

参加者大募集！ 京都ツデーウォーク 2010



緑豊かな自然、伝統ある文化と歴史、暖かな人情に触れながら、京都の良さをゆっくりと堪能し、心と体の健康作りを目指す市民ウォークの祭典、「京都ツデーウォーク2010」が開催されます。

岡崎公園・平安神宮を起点に、35、25、20、10、5*のコースを京都の名所を巡りながらウォークを楽しんで頂きます。

国際・日本市民スポーツ連盟認定、美しい日本の歩きたくなるみち500選認定、オールジャパンウォーキングカップ(AJWC)認定、ウォーク日本1800京都市認定大会として運営されます。

左記の募集要項(兼申込書)に添付されている参加申込用紙(払込取扱票)に必要事項を記入のうえ、参加登録費を添えて最寄りのゆうちょ銀行、又は郵便局窓口にてお手続きください。

インターネット経由でも申し込み出来ますので、申込用紙をご覧ください。

日程及びコース

開催日	コース (500 選京都 26-02-06 認定)	受付	出発式	スタート
3/20 土	35 km 鴨川・寺田屋・伏見桃山城・伏見稲荷大社・清水寺・知恩院	7:00	7:45	8:00
	20 km 鴨川・宝塔寺・伏見稲荷大社・清水寺・知恩院	8:00	8:45	9:00
	10 km 鴨川・豊国神社・清水寺・知恩院 (500 選京都 26-02 認定のみ)	9:00	9:45	10:00
	5 km 鴨川・建仁寺・八坂の塔・知恩院 (500 選京都 26-02 認定のみ)	10:00	10:45	11:00

開催日	コース (500 選京都 26-02 認定)	受付	出発式	スタート
3/21 日	25 km 鴨川・実相院門跡・曼殊院・哲学の道・永観堂・南禅寺	7:00	7:45	8:00
	20 km 鴨川・宝ヶ池・曼殊院・哲学の道・永観堂・南禅寺	8:00	8:45	9:00
	10 km 鴨川・高野橋・哲学の道・永観堂・南禅寺	9:00	9:45	10:00
	5 km 金戒光明寺・永観堂・南禅寺	10:00	10:45	11:00

※全コース受付場所は岡崎公園です。 ※全コース 16:00 までにゴールしてください。

上記資料は、京都ツデーウォーク実行委員会発行パンフレットから転載しました。

歩きましょう京都ウォーキングステーション!

ウォーキングステーション(略称WST)とは、いつでも、だれでも、自主的にウォーキングを楽しめるようにウォーキングの基地を設け、イヤーラウンド(通年)コースを設定しています。基地はスポーツ店、ウォーキング協会、ユースホステル等があり、営業日に利用できます。コースは日本市民スポーツ連盟(JWA)が認定しており、安心して利用できます。

