大　会　要　項

1　大会テーマ
－花と緑と陽光（ひかり）の中を－
手づくりのおむすびを持って家族で歩こう

2　期　　日
平成29年４月22日㈯・23日㈰
＊せっかくウオーク４月24日㈪

3　主　会　場
飯田市中央公園
JR飯田線・飯田駅より徒歩５分
中央高速バス・飯田駅前バス停下車徒歩５分

4　参加資格
- 事故防止のため、定められたコースを歩き、スタート・ゴール時間、チェックポイントの通過等の大会規則をきちんと守られる方。
- 交通ルールやウオーキングマナー五ヶ条を守り、楽しくウオーキングのできる方。
- 国籍、年齢、性別等は一切問いません。

ウオーキングマナー五ヶ条	1．やあ！　おはよう　明るい挨拶　さわやかに 2．信号で、あわてず　あせらず　待つ余裕 3．ひろがるな、参加者だけの道じゃない 4．自分のゴミ、自分の責任もち帰り 5．歩かせて、いただく土地に感謝して

5　参　加　費
◆基本参加料　ゼッケン、地図、バッジ、保険料を含む（全員）

区　分	事前申込	当日受付	備　考
高校生以上	2,000円	2,200円	記念品、大会誌付
中学生以下	1,000円	1,200円	大会誌付

※参加費は２日間参加でも、１日だけの参加でも同じです。
※申し込み後、参加を取り消されても参加費は返却いたしません。
※20名以上の団体で参加される場合は団体料金を適用いたします。
　事前に事務局へお問い合わせください。

◆特別参加料（基本参加料に加算）

コース	事前申込	備　考
舟下りコース（21㎞）	中学生以上1,500円 小学生　750円	舟下り乗船代

※ただし舟下りコースのみ、取消料を申し受けます。
（大会４日前まで０％、３日前～当日50％）

6　持　ち　物
昼食、水筒、雨具、帽子、マイカップ、健康保険証、受付宿泊確認書（ハガキ）等

7　昼食斡旋
今年度、おにぎり等の昼食斡旋は行いません。昼食は各自でご用意ください。ただし、大会当日は出店ブースにておにぎりの販売を行っておりますので、そちらもご利用ください。

8　お申し込み
参加申込書（郵便振替用紙）に必要事項を記入の上、参加費等を添えてお近くの郵便局よりお申し込みください。
※飯田市にお住まいの方は、広報いいだ３月号掲載の申込書にてお申し込みいただけます。

申込期間：平成29年３月30日㈭まで

（３月31日以降も受け付けますが、大会誌の参加者名簿にお名前の掲載ができません。）
※受付宿泊確認書は、３月上旬よりお手元に随時発送いたします。
※参加者の個人情報につきましては厳重に管理し、大会運営、次回大会のご案内及び日本マーチングリーグ（JML）等の表彰候補者照合のために利用させていただきます。
※「参加回数表彰」及び「はとの会表彰」は行いません。

免責事項
① 参加者は事前に健康診断を受けるなど、万全の健康管理のもとに参加してください。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。
② 自然災害、新型インフルエンザの流行等で大会を中止することがあります。その場合、コースマップ等の大会資料はお送りしますが、参加費の払い戻し及び各歩行記録の認定は出来ません。また交通費や宿泊取消料など、個人負担の費用についても、大会からの補償はございません。
③ 大会中の映像、写真、記事、記録等に関するテレビ、新聞、雑誌、インターネット等への掲載権と肖像権は主催者に属します。
④ 大会が案内する駐車場や施設における事故や盗難について、主催者は一切の責任を負いません。

飯田やまびこマーチ関連行事・同日開催イベント情報（予定）

※行事内容等は変更の可能性があります。ご承知おきください。

☆やまびこマーチミニコンサート☆
日　時：４月22日㈯　12:00～
会　場：主会場　参加費：無　料
内　容：地元学生等によるミニコンサート。
　　出演者、演目等は当日のお楽しみ

同日開催イベント　飯田市緑化祭


日　時：４月22日㈯・23日㈰
会　場：飯田市中央公園多目的広場
内　容：花木や盆栽の販売のほか、ツリークライミング体験や高所作業車乗車体験ができます。ヨーヨーすくいなどの無料おたのしみコーナーもあります。

