

平成30年度「丹波市スポーツの日」黒井城跡早朝トレッキング 開催要項

- 1 内 容
市では、丹波市スポーツ推進計画に基づき毎年10月の最終日曜日を「丹波市スポーツの日」と定め、成人の週1回以上のスポーツ実施率が50%になることをめざした取り組みを行っています。
今年度については、丹波市スポーツ推進計画策定にかかるアンケートで関心の高かったウォーキングに着目し、より高い健康効果が見込めるトレッキングを、「続日本100名城」の1つである国指定史跡・黒井城跡にて実施いたします。
- 2 目 的
①健康づくり・仲間づくりの機会を提供し、市民一人ひとりの豊かなスポーツライフの実現を図る。
②達成感・やりがいを感じていただき、継続的にスポーツに取り組む人口を増やす。
③豊かな自然や文化・歴史等の地域資源を再確認いただき、郷土愛の醸成を図る。
- 3 主 催 丹波市・丹波市スポーツ協会
- 4 日 時 平成30年10月28日（日）午前4時30分～
- 5 日 程
集合・受付 午前4時00分～ 丹波市役所春日庁舎
登頂開始 午前4時30分～ ※班別に分かれ、3分置きに1班より順次出発。
全班山頂到着 午前6時00分
下山開始 午前7時00分～
解 散 午前8時00分
- 6 行 程 春日庁舎出発～登城口黒井～山頂（往復）
- 7 種 目 トレッキング
- 8 対 象 丹波市に在住、在勤、在学の方
※小学生以下のお子様に参加される場合は、保護者の方も1名以上申し込みをしてください。
- 9 参 加 費 無料 ※ 事前に参加申込みが必要です。 ※参加賞あり
- 10 持 ち 物 ○帽子・飲み物・行動食（ゼリー飲料・お菓子等）・タオル
○リュック・ウエストポーチ
○レジャーシート
○雨具・防寒具（上着・手袋・使い捨てカイロ・ネックウォーマー等）
○ヘッドライト・ペンライト・懐中電灯等、足元を照らせるもの
※運動靴と歩きやすい服装で参加してください。
- 11 留意事項 ・参加中の事故については応急処置のみ主催者側で行いますが、それ以外の責任は負いかねます。
・悪天候の場合は中止となります。前日の降雨等により、コースが危険な状態であれば、前日時点で中止の判断をさせていただく場合がございます。
- 12 申込方法 平成30年10月12日（金）までにチラシ裏の申込用紙でお申込みください。
申込書は、市内各支所・住民センターと文化・スポーツ課の窓口にあります。
お問合せ・お申込：丹波市まちづくり部文化・スポーツ課
〒669-4192 丹波市春日町黒井 496 番地 2 電話 88-5057 FAX 74-2855