<p>ナガオカスポーツ ウォーク館 長岡京市長岡2-1-1 電話 075-952-1800 交通機関 阪急長岡天神駅から徒歩1分 JR長岡京駅から徒歩15分 開所時間 火曜日～日曜日 午前10時～午後5時 早朝スタート可 定休日 月曜日(祝日の場合翌日)</p>	 <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; margin-top: 10px;"> <thead> <tr> <th>コース</th> <th>500選</th> <th>距離</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>長岡天神・勝竜寺</td> <td>京都-11</td> <td>10*_□</td> </tr> <tr> <td>長岡宮大極殿・光明寺</td> <td>京都-11</td> <td>15*_□</td> </tr> <tr> <td>西国街道・大原野神社</td> <td>京都-01</td> <td>25*_□</td> </tr> <tr> <td>小泉川源流と勝龍寺</td> <td>京都-11</td> <td>15*_□</td> </tr> <tr> <td>長岡宮市 & 八幡市友愛</td> <td>京都-11</td> <td>20*_□</td> </tr> </tbody> </table>	コース	500選	距離	長岡天神・勝竜寺	京都-11	10* _□	長岡宮大極殿・光明寺	京都-11	15* _□	西国街道・大原野神社	京都-01	25* _□	小泉川源流と勝龍寺	京都-11	15* _□	長岡宮市 & 八幡市友愛	京都-11	20* _□			
コース	500選	距離																				
長岡天神・勝竜寺	京都-11	10* _□																				
長岡宮大極殿・光明寺	京都-11	15* _□																				
西国街道・大原野神社	京都-01	25* _□																				
小泉川源流と勝龍寺	京都-11	15* _□																				
長岡宮市 & 八幡市友愛	京都-11	20* _□																				
<p>スポーツパレットゴトウ 京都市上京区河原町通り 丸太町下ル伊勢屋町405 電話 075-221-6366 交通機関 京都市バス 河原町丸太町 バス停前 京阪電車 神宮丸太町駅徒歩5分 開所時間 土・日曜日・祝日 午前10時～午後6時 平日 午前11時～午後6時 早朝スタート可 定休日 火曜日 駐車場あり</p>	 <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; margin-top: 10px;"> <thead> <tr> <th>コース</th> <th>500選</th> <th>距離</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>金戒光明寺・吉田神社</td> <td>京都-02</td> <td>10*_□</td> </tr> <tr> <td>京の町並みめぐり</td> <td></td> <td>12*_□</td> </tr> <tr> <td>哲学の道・平安神宮</td> <td>京都-02</td> <td>13*_□</td> </tr> <tr> <td>鴨川河川敷</td> <td>京都-02</td> <td>16*_□</td> </tr> <tr> <td>インクライン・清水坂</td> <td>京都-02</td> <td>20*_□</td> </tr> <tr> <td>洛北・下鴨神社(世界遺産)</td> <td>京都-02</td> <td>20*_□</td> </tr> </tbody> </table>	コース	500選	距離	金戒光明寺・吉田神社	京都-02	10* _□	京の町並みめぐり		12* _□	哲学の道・平安神宮	京都-02	13* _□	鴨川河川敷	京都-02	16* _□	インクライン・清水坂	京都-02	20* _□	洛北・下鴨神社(世界遺産)	京都-02	20* _□
コース	500選	距離																				
金戒光明寺・吉田神社	京都-02	10* _□																				
京の町並みめぐり		12* _□																				
哲学の道・平安神宮	京都-02	13* _□																				
鴨川河川敷	京都-02	16* _□																				
インクライン・清水坂	京都-02	20* _□																				
洛北・下鴨神社(世界遺産)	京都-02	20* _□																				
<p>きよねん屋 山科店 京都市山科区竹鼻竹ノ街道町 42-2 電話 075-595-6862 交通機関 JR山科駅 徒歩5分 京阪山科駅 徒歩5分 開所時間 土・日曜日・祝日 午前11時～午後8時 平日 午前11時～午後8時30分 早朝スタート可 定休日 火曜日</p>	 <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; margin-top: 10px;"> <thead> <tr> <th>コース</th> <th>500選</th> <th>距離</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>渋谷街道と大石神社</td> <td></td> <td>10*_□</td> </tr> <tr> <td>琵琶湖疏水と旧東海道</td> <td></td> <td>12*_□</td> </tr> <tr> <td>琵琶湖疏水と醍醐寺</td> <td></td> <td>15*_□</td> </tr> </tbody> </table>	コース	500選	距離	渋谷街道と大石神社		10* _□	琵琶湖疏水と旧東海道		12* _□	琵琶湖疏水と醍醐寺		15* _□									
コース	500選	距離																				
渋谷街道と大石神社		10* _□																				
琵琶湖疏水と旧東海道		12* _□																				
琵琶湖疏水と醍醐寺		15* _□																				

高島屋京都店

5階スポーツ用品売場

京都市下京区四条通り河原町
西入真町52

電話 075-221-8811(代表)

交通機関

京都市バス・四条河原町

バス停から徒歩5分

阪急京都線・河原町駅から徒歩1分

開所時間 午前10時～午後3時(ゴールは午後6時まで)