☆ウエルカムパーティー☆（定員100名）
日　時：４月22日㈯　16:00～17:15
会　場：飯田市公民館３階
参加費：1,000円
※参加ご希望の方は、申込書所定欄にご記入の上、参加費を添えてお申し込みください。
※申し込み順で定員になり次第、締切と致します。
※JML表彰式は、23日㈰午前６：30から主会場で行います。



同日開催イベント　ゆるキャラ®天国inりんご並木


日　時：４月23日㈰ 10:00～16:00
会　場：りんご並木特設会場
内　容：各地のゆるキャラ®が飯田に大集合。それぞれのＰＲタイムや一緒に写真撮影する機会がたくさん。五平餅の販売などテントブースも並びます。

参　加　特　典

★市内施設の入場、入館料の割引特典
大会に参加される方は、受付で大会誌またはゼッケンを提示すると、無料または特別料金で各施設に入場できます。
入場無料：飯田市美術博物館、上郷考古博物館、竹田扇之助記念国際糸操り人形館、小笠原資料館、川本喜八郎人形美術館
特別割引：市内各温泉施設 他
※詳しくは、大会誌をご覧ください。



梨の花咲く頃（飯田市北方）撮影者：松島 信雄さん

日本マーチングリーグ公式大会 JML（Japan Marching Leegue）
国際市民スポーツ連盟公認大会 IVV（Internationaler Volkssport Verband）
日本市民スポーツ連盟公認大会 JVA（Japanese Volkssport Association）
ジャパン ノルディック・ウォーク プレミアリーグ公式大会

オールジャパンウオーキングカップ長野県認定大会　関東甲信越マーチングリーグ公式大会　美しい日本の歩きたくなる道500選公式大会

飯田やまびこマーチ実行委員会　☎0265-21-3001
〒395-8501　長野県飯田市大久保町2534番地　飯田市教育委員会 生涯学習・スポーツ課内
メール yamabiko@city.iida.nagano.jp　FAX 0265-53-4546　飯田やまびこマーチ　検索

■主催：飯田市、飯田市教育委員会、（一社）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、（公財）飯田市体育協会、飯田市連合婦人会、飯田市PTA連合会
■後援（予定）：国土交通省中部地方整備局飯田国道事務所、長野県、長野県教育委員会、（一社）日本市民スポーツ連盟、下伊那郡町村会、南信州広域連合、（一社）全日本ノルディック・ウォーク連盟、東海旅客鉄道㈱
■協力（予定）：飯田観光協会、天龍峡温泉観光協会、飯田商工会議所、飯田市校長会、飯田市スポーツ少年団、飯田観光ガイドの会、ゆるキャラ®天国inりんご並木実行委員会、南信州新聞社、㈱飯田ケーブルテレビ、飯田エフエム放送㈱、飯伊圏域障害者総合支援センター、上郷地域まちづくり委員会（モーリーの森応援隊）、三穂公民館、あじさい会、山本公民館、山本女性団体連絡協議会、座光寺公民館スポーツサークル、天龍峡昭和乙女の会、柿野沢生産組合、NPO法人大平宿をのこす会、飯田市スポーツ推進委員協議会、大平街道を歩こう会、飯伊歩け歩け協会、竜丘歩こう会、モーニング・ウォーク、Walking Wave IIDA、原州会、飯田ノルディックウォーキング倶楽部、天竜舟下り㈱、㈲農業法人 今田平、㈲北原土木 他

健康日本21 スマートライフウォーク47 +1000歩

飯田やまびこマーチコース

1日目 日程・コース 2017年4月22日(土)

