

歩いて・走って ハーフマラソン挑戦会 の案内

平成21年4月16日

主催：延岡走ろう会

会長 長渡晴夫

皆様にはゴールデンウィーク突入で、観光・登山・ジョギング・ウォーキング・菜園等を
楽しまれることと思います。

さて平成21年度の総会で決定しました、初行事の「ハーフマラソン挑戦会」
を、下記の様に計画しました。

ご家族・子供さん・友人・知人を、お誘いあわせの上、多数の参加をお願いします。

歩く方も一緒に、皆んなでハーフマラソンに挑戦してみましょー!!



記

1. 期日 平成 21年5月24日(日)
雨天 中止 *2日前の22日に決定し連絡します
2. 場所 旭化成愛宕グラウンド(別府町西端、薬品工場南門引込線路東)
1周200mのコース(コーン設置?)
3. 集合時間 午前9時 開会式・準備体操・人員確認・内容説明
4. スタート 9時45分 スタート ~ 12時15分終了
(2時間30分で、ゴール前でも終了とします)
5. 閉会式 12時15分
6. 打ち上げ 12時30分~(14時) 場所:グラウンド内
希望者で、費用 男性:2,000円、女性:1,500円(男性でビールを飲まない方も)
7. 参加資格 ウォーキング・ジョギングの可能な健康な方なら、どなたでも
参加下さい。お世話をしていただく方もお願いします。
8. 申込締切 5月15日(金)厳守 各地域理事さんに、下記出欠表を提出下さい
又は、川口へ 電子メール(y.kawaguchi@hyu.bbiq.jp)
* 問合せ含 FAX・電話(0982-34-3040) 携帯(090-3668-9668)
9. 参加費 1日スポーツ保険料:100円(但し、走ろう会会員は無料)、打ち上げ参加の方は6項。
10. その他 (1) 駐車場有り
(2) 走行距離(回数)は、各自の希望とします。体力に挑戦下さい。
ハーフ=21.0975m 1周200mで105回+97.5m
ゴール2時間30分の時、平均スピード約7分/1km(42秒/100m)
(3) 参加賞有り(小)、給水有り *各自で必要な物は持参下さい
(4) 終了までは、責任者の許可無く、会場を離れないで下さい
(5) 参加者の人数で、チームを編成します(1チーム最低約10人、2千-△以上)

10. 世話担当 堀田、大久保、堀田、長渡、吉田、各理事、川口は5月22日の準備までのみ
----- 切り取り線 ----- 提出用

平成21年5月24日 ハーフマラソン挑戦会参加申込書

↓可の方は○印して下さい

氏名	年齢	参考住所町名	連絡用電話	希望距離	世話役	駐車場	打ち上げ
				200mを 回(km)		要 否	参加 不参加
				200mを 回(km)		要 否	参加 不参加
				200mを 回(km)		要 否	参加 不参加
				200mを 回(km)		要 否	参加 不参加
				200mを 回(km)		要 否	参加 不参加