

スタート
 光が丘公園

ゴール

- Aコース 23km
- Bコース 12km
- Cコース 8km

注意
 コース途中でゴミは捨てずに持ち帰りましょう!



ゴール受付時間
 各コース共に、午後1時から午後4時までにゴールしてください。

●「TOKYOウオーク2018パスポート」にチェックを受けてください。
 各コース共に、スタート及びゴール時にスタッフが認定印を押しています。

注意事項

- ◎道路の信号表示に従って歩くなど、交通ルールを遵守するとともに、誘導スタッフの指示に従って歩きましょう!
- ◎横一列に広がって歩くなど、一般歩行者、自転車、自動車等の通行に迷惑とならないよう注意して歩きましょう!
- ◎こまめに水分補給を行きましょう!
- ◎歩行喫煙やゴミ・吸殻のポイ捨てはやめましょう!
- ◎コースマップをよく見て歩きましょう!

Aコースチェック印

印

☛ = 誘導スタッフ
 ※都合により誘導スタッフの位置が変更になる場合があります。

コースマップは大会当日、参加者のみなさまにお渡し致しますので、
 こちらのPDFを印刷してのご参加はお控ください。

大会やコースに関する問合せ先
 「TOKYOウオーク2018」第5回大会本部
TEL:080-5895-3975
 (8:30~16:00まで) ※この電話は、大会当日のみ有効です。

主催 **東京都** 東京都スポーツ文化事業団 一般社団法人 **日本ウォーキング協会** 共催 **産経新聞社** 特別協賛 **LION**

後援 中央区、港区、江東区、世田谷区、中野区、練馬区、立川市、府中市、国分寺市、国立市、狛江市、武蔵村山市、瑞穂町

URL: **Facebook** **Twitter** **Instagram**

地図作成協力 **株式会社ゼンリン**

救護を要する場合の連絡先
 「TOKYOウオーク2018」第5回救護本部
TEL:080-5895-3974
 (8:30~16:00まで) ※この電話は、大会当日のみ有効です。