



みんなの力で広島市を元気に

ラン&ウォーク

広島市スポーツレクリエーションフェスティバル「ラン&ウォーク」は、一般財団法人アールビーズスポーツ財団が開催する【オクトーバー・ラン&ウォーク】を活用した広島市のイベントです

全国自治体対抗戦 参加します【オクトーバー・ラン&ウォーク】

歩いた歩数、走った距離をスマホアプリで集計し、目標の達成を目指すオンラインイベントです

参加者募集

参加
無料

広島市特典

広島市民の方は、下記の目標を達成すれば抽選で特別賞がもらえるチャンスあり(要申請)

Eメールまたは、はがきに 氏名、住所、連絡先、アプリ上のニックネーム、メールアドレス、最終歩数を記入し、広島市スポーツレクリエーションフェスティバル実行委員会まで。令和5年11月30日必着

【達成目標】

区分	69歳まで		70歳以上
	男	女	男・女
ウォーキングの部 (1か月の歩数) 達成目標	279,000歩 (9,000歩/日)	263,500歩 (8,500歩/日)	217,000歩 (7,000歩/日)
ランニングの部 (1か月の距離数) 達成目標	143km (4.6km/日)		

6つのランキング

全国の参加者と歩いた歩数、走った距離を競い、スマホでランキングを確認できます。

個人ランキング	対抗戦ランキング
全国	全国市区町村対抗戦
広島市	広島県市区町村対抗戦
区	広島市区対抗戦

大会期間

令和5年10月1日(日) ▶ 10月31日(火)

イベント内容

10月1日から1か月間、歩いた歩数や走った距離をアプリで集計し、目標を達成した方の中から抽選で特別賞がもらえるオンラインイベントです。

参加部門

①ウォーキングの部 ②ランニングの部

その他

ご参加いただくには、スマートフォン及びアプリのダウンロードが必要です。
参加にあたっては、オクトーバー・ラン&ウォークにお申し込みください。※裏面参照



■オクトーバー・ラン&ウォーク

主催：一般財団法人アールビーズスポーツ財団

イベントに関すること

october@runners.co.jp

アプリに関すること

arbee-apps@runners.co.jp

■後援/総務省、スポーツ庁ほか



《大会HP》

■ラン&ウォーク(広島市スポーツ・レクリエーションフェスティバルイベント)

主催：広島市スポーツレクリエーションフェスティバル実行委員会

〈事務局：公益財団法人広島市スポーツ協会内〉

〈電話〉082-243-0579

〈e-mail〉hiroshima.city.sporec2@gmail.com



《ラン&ウォークHP》



参加上の注意事項

- ① 当イベントに参加するには「Sports net ID」への会員登録が必要です。
- ② 新型コロナウイルス感染拡大防止のため、ソーシャルディスタンスを保持し、密集、密接した場所を避けて運動してください。
- ③ 主催者は、当イベント参加における傷病、事件・事故等において一切の責任を負いません。また、主催者は傷害保険に加入しません。
- ④ 運動中の万が一の事故、怪我に備え、各自スポーツ保険等に参加してください。

運動中の怪我、事故を防ぎましょう！

- ① 日常の運動量を大きく超える過度な運動は控えてください。
- ② コース設定は自由ですが、十分に安全を確保できるコースを選んでください。
- ③ 必ず交通ルール・マナーや公園などの施設利用ルールを遵守してください。
- ④ 集団での歩行や走行によって、他の歩行者などに迷惑をかけないようにしてください。
- ⑤ 夜間の運動は、事故につながる危険がありますので、控えてください。
- ⑥ 十分に体調を管理したうえでスタートし、体調に異変を感じたら、途中でやめるようにしてください。

詳しくは
大会HPへ



アプリダウンロード・参加申し込み方法

下記の QR コードより、ランニングの部は「TATTA (タッタ)」アプリ、ウォーキングの部は「SPORTS TOWN WALKER (スポーツタウンウォーカー)」アプリをダウンロードして、参加申し込みを行ってください。

「ウォーキングの部」はコチラ



ウォーキングアプリ
「SPORTS TOWN WALKER」
(スポーツタウンウォーカー)
をダウンロード



歩いた距離に応じて動物のキャラが育ったり、ランキングが毎日更新されるのでアプリを見るのが楽しみになります



Android



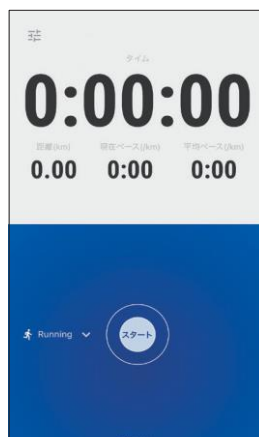
iPhone

アプリをダウンロードし、10月に起動するだけで自動で「オクトーバー・ラン&ウォーク」への申し込みも完了します。

「ランニングの部」はコチラ



ランニングアプリ
「TATTA」(タッタ)
をダウンロード



ランニング中は走行距離やペースがリアルタイムで表示され、音声でも案内されます。全国ランキングも毎日更新されます



Android



iPhone

アプリ内の「イベント」ページから「オクトーバー・ラン&ウォーク 2022」をタップ(押す)すると申し込みが完了します。