

イナちゃんウォーキングカーニバル2026

回覧

参加者募集!!

期日: 5月17日(日)
 発着: みすずスポーツ公園

家族・仲間とゲーム感覚でわいわいにぎやかに歩く『ウォークラリーの部』、のんびり景色を眺めながらマイペースで歩く『健康ウォークの部』

・てくてくウォークの部』、どれも新緑や街並みを眺めながらウォーキングを楽しむことができます! どんなコースかは当日のお楽しみ。ぜひご参加ください!! (少雨決行)



参加申込み入力フォーム
 スマートフォン等から直接申込みいただけます。

※ウォークラリーの部のみ表彰あり。全チームのゴールまでお待ちいただけます。(他の部は流れ解散)

参加無料!

当日の日程

午前8時10分 受付
 午前8時45分 開会式
 午前9時10分 健康ウォーク スタート
 午前9時15分 てくてくウォーク スタート
 午前9時30分~ ウォークラリー スタート
 午後2時30分頃 閉会式

ウォークラリーの部 (全長約8km)	健康ウォークの部	てくてくウォークの部
<ul style="list-style-type: none"> ● 2~6人程度のグループでご参加ください ● 上位チームは協賛品を贈呈します。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 全長約14kmのコース。完歩された方には「完歩証」を贈呈します。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 全長約3kmのコース。小さいお子さん大歓迎です!

- ★集合場所 **みすずスポーツ公園**
- ★持ち物 昼食・飲み物・筆記用具・雨具 (必要があれば)
- ★参加資格 年齢・性別は問いません。小学生未満のお子さんは保護者の同伴が必要です。
- ★申込方法 参加申込フォームまたは伊那市公式HPから参加申込書をダウンロードしメール・FAXにてお申込みください。電話でも受け付けております。
- ★主催 伊那市 伊那市スポーツ推進委員会 上伊那スポーツ振興協議会
- ★主管 伊那市スポーツ推進委員会
- ★協賛 (予定) 伊那食品工業株式会社 株式会社木曾屋 ルビコン株式会社
 株式会社パネックス 住友生命保険相互会社伊那中央支部

伊那市公式ホームページアドレス <http://www.inacity.jp/>
 伊那市トップページ > 暮らしの情報 > スポーツ > 大会・イベント開催情報



申し込み締め切り
4月30日(木) 必着

お問い合わせ・申し込み先
 伊那市健康福祉部スポーツ課
 電話: 0265-78-4111 (内線 2733)
 FAX: 0265-78-5778

～参加者の声～

天気も良く景色を楽しみながら歩くことができた。
良く汗もかけ健康のためになった

地区の良い所の再発見ができた。
地元だけが歩いたことのないところもあり新鮮だった。

仲間とのおしゃべりが楽しく、無理なく歩けた。
色々な名所があり、寄り道ができた。

ウォークラリーは謎解きみたいで楽しかった。スタンプラリーやクイズもありあつという間だった。

今回2回目だが他の地区も歩いてみたい。
長い距離を歩く機会がなかなかないため、また参加したい。

ウォークラリーとは・・・
下図のようなコース図に従い、1チーム4～5人でグループを作って、途中設定されたCP（チェックポイント）と観察ゾーンで出された問題を解決しながら歩きます。ゴール後時間得点と課題得点の合計で順位を競う野外ゲームです。ただし、勝敗のみを競うスポーツでなく、歩くことを通しての健康作り、グループとのコミュニケーションを図ることが主な目的として行われています。

「ウォークラリー」とは……

コース図を見ながら出発！

コース図に従ってグループで歩きます。課題を解決しながらゴールまで進み「時間得点」と「課題得点」の合計を競う野外ゲームです。

コース図だ!! あれ？今はどこにいるの？

進行方向
現在の位置
コース図とコース図の間の距離は東西南北は必ずしも同じではないのです！

さて、ゴールはどこでしょうか…?

観察ゾンの問題も答えて探検用紙を提出して、はい、ゴール！

終わったのは交流イベント！

- ・おしゃべり大会
- ・ステージでは楽しいアトラクションetc.

お楽しみ会！

そして、いよいよ**表彰式!**

順位は時間得点と課題得点の合計で決まります。
5人の平均の答と観察ゾンの答え

早歩きタイム 98点 97点 100点 99点 98点
遅歩きタイム 2分 1分 1分 1分 2分
(規定時間)…秘密です!

CPチェックポイント
このチェックポイントに来ると課題が解けます。

観察ゾーン
ゴール直前に問題が出るので、周囲をよく観察しよう！

☆印は特に注意するところだよ!

スポーツ推進委員って何をしているの？

イーナちゃんウォーキングカーニバルは伊那市スポーツ推進委員が計画・運営を行っています。このほか、市内各地で「ふれあいスポーツ教室」を開催しているほか、7月には「ラジオ体操オープニングセレモニー」、10月には「イーナちゃん駅伝カーニバル」も実施予定です。またニュースポーツやポッチャなどの講師派遣の依頼も承っております。ニュースポーツをやってみたいけれど、「ルールが分からない」「審判ができない」という方はぜひお声がけください。ニュースポーツは地域の集まり、学校レク等におすすめです。地域のスポーツを盛り上げる活動ため、日々活動をしています。詳しくは伊那市公式ホームページをご覧ください。



伊那市公式HP