名勝天龍峡までの起伏に富んだ市内一周コース

40km　出発式 6：50　スタート 7：00　自由歩行　人数制限なし

中央公園～大宮神社～猿庫の泉・妙琴公園～笠松高原・佐倉様～七久里神社～小笠原資料館（書院）～天龍峡・今田平～鷲流峡～松尾公民館～美術博物館～りんご並木～中央公園

ウォーキング途中で「天竜舟下り」を楽しめる特別コース

舟下り（21km）　出発式 6：50　スタート 7：00　自由歩行　追加料金1,500円(小学生は750円)　人数制限300名

中央公園～飯田消防署～弁天港―「舟下り」―時又港～天龍峡～今田平～鷲流峡～松尾公民館～美術博物館～りんご並木～中央公園（注：特別参加料…別途必要）

※弁天港に到着後、乗船まで30分～1時間程お待ちいただくことがありますのでご了承ください。



鳩打林道の豊かな自然と南アルプスを望むコース

大平（22km）　出発式 6：50　スタート 7：00　自由歩行　人数制限40名

中央公園 ―バスにて送迎― 大平宿～鳩打林道（※道路状況によりコース変更あり）～中央公園

南アルプスを正面に河岸段丘を下るコース（歩きたくなるみち500選【長野5】）

20km　出発式 7：45　スタート 8：00　自由歩行　500選　人数制限なし

中央公園～大宮神社～猿庫の泉・妙琴公園～笠松高原・佐倉様～伊賀良公民館～名古熊神社～りんご並木～中央公園

自然に親しむ公園巡りコース

10km　出発式 7：45　スタート 8：00　自由歩行　人数制限なし

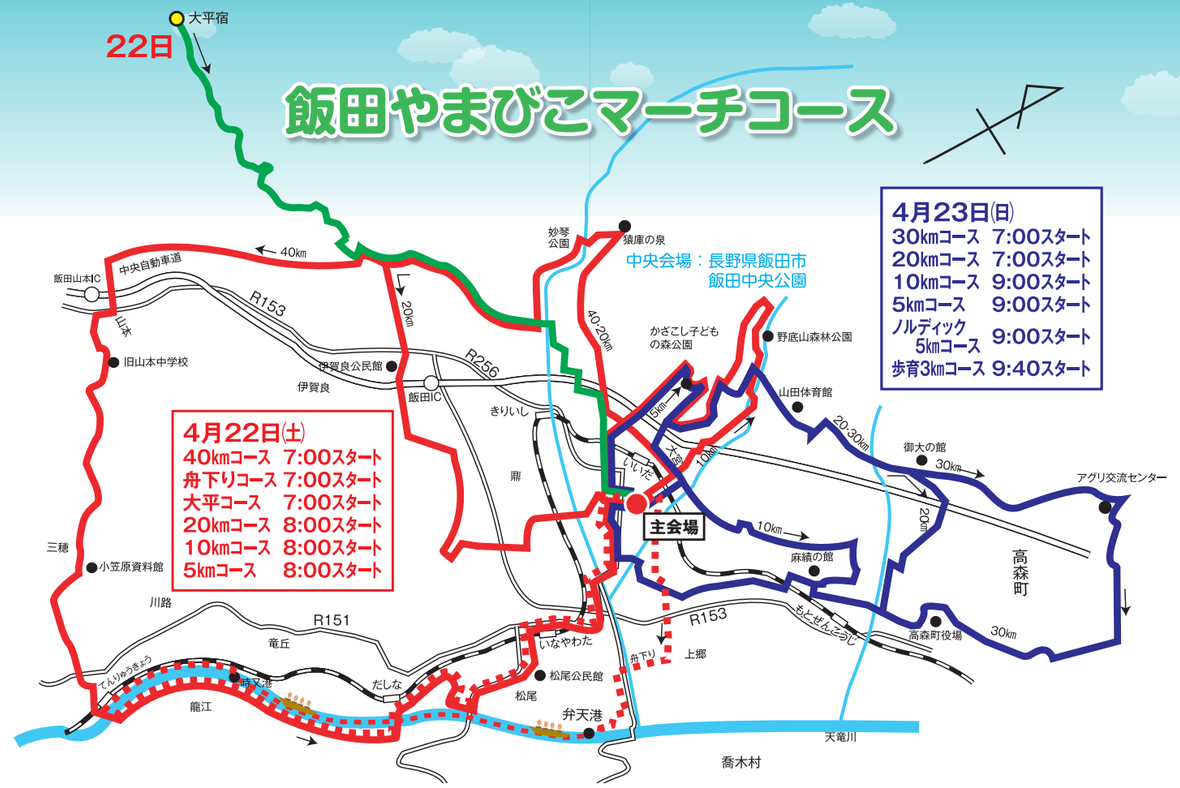
中央公園～大宮神社～氷倉橋～野底山森林公園～柏原霊園～かざこし子どもの森公園～りんご並木～中央公園

赤石コース『菱田春草』ゆかりの地である小京都飯田を観光ガイドの案内で団体歩行で巡るコース

5km　出発式 7：45　スタート 8：00　団体歩行　人数制限なし

中央公園～市内寺社～菱田春草生誕地公園～赤門～美術博物館～四季の広場～三連蔵～中央公園

※このコースは、観光ガイドによる案内を聞きながら歩くコースです。ゆっくりとしたスピードでの団体歩行になりますことをご承知おきください。



おもてなしコース 4月21日(金)