定休日 元日のみ



コース	500選	距離
黒谷・八坂の塔	京都-02	13 ^{キロ}
牛若丸誕生の地		20 ^{キロ}

トロッコ列車亀岡駅前

ふる里の店

京都府亀岡市篠町山本神田19

電話 070-5500-5302

交通機関

JR嵯峨野線・馬堀駅から

徒歩 5分

開所時間 受付 午前9時～午後4時 早朝スタート可

定休日 毎週水曜日(冬季1月から2月末まで休業)

駐車場あり(終日500円)



コース	500選	距離
明智の城下町		15 ^{キロ}
七谷川桜公園	京都-12	15 ^{キロ}
和らぎの道・出雲大神宮	京都-12	22 ^{キロ}

レストラン嵐山

京都市右京区嵐山渡月橋東畔

電話 075-872-5111(担当服部)

交通機関

嵐電嵐山駅から徒歩5分

阪急嵐山駅から徒歩10分

JR嵯峨嵐山駅から徒歩15分

開所時間 午前9時半～午後5時

定休日なし



コース	500選	距離
松尾大社・苔寺	京都-07	10 ^{キロ}
大覚寺・嵯峨野散策	京都-07	10 ^{キロ}
御室・妙心寺	京都-07	15 ^{キロ}
御室・金閣寺	京都-07	20 ^{キロ}

京都府ウォーキング協会

京都市下京区東洞院通り

七条上ル飴屋町249

木村ビル2階

電話 075-353-6464

交通機関

JR京都駅中央改札口から

徒歩 6分

開所時間 月曜日～金曜日

午前10時～午後4時 早朝スタート可

定休日 土・日曜日、祝日と協会指定日



コース	500選	距離
京都タワーと下京八景		10 ^{キロ}
二条城・京都御所	京都-02	10 ^{キロ}
平安神宮・八坂神社	京都-02	10 ^{キロ}
新選組		12 ^{キロ}
千本鳥居と竹の下道	京都-06	15 ^{キロ}
お土居	京都-02	17 ^{キロ}
京都御所・平安神宮	京都-02	16 ^{キロ}
西国街道・桂離宮		20 ^{キロ}
伏見酒蔵	京都-06	25 ^{キロ}
お土居	京都-02	25 ^{キロ}

活動報告

多くの受講生に参加いただき

ウォーキング指導員認定講習会が終了しました

概要

主催：(社)日本ウォーキング協会 京都府ウォーキング協会 滋賀県ウォーキング協会

日時：(講義)平成21年11月7日(土) 午前9時30分から午後17時マデ

(実技)京都府11月11日・15日 滋賀県11月15日 12月13日

場所：(講義)ひとまち交流館 京都 (実技)各大会指定場所

受講者数：20名(男13名 女7名)

内訳(長野 1、愛知 1、滋賀 3、京都 8、大阪 1、奈良 1、和歌山 2、広島 3)

経過と結果

ウォーキング指導員の必要性は今後ますます増加すると考えられ、京都府ウォーキング協会では協会スタッフによる指導者会を今年7月7日に設立しました。ウォーキング指導員の必要性を痛感している滋賀県ウォーキング協会と共同して、ウォーキング指導員育成のための認定講習会を開催することを、7月25日に決定しました。準備や講演者に関しても両協会のスタッフで対応いたしました

当日は、「ウォーキング指導員の基礎知識」、「歩育のすすめ」、そして「地図の読み方」などプロジェクターを用いて座学を行いました。基本的な実技指導が屋外で行われました。最後に森田会長から修了証書を手渡された受講生は、晴れやかな中にも指導者としての決意がにじみ出ていました。受講風景のスナップをご覧ください。

今回の開催に際しまして、多大なご支援、ご協力を賜りました関係者の方々に、深くお礼を申し上げます。

屋外での実技実習



プロジェクターを利用
しての講義



受講生の皆さん



熱心な受講風景

