

第45回 井上地区100キロコンペ 実施要項

趣 旨	「くらしの中にスポーツ」を主眼に夏休み中の子どもの体力増進と健康で明るい児童の育成、地域の活性化を図ることを目的として、早朝ランニングを実施する
主 催	津幡町教育委員会・(一社)津幡町スポーツ協会・各地区公民館
共 催	津幡町PTA連絡協議会・津幡町子ども会育成委員連絡協議会
後 援	津幡町スポーツ推進委員会・北國新聞社
主 管	井上地区100キロコンペ実行委員会・井上公民館・井上地区体育協会
期 間	令和6年7月20日(土)～8月28日(水)40日間 ※8月14・15・16・17・18・25日は、お休みです。
集合場所	井上小学校正面前
時 間	午前5時50分までに集合(ラジオ体操10分) 午前6時00分スタート～6時50分タイムアップ
実施有無	雨天中止(小雨・台風等当日のお世話係の判断に一任します)
実施方法	①各自の身体に応じたコースを選び、期間中に目標を達成する。(40K・60K・100K) ②参加者は原則として小学生以上の校下在住の方で年齢・性別を問いませんが、健康である人。(他地域の参加大人・小人も可) ③指定されたコースを走ることを原則とするが、小学生低学年・高齢者など各自、自分の健康状態を考え、継続して走ることが困難な人は歩いて良い。(定められた時間内にゴールする。) ④定められたコースを走り終った人は、各自でコース・自走タイムをカード(参加初日にお世話係より配布)に記録する。 ⑤期間終了及び記録達成後、各自カード(必氏名記入)は直ちに、井上公民館に提出する。 ⑥100K走破した人には走破賞と副賞を贈る。60K走破した人は努力賞と副賞を贈る。(ただし、小1・2年生は、走破賞60K・努力賞40Kとする。) ⑦ 10日間走りカードを提出した方には、井上地区体育協会より参加賞が贈られます。

※注意事項

- ①走る時は必ず左側です。車・バイク・自転車等に十分に気をつけること。
- ②参加者は、走るのにふさわしい服装のこと。(シューズを履く。)
- ③お世話係の注意をよく聞き、必ずスタート前にラジオ体操を実施する。
- ④小学校内への車・バイクの乗り入れは禁止します。(公民館駐車場を利用下さい。)
- ⑤参加者は、原則としてスポーツ安全保険に加入すること。
- ⑥事故・けがなどの報告は、ただちに公民館へご連絡ください。
- ⑦休み・雨天中止日に走行される場合、事故・けがの対応は個人責任となります。
- ⑧ペットとの参加は、禁止します。

◎スポーツ保険加入希望者は、開催前7月12日(金)までに(大人(高校生以上)64歳以下1人1,850円、65歳以上1人1,200円、子ども一人800円)掛金を添え、津幡町総合体育館(☎289-3161)へ申込み下さい。

◎参加者の皆様には、低学年の児童にちょっとした心くばりと目くばりのご協力を頂きますようお願いいたします。低学年の児童が転倒した場合、大けがにつながる危険性が高いことが理由です。

**期間中、車を運転される方は、十分お気を付けください。
また、コース上に駐車をしないようご協力をお願いします。**