飯田市街地散策 桜と和菓子でおもてなし

団体歩行　料金500円　人数制限120名

【せっかく飯田に来たんだに、一緒に歩きまいか！】

観光ガイドが、とっておきの飯田をご案内します。楽しくのんびり歩いて、おいしいお茶と和菓子を召し上がれ。



21(金)	主会場 集合 14：30	⟶	出発 14：50	⟶	ウォーキングとお菓子でおもてなし	⟶	解散 16：30頃	

せっかくウオーク 4月24日(月)

団体歩行　料金12,000円　人数制限40名

【飯田市下久堅の豊かな自然を楽しむ8kmコース】

大会終了後、送迎バスにて下久堅地区へ向かいます。天竜川を眼下に望み、南アルプスの山麓にいだかれてたたずむ「よし乃亭」で一泊。日頃の喧騒を離れ、ゆっくりお休みください。翌日は、市内を一望できる美しい展望と地元の食材を使用した「ひさかた御膳」を楽しみます。

- ＩＶＶ公認ウォーク
- 参加料：12,000円（一泊３食 23日夕食、24日朝食・昼食）
  ※宿泊は、相部屋（男女別）のお部屋となります。
- 送　迎：終了後、マイクロバスにてJR飯田駅、飯田バスセンターまでお送りします。

23(日)	主会場内 大会本部 14：45	⟶	宿（天竜水神温泉よし乃亭） 15：30					
24(月)	宿出発 8：00	⟶	下久堅公民館 8：30	⟶	せっかくウォーク（飯田市下久堅地区）	⟶	昼食 12：30	⟶ 飯田駅解散 14：30







2日目 日程・コース 2017年4月23日(日)

眼下に広がるりんごの花の絨毯を堪能し、田園地帯を巡るコース

30km　出発式 6：50　スタート 7：00　自由歩行　人数制限なし

中央公園～大宮神社～柏原霊園～かえで街道～一本杉～御大の館～瑠璃寺～アグリ交流センター～山吹選果場～高森南小学校～元善光寺・麻績の里～城東３号公園～美術博物館～りんご並木～中央公園

野底山森林公園から元善光寺を抜け、田園地帯を巡るコース

20km　出発式 6：50　スタート 7：00　自由歩行　人数制限なし

中央公園～大宮神社～柏原霊園～かえで街道～一本杉～御大の館～元善光寺・麻績の里～城東３号公園～美術博物館～りんご並木～中央公園

人形浄瑠璃の里・黒田コース

10km　出発式 8：50　スタート 9：00　自由歩行　人数制限なし

中央公園～大宮神社～上郷トンネル～黒田人形浄瑠璃伝承館～元善光寺・麻績の里～城東３号公園～美術博物館～りんご並木～中央公園

ふれあい愛コース（ほっとすまいるコース）（飯田市街地とかざこし子どもの森公園を巡る、親子で愉しむコース）

5km　出発式 8：50　スタート 9：00　自由歩行　人数制限なし

中央公園～りんご並木～美術博物館～飯田駅前～高羽第１公園～かざこし子どもの森公園～武道館～桜並木～中央公園

ほっとすまいるコースは、途中かざこし子どもの森公園を通らずに、比較的平らで障がいのある方でも気軽に参加いただけるコースです。

インストラクターと歩くノルディック・ウォークコース

ノルディック（5km）　受付 8:15 出発式 8:50　スタート 9：00　団体歩行　ポール有料貸出有　人数制限なし

中央公園～りんご並木～美術博物館～飯田駅前～高羽第１公園～かざこし子どもの森公園～武道館～桜並木～中央公園

ノルディック・ウォークは２本のポールを使って歩くことで全身の筋肉をより多く使用するため、エクササイズ効果が高くなります。また、ひざ・腰等への負担も軽減されます。５kmコースと同じコースを歩きます。

家族で楽しく「歩育」コース

歩育（3km）　出発式 9：30　スタート 9：40　自由歩行　人数制限なし

中央公園～桜並木～風越公園～中央図書館～四季の広場～動物園～りんご並木～中央公園

小学生未満の子どもと家族などを対象としたコース。保護者・引率者同伴で参加ください。