

スポーツレクリエーション祭2024『春の部』

東御市の誇る  
最強力士「雷電為右衛門」の生家  
道の駅「雷電くるみの里」  
東御市の歴史文化を感じながら心地の  
良い5月にご家族、お友達、職場の方と  
一緒に歩きましょう！

# ふんぽあひ ウォーク



～雷電没後200周年記念～



参加者へ記念缶バッジ、  
マンホールカード配布！！

2024

5/12日

受付 8:30～9:00 ※受付時間は厳守をお願いします  
出発式 9:10～ 出発 9:30～※班を編成し、時間差で出発

## コース

- らいでんコース(7km)  
大相撲史上最強の力士といわれる  
「雷電為右衛門」の生家をめぐります。

## 参加費

無料

《申込は4月8日から5月1日まで》

## 集合場所

東御中央公園 芝生広場  
☔雨天中止☔(小雨決行)  
当日朝の天候で判断をし、中止の場合は  
当日朝7時までに東御市ホームページ  
(<https://www.city.tomi.nagano.jp/>  
又は東御市で検索)にてご案内いたします。

【主催】スポーツレクリエーション祭2024実行委員会、上田地域広域連合

【共催】上小スポーツ推進委員協議会、東信教育事務所、青木村・長和町各教育委員会、上田市、東御市

【協力】雷電没後200周年事業実行委員会

《上田地域広域連合ふるさと基金運用益活用事業》

# コース案内

スタート & ゴール  
東御中央公園



らいでん  
コース

7 km

道の駅「雷電くるみの里」までは浅間山を望みながら、雷電生家へはのどかな田園風景の中をゆったりと歩ける7kmコース

芝生広場⇒道の駅「雷電くるみの里」(折り返し)⇒  
雷電生家⇒芝生広場

## 持ち物・服装

飲み物、帽子、雨具、タオル  
※ポール持ち込み可  
動きやすい服装、履きなれた運動靴

## スケジュール

8:30 受付開始 ※9:00まで  
9:10 出発式  
9:30 芝生広場⇒道の駅「雷電くるみの里」(折り返し)⇒  
雷電生家⇒芝生広場

## その他

- 雨天中止(小雨決行)。中止の場合は当日朝7時までに東御市ホームページ(<https://www.city.tomi.nagano.jp/>又は東御市で検索)に掲載します。
- 小学生以下の方が参加する場合は、必ず保護者が同伴してください。

## 参加者の皆さまにお願い

- 参加に当たっては、ルール及びマナーを守り、主催者の指示に従ってください。
- ウォーキング中は各班のスポーツ推進委員の指示に従っていただきますようお願いいたします。
- ウォーキング中に体調が悪くなった場合は、無理をせず近くのスポーツ推進委員にお伝えください。
- 歩行は交通ルールに従い、右側通行とし、信号機に必ず従ってください。



## スポーツレクリエーション祭『スポレク祭』ってな～に？

スポーツレクリエーション祭は、上田市・東御市・青木村・長和町の上小地域に在住、通勤、通学されている方を対象に、“誰でも”“気軽に”“楽しく”スポーツの輪を広げよう！を合言葉に始まったスポーツとレクリエーションのイベントで、上田地域広域連合の《ふるさと基金》の運用益を活用し行われています。今年度も、季節に合わせて4会場で様々なイベントを行います。詳細については広報誌、HP、チラシ等でお知らせします。

スポレク祭 今年度の予定

- ◇夏の部 7/13㊥
- 『依田窪プールまつり』(長和町)
- ◇秋の部 9月8日㊥
- 『あおきむらで遊ぼう』(青木村)
- ◇冬の部 11/24㊥
- 『上田の魅力探してGO!』(上田市)

## 【参加申し込み・お問い合わせ】

- 下記の必要事項をご確認のうえ、電話またはFAXでお申し込みください。
- 申し込み期間：2024年4月8日(月)～5月1日(水)
- 5月12日(日)当日の問い合わせは070-8342-0267へお願いします。

東御市企画振興部文化・スポーツ振興課  
TEL 0268-75-1455 (平日9:00 - 17:00)  
FAX 0268-63-5431

氏名 (ふりがな)	年齢	住所	電話番号