

ウォークラリー

募集人数
各**500名**

運動不足解消や気分転換に最適な、子どもから大人まで気軽に参加できるウォークラリーです。
チェックポイントをまわりながら色々な場所を散策して楽しみましょう。

10/3日

約**5.3km**

横浜みなとみらい

時間

[受付] 10:00~11:00

[ゴール] 13:00まで

受付場所

日本丸メモリアルパーク 訓練センター屋上
JR根岸線「桜木町」駅南改札東口より徒歩5分
みなとみらい線「みなとみらい」駅・「馬車道」駅より徒歩5分

コース

海辺の景色を楽しみながら、中華街などの
観光名所を巡ります



葛西臨海公園
入館券
完歩賞

10/12日

約**4.5km**

葛西臨海公園

時間

[受付] 10:00~11:00

[ゴール] 13:00まで

受付場所

葛西臨海公園 汐風の広場
JR京葉線「葛西臨海公園」駅より徒歩10分

コース

汐風の広場をスタートしシンボルの大観覧
車などを巡ります

11/14日

約**3.5km**

上野恩賜公園

時間

[受付] 10:00~11:00

[ゴール] 13:00まで

受付場所

上野恩賜公園ポケットパーク
JR山手線「上野」駅より徒歩2分
東京メトロ銀座線・東京メトロ日比谷線「上野」駅より徒歩6分

コース

風情あふれる不忍池周辺を散策しゴールを
目指します



第5回 東京ベイサイドツーデーマーチ

主催：一般社団法人 日本ウォーキング協会 共催：一般社団法人 東京都総合組合保健施設振興協会

11/28日

募集人数
500名

メイン会場

お台場 シンボルプロムナード公園 花の広場

東京湾岸エリアの開放的な景色を楽しみながら歩く、大規模ウォー
キングイベントです。体力や目的に合わせて選べるコースが魅力で、
初心者から健脚派まで幅広い世代が気軽に参加できます。



※30、20、10kmコースはレインボーブリッジを通ります。



30kmコース

[受付・スタート] 8:30~9:15 [ゴール受付] 11:00~15:45

20kmコース

[受付・スタート] 8:30~9:15 [ゴール受付] 11:00~15:30

10kmコース

[受付・スタート] 9:30~10:30 [ゴール受付] 11:00~15:30

※芝公園4号地からのスタートとなります。

5kmコース

[受付・スタート] 9:30~10:00 [ゴール受付] 11:00~15:30



募集人数
100名

特別企画

WOMEN'S LESSON WALK

開催時間

14:00~16:00

心身ともに健康で自分らしく前向きに人生を歩んでほしいー 女性による女性のた
めのレッスンウォークです。正しく美しい姿勢や歩くコツ、効果を上げるための歩
き方について「歩きのプロ」からレッスンを受けながら、ベイエリアをサンセット
ウォーキングします。

11/29日

募集人数
80組(約300名)

特別企画

キッズウォーキングフェスティバル

受付・スタート

①10:30~ ②11:30~

お台場エリア(約4km程度)にチェックポイントを設定し、ミッションをク
リアしながら楽しくゴールを目指します。親子での健康づくりだけでな
く「家族の繋がりに」にも貢献するウォーキングイベントです。

