

参加者  
募集!

歩いて!走って!知って米沢!

# ラン&ウォークラリー



日時 令和6年 **10/12** 土

11:00~13:00頃 ほか **小雨決行**

場所 **米沢市役所 ~ 米沢市営人工芝サッカーフィールド**  
※詳細は裏面をご確認ください。 ほか

制限時間内にスタートからゴール間にあるチェックポイントを自由にラン&ウォークしながら巡るスタンプラリーです。チェックポイントでクイズに正解してシールをゲット!シールを集めてアンケートに回答すると参加者特典がもらえます。ゴール後の「第3回よねざわ肉の陣」等のイベントをお楽しみください!

米沢市マスコット  
キャラクター  
西江兼統/かねたん  
©aki okano



同時  
開催

## おしょうしな地域おこし協力隊 ベンジャミン's ランニングクリニック



箱根駅伝12人抜き区間賞ランナー・ベンジャミンと一緒に楽しく走ろう!速く楽しく走るコツをベンジャミンが伝授!ストレッチやランニングフォーム等の基礎から学んで、最後は楽しく実践してみよう!

対象:どなたでも(初心者大歓迎!)

### ガンドウ・ベンジャミン・テゴワ隊員

ケニア出身・1991年生まれ。幼少期からランニングに親しみ、平成21年日本大学へ進学し、陸上競技部へ入部。その後、実業団や栃木県壬生町地域おこし協力隊を経て、令和6年4月からおしょうしな地域おこし協力隊として活躍中!箱根駅伝、出雲駅伝、全日本大学駅伝等に出場し、数多くの区間賞を獲得。



さまざまなイベントを楽しもう!

## ゴール付近での 開催イベント

第3回よねざわ肉の陣  
13:00~19:30

明治安田生命による健康増進ブース

●血管年齢測定 ●ベジチェック など

やまがた愛の武将隊  
によるお出迎え

※イベント開催はすべて予定となっております。詳細は後日、市ホームページへ掲載します。



### 申込期間

令和6年7月22日(月)~8月31日(出)まで

### 申込方法

※詳細は裏面をご確認ください

- ① e-moshicom(インターネット申込) ※申込者手数料負担あり
- ② スポーツ課窓口 ※手数料なし

### 参加者特典 ※内容が変更となる場合があります。

- オリジナルタオル
- 抽選会(はずれなし)への参加
- よねざわ肉の陣チケット500円分
- チェックポイント(一部)でのプチプレゼント

シールを多く集めたり、同月開催予定「オクトーバー・ラン&ウォーク」で使用する「Sports Town Walkerアプリ」「TATTAアプリ」を登録すると抽選会の当選率がアップ!

主催: 米沢市FUN+WALK推進事業実行委員会(事務局:米沢市教育委員会スポーツ課内)

共催:(一財)米沢市スポーツ協会、米沢市スポーツ推進委員会

協賛: 明治安田生命保険相互会社米沢営業所、大塚製薬株式会社東北支店、ミズノ株式会社、株式会社ヨークベニマル、株式会社吾妻スポーツ

ホームページ <https://www.city.yonezawa.yamagata.jp/soshiki/10/1035/1/7905.html>



TEL.0238-23-6535

受付時間/9:00~17:00(土日祝除く)

E-mail: [funwalk.yonezawa@gmail.com](mailto:funwalk.yonezawa@gmail.com)

詳細は裏面をご確認ください

部門・料金など

番号	部門	区分	参加料(参加賞・保険料込)	内容
①	ラン&ウォーク	個人	大人 1500円 中学生以下 1000円	個人で自由に巡ります。 ●受付時間/11:00~11:30(順次) ●ゴール時間/12:30~13:00まで ●スタート/米沢市役所 ●ゴール/米沢市営人工芝サッカーフィールド チェックポイントクイズ、アンケートは一人ひとり回答してください。
②		チーム	大人 1300円 中学生以下 1000円	3~5人のチームを組み、チームで自由にチェックポイントを巡ります。 ●受付時間/11:00~11:30(順次) ●ゴール時間/12:30~13:00まで ●スタート/米沢市役所 ●ゴール/米沢市営人工芝サッカーフィールド チェックポイントクイズはチームの1人が正解すればチーム全員クリアとなります。アンケートは一人ひとり回答してください。
③	ベンジャミン's ランニングクリニック	ラン&ウォーク + クリニック	大人 2500円 中学生以下 1500円	ラン&ウォークに参加後、ランニングクリニックに参加します。 【ラン&ウォーク】 ●受付時間/11:00~11:15(順次) ●ゴール時間/~12:00まで ●スタート/米沢市役所 ●ゴール/米沢市営人工芝サッカーフィールド 【ランニングクリニック】④参照
④		クリニックのみ	大人 1500円 中学生以下 1000円	箱根駅伝区間賞ランナー・ベンジャミンによるクリニック。 ●受付時間/12:00~12:15 ●時間/12:15~13:00まで ●場所/米沢市営人工芝サッカーフィールド

申し込み後の流れ

イベント1週間前を目途に、お申込者に当日のご案内の発送を予定しています。その他、お知らせ事項は随時市ホームページに掲載いたしますのでご確認ください。

持ち物

- タオル
- 飲み物
- 雨具
- 帽子
- 健康保険証 のほか、各自必要なもの。動きやすい服装でご参加ください。

駐車場

- 米沢市役所に駐車してください。
- ランニングクリニックのみに参加する方は会場まで歩いてお越しください。
- ゴール地点からスタート地点までは、お帰り用のバスをご利用いただくか、歩いてお戻りください。

参加申込書

【e-moshicom(インターネット)で申込の場合】

<https://moshicom.com/106460/>

こちらよりお申込みください。

※別途手数料が必要です。詳細はe-moshicomサイトを  
ご確認ください。



【スポーツ課窓口で申込の場合】 受付時間/9:00~17:00 (土日祝除く)

参加申込書に必要事項をれなくご記入の上、米沢市教育委員会スポーツ課(〒992-0012 米沢市金池3丁目1-14 置賜総合文化センター1階)へ参加料を添えてお越しください。

※申込手数料はかかりません。おつりのないようお願いいたします。

チラシ記載内容、市ホームページを確認・了承の上、申し込みます。(同意する場合、をお願いいたします。)

【参加申込における注意事項】

- 申込後の部門変更、キャンセル、権利譲渡、名義変更はできません。また、自己都合によるキャンセルの場合の参加料の返金は原則としてできません。
- 最少催行人数に満たない場合や、天候や自然災害などにより主催者判断で中止とさせていただきますことがあります。その場合は市ホームページで告知します。中止の際の参加料については、それまでに生じた経費等を差し引いた上で返金の有無及び金額を決定いたします。
- その他の注意事項は市ホームページに掲載しておりますので、必ずご確認の上お申し込みください。

申込部門番号		生年月日 (西暦で記入)	年	月	日
ふりがな			性別	男・女	
氏名			電話番号		
住所	〒		( )		
			-		

申込部門番号		生年月日 (西暦で記入)	年	月	日
ふりがな			性別	男・女	
氏名			電話番号		
住所	〒		( )		
			-		

申込部門番号		生年月日 (西暦で記入)	年	月	日
ふりがな			性別	男・女	
氏名			電話番号		
住所	〒		( )		
			-		

申込部門番号		生年月日 (西暦で記入)	年	月	日
ふりがな			性別	男・女	
氏名			電話番号		
住所	〒		( )		
			-		