

信州松本

日本市民スポーツ連盟 (JVA) 公認大会

速報版

梓川・桜ウォーク2018



2018年4月14日(土) ▶ 15日(日) スタート/ゴール 松本市波田体育館

14日：梓川コース (清流梓川の河畔を歩きます)
「新日本歩く道紀行100選 水辺の道 認定コース」

21 km

9 km

15日：桜コース (梓川周辺の桜スポットを歩きます)
梓川の周辺のさまざまな種類の桜を楽しみながら巡ります！

28 km

13 km

8 km

9 km 温泉コース

- ◆ 河岸の道のため約90%が未舗装路です。歩きやすい靴でご参加を。
- ◆ 残雪に彩られた美しい北アルプスが見渡せます。
- ◆ 安養寺のしだれ桜、岩岡の桜並木が見事です (21km)。

- ◆ 「仁王門の桜くぐり祭」も開催しています (雲峠より)。
- ◆ 室山からの眺望、恭徳寺のしだれ桜が見事です (28km)。
- ◆ 金松寺、真光寺の桜が見事です (28km、13km)。



ご参加にあたって！

- ・よほどの荒天でなければ雨天でも開催します。ただし、コースを変更または短縮する場合があります。
- ・歩行中や定められた場所以外での喫煙はご遠慮ください。
- ・参加者はコースマップを見て、各自の責任において、ご自分のペースで歩いてください。
- ・自動車、自転車等に注意し、交通ルールを守って歩いてください。

◆ 主催：松本市、松本観光コンベンション協会 ◆ 共催：読売新聞松本支局、市民タイムス、テレビ信州 ◆ 後援：日本ウオーキング協会
◆ 協力：長野県ウオーキング協会、信州スカイウォーク・クラブ、アルピコ交通(株)、読売旅行、近畿日本ツーリスト(株)、松本市波田商工会 ◆ 協賛：南信読売会

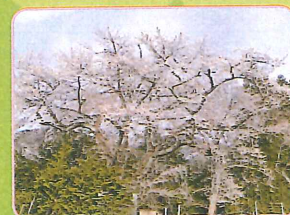
お問合せ

一般社団法人

松本観光コンベンション協会

Tel. 0263-34-3295

Fax. 0263-39-7320



松本平の眺望

「でいらぼっちゃんの像」と展望台があります。
松本平が一望できる素晴らしい眺め。

松本平の眺望

むろやま
● 室山

おおむろ
大室の桜

北黒沢橋

黒沢川

南黒沢橋

梓川ふるさと公園

15日@28kmコース

きょうけんじ
恭儉寺

大宮熱田神社

积迦堂

北条の桜

きんしょうじ
金松寺

しんこうじ
真光寺

舟つなぎ桜

14日±9kmコース

梓川橋

波田小

JA波田支所

市立病院一

14日コース しもじま

松本市波田体育館
スタート&ゴール

一松本市波田支所

太田駅

15日コース

15日 日 8kmコース

諏訪神社

じょうせんじ ●
成身士

めおとつみ
夫婦堤

日④13kmコース

しんしましま駅

やけやま
八景山橋

15日 日 9km 温泉コース

竜島温泉
せせらぎの湯

「仁王門の股くぐり祭」

信州松本

日本市民スポーツ連盟 (JVA) 公認大会

梓川・桜ウォーク2018

4月14日(土) 梓川コース (21km) (9km)

槍・穂高連峰から流れ出る清流梓川の河畔を歩きます!

- ◆ 河岸の道のため約90%が未舗装路です。歩きやすい靴でご参加を。
- ◆ 残雪に彩られた美しい北アルプスが見渡せます。
- ◆ 21kmコースは「新日本歩く道紀行100選 水辺の道 認定コース」安養寺のしだれ桜、岩岡の桜並木が見事です。

8:00 受付開始

8:45 出発式

9:00 スタート (21km, 9kmの順に)

11:00 ゆっくりスタート (9km)

16:00 ゴール最終時刻



4月15日(日) 桜コース 28km 13km

8km 9km 温泉コース

梓川の周辺のさまざまな種類の桜を楽しみながら巡ります!

