領書は、払込みの証拠となるものですから大切に保管してください。

### 〈参加申込書記入例〉

◎黒のボールペンではっきりとといねいに記入してください。  
◎必要事項に○をつけてください。

住所		(〒 123 - 4567)		〇〇県〇〇市〇〇12-34さわやかハイツ〇〇号	
氏名		TEL 0265 - 88 - 1005		フリガナ ナカガワ タロウ	
氏名		中川 太郎		性別	男
氏名		中川 花子		年齢	47歳
氏名		中川 一郎		性別	女
氏名		中川 花子		年齢	22歳
参加費		2,000円 2人		11/23(連入)	
参加費		1,500円 × 1人 5,500円		11/24(送り)	
参加費		500円 1人		希望・不要	
計(振込金額)		5,500円		希望 (不要)	

収入印紙  
課税相当額以上  
貼付  
印

この場所には、何も記載しないでください。