

## 3 月 28 日（土）さいたまマーチ参加者へ

今回「第 3 回さいたまマーチ」見沼ツデーウォークに参加申込ありがとうございます。大会主催者のご協力を仰ぎ、さいたま市シニアユニバーシティ校友会連合会として参加することができました。これも皆様のご協力のおかげです。ついては下記のとおり実施しますので、見沼田圃の見どころの一つであるサクラを愛でながら、お花見ウォーキングをお楽しみください。

### 記

開催期日：平成 27 年 3 月 28 日（土）

集合場所：中央会場（出発、ゴール会場）

高沼遊歩道（さいたま市大宮区北袋町 1 丁目 112-2）

JR 京浜東北線さいたま新都心駅東口下車徒歩 5 分

集合時間：10 時 00 分

受付：10 時 00 分～10 時 30 分

（ゼッケン、コースマップ、バッチ、記念品をお渡しします。）

各協議会単位で集合かつ受付します。

（一般参加者とは別に、シニアユニバーシティ専用の受付を設けます。）

出 発：一般参加者出発後、各協議会での受付完了次第、順次出発、

10 km コース：<高沼遊歩道⇒氷川神社参道⇒武蔵一宮氷川神社⇒大宮公園⇒大和田公園⇒大宮第 3 公園⇒合併記念見沼公園⇒ゴール（高沼遊歩道）>

チェックポイント：大宮第 3 公園

休 憩：大宮第 3 公園にて各校友会単位で昼食会若しくはお花見休憩をお楽しみください。休憩後は、ゴールを目指すもよし、リタイアするもよし。

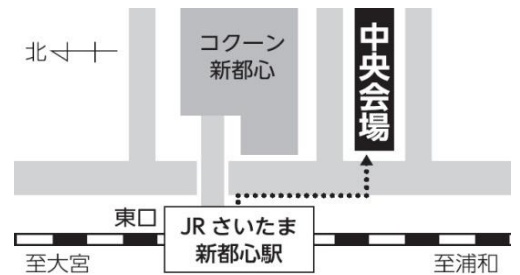
帰着時間：完歩する方は、～16 時 00 分までにゴールしてください。

用意するもの：弁当、水筒又はマイカップ、雨具、帽子、動きやすい服装、タオル、レジャーシート、健康保険証（写）などをご用意ください。各コースに 1 箇所ある給水所では、紙コップ等をご用意していませんので、ご利用の際には、水筒やマイカップが必要です。

デイパック・ウエストバッグ：両手を自由にとすると姿勢が良くなり、疲れません。

その他：雨天決行。雨も自然です。雨具を持参してください。交通ルールを守り、事故防止に心掛けてください。マイカップ・水筒をお持ちください。

免責事項：参加者は事前に健康診断等を受けて、万全な健康管理のもとに参加してください。万一、コース上で事故が発生した場合、主催者は傷害保険に加入している範囲内及び応急処置以外の責任は負えませんのでご了承ください。なお、参加費の返金はできませんのでご容赦ください。



お花見にはお弁当、飲物は付き物です。忘れずに！