- ◆ 「上門の桜くまの茶」を開催します。(露店あり)。
- ◆ 出発式で「波田アルプス太鼓」の演奏が皆さんを歓迎します。
- ◆ 室山からの眺望、恭侯寺のしだれ桜が見事です (28km)。
- ◆ 金松寺、真光寺の桜が見事です (28km, 13km)。

8:00 受付開始

8:45 出発式

9:00 スタート

(28Km, 13Km, 9Km温泉コース, 8Kmの順に)

16:00 ゴール最終時刻

北アルプスの眺望

倭橋から中央橋にかけて、北アルプスの眺望が素晴らしい。残雪の嶺々を背景にした岩岡の桜並木はコース随一の撮影ポイント。



事前申し込み 参加費

事前申込期間

12月1日(金)~3月31日(土)

- ◆ 参加費には、ゼッケン・記念バッジ・コース図・完歩証・傷害保険料を含みます。交通費・宿泊費・昼食等は各自ご負担ください。

長野県外からの参加者特典

有効期限: 4月13日~16日

松本市の観光文化施設の無料入場券をプレゼント。
大会前後に市内観光をお楽しみください。

2日 大人
1,500円
当日申し込み
2,000円

1日 大人
1,000円
当日申し込み
1,300円

高校生以下
無料
当日申し込み
無料

温泉コース

15日 大人@800円

入浴代+シャトルバス代/
事前申込のみ

昼食弁当 @500円

手づくりのお弁当です。
もちろん、2日間内容は
違うものをご用意いたします。

松本電鉄上高地線
2日間フリー券

大人@1000円
小児@300円

梓川・桜ウォーク期間中
松本電鉄上高地線に何回でも
乗り降り自由の特別券です。

参加資格

ウォーキングができる健康な方ならどなたでも参加できます。
ただし、高校生以下の方は保護者同伴のうえでご参加ください。

持ち物

参加案内書(開催10日前までに郵送)、帽子、雨具、防寒具、
健康保険証、昼食、飲み物ほか。

お申し込み方法は、裏面を参照!

お申込みは

お申込みに関するお問い合わせは【平日 10:00～17:30 / 土、日、祝日を除く】
スポーツエントリー ☎0570-550-846 ※ガイダンスの後に「2」を押してください。

お電話で

スポーツエントリーの電話受付デスクからお申込みください。受付時間10:00～17:30（土、日、祝を除く）

☎0570-550-846 ※ガイダンスの後に「1」を押してください。

- オペレーターが対応いたします。次の項目を確認いたしますのでご準備ください。

（大会名、お名前、性別、生年月日、住所、電話番号、参加希望コース、お弁当の要否、上高地線乗車券の要否、血液型、緊急連絡先《氏名・電話番号・続き柄》、保護者氏名《参加者が未成年者の場合》）をお伝えください。

- 参加費のお支払いは、コンビニクレジットカードをご選択ください。

- スポーツエントリー利用料として、参加費合計が4,000円まで300円、4,001円以上は参加費合計の7%がかかります。ご了承ください。

インターネットで

【スポーツエントリー 梓川・桜ウオーク2018】で検索。

<http://spoen.net/72649/a>

- 上記のサイトにアクセスし、手順に沿って必要事項をご自分で入力してください。

※初めての方は、スポーツエントリーへの会員登録（無料）が必要です。

- 参加費のお支払いは、コンビニクレジットカードをご選択ください。

- スポーツエントリー利用料として、参加費合計が4,000円まで200円、4,001円以上は参加費合計の5%がかかります。ご了承ください。

◆事前申し込み受付締切 2018年3月31日

以後、参加ご希望の方は、当日直接会場受付にお越しください。

お申込者には、大会10日前までに「参加資料」を郵送いたします。

◆個人情報については、当イベント以外の目的では使用いたしません。

◆参加取消の場合、及び風水害・地震等の自然災害、新型インフルエンザ等で中止の場合、参加費はお返しできませんのでご了承ください。

会場案内

松本市波田体育館
〒390-1401 長野県松本市波田 10098-1

電車で

松本電鉄上高地線 波田駅下車 徒歩5分
松本駅から片道580円

自家用車で

長野自動車道 松本I.Cから
国道158号を上高地方面に
約8km、15分。

至上高地・乗鞍・高山市

集合場所
松本市波田体育館



宿泊斡旋

大会参加、松本の観光に便利なお宿を手配いたします。
お泊りのこと、お気軽にご相談ください。

**近畿日本ツーリスト(株)
松本支店**

TEL0263-35-0386

〒390-0811 長野県松本市中央1-4-20

日本生命松本駅前ビル3F

営業時間：10:00～17:00（土日祝休）

免責事項

◆参加者は良好な健康状態でご参加ください。◆万一事故等が発生した場合、主催者が加入している傷害保険の範囲内及び現場での応急処置以外の責任は負いませんのでご了承ください。◆風水害・地震等の自然災害、新型インフルエンザ等の発生により大会を中止する場合があります。その際参加費の払い戻しはできません。また、交通宿泊費等の個人負担費用についても補償はありません。◆大会中の映像や写真をメディアや大会パンフレット等に掲載する権利は主催者に属します。◆大会会場及び駐車場における事故や盗難等について、主催者は一切の責任を負いません。

