

第1回明石 J.R.C.ウォークラリー

1 目的

長い道のりをみんなで助け合って歩き、つらいこともあきらめずにやりとげる心をそだてる。

2 強歩トレーニングコースのがいよう

下のおり、明石市船上町の「望海浜公園」からスタートし明石市大久保町江井島の「江井島海水浴場」までの「浜の散歩道」約8 kmを下のルールで歩く。その後「少年自然の家」でおやつ大会。



3 ルール

① チームを作ります

学年ごとに分かれて歩きます。

② チェックポイントがあります

コース途中に1つとゴールに1つの合わせて2つのチェックポイントを作っています。

コース途中のチェックポイントの場所はないしよですが、コースを普通に歩いていると必ず見つかる場所にあります。

チェックポイントをさがしてコースをはなれないようにしてください。

③ チェックポイントでは点が入ります

チェックポイントでは各チームがおった時間をチェックします。

チェックポイントでは、みんなにはないしよで、もくひょう時間が決められています。

各チームはこのないしよの時間にできるだけちょうどのようにチェックポイントをとらなければなりません。

ないしよの時間ちょうどのとおるとたくさん点が入ります。

時間より早くても点がすくなくなるし、おそくても点がすくなくなってしまう。

④ どうすればないしよの時間ちょうどのにチェックポイントをとれるのでしょうか？

チェックポイントの時間はないしよですが、じそく3キロのスピードで歩いていくと、ちょうどになるようにあらかじめ計っています。このスピードは小学生がふつうに歩くスピードです。

ようするに、走ったり、みちくさせずにがんばって歩けば高得点となるはずですよ！

4 集まる時間と場所

場所 明石市船上町783-76 「明石市立望海浜公園」の南西寄りに集まってください
時間 平成24年4月30日 午後1時00分

下の地図のとおり、山陽電鉄西新町駅から南へ約800m、船上下水処理場の西となりが望海浜公園です。

駐車場はありませんが公園北側の道路は広いので停車しての乗り降りは可能です。



5 スタート前のその他だいじな事

- ① 雨のときは中止です。
- ② はきなれたくつをはいてきてください。
- ③ のみものをもってきて下さい。
- ④ 服はチームTシャツです。

6 ゴールと解散場所

ゴールの場所は江井ヶ島海水浴場です。そこから明石市立少年自然の家へ移動してオヤツタイムとけっかはっぴょうです。

かいさん場所は、明石市大久保町江井島567 明石市立少年自然の家です。こちらには駐車場があります。歩いては山陽電鉄江井ヶ島駅から海のほうへ、みどり色の道をとって700メ

ートルです。下に地図があります。^あザ



7 次のページに全体のくわしい地図があります。

