

”天下の嶮^{けん}“を体験!

旧東海道を歩いて
三島を満喫!



presents

Mishima
Tokaido Walk
2023

みしま 東海道ウォーク 2023

10/14^土

- ①旧東海道コース 9:00 スタート
- ②市内プロギング 10:00 スタート

[申込締切] 2023年9月27日(水) ※先着順(定員になり次第締め切ります)

[参加料] ①旧東海道コース 3,500円(税込)
②市内プロギング 2,000円(税込)

[会場(スタート&ゴール)]

三島市民体育館(静岡県三島市)



電車でお越しの方

三島駅(北口)から徒歩10分。
三島駅北口を出て、右に進む。
700m先の信号を左折し、50m先。

車でお越しの方

三島市民体育館には、大会参加者
専用の駐車場はございません。
お車の方は、三島駅近くの
コインパーキングをご利用ください。
なるべく公共の交通機関のご利用に
ご協力をお願いいたします。

申込はコチラ /

エントリー
受付中



①
旧東海道コース

三島市民体育館
三島スカイウォーク

約17km

②

新設!

市内プロギング

三島市内を
自由に回るコース

5時間以内

パワースポット「三嶋大社」のご利益を授かる!



プロギングに参加します!! /

大会ゲスト



丸山果恋さん

東洋大学準ミスグランプリ
ラジオアシスタント
スポーツイベントMCとして活躍中
プロギングを毎日継続中!



がんばれゆうすけさん

吉本興業所属
東洋大学駅伝部出身
第81回・83回箱根駅伝メンバー
NHK大河ドラマ「いだてん」孫基禎選手役
プロギングを趣味として活動中

◆主催: 一般財団法人アールビーズスポーツ財団
◆協賛: 森永製菓株式会社 三島工場 ◆後援: 三島市

<https://www.mishima-tokaidowalk.jp>

みしま東海道ウォーク2023



三島の魅力がいっぱい！ 先人も越えた箱根旧街道の峠を、自らの脚で体験しよう。

前半は国指定史跡の“箱根旧街道”がコース。三嶋大社、松並木、一里塚、石畳など歴史を感じながら、標高415mにある日本最長の歩行者専用つり橋・三島スカイウォークを目指します。途中のチェックポイントでは、三島市のB級グルメのコロッケなどをご提供。今年はプロギングの部を設置。市内の名所を巡りながらクリーン活動とスポーツが一緒にできます。市民の方も、市外・県外の方も、一日を通じて、三島を満喫しましょう！

①旧東海道コース（約17km）

三島市民体育館（標高10m）→ 三嶋大社前 → 東海道 → 三島スカイウォーク（コース最高地点・標高415m）→ 東海道 → 三嶋大社前 → 三島市民体育館

②市内プロギング（5時間以内）

コースは自由。三島市内各所を巡ったり、グルメを堪能してください。

チェックポイント（給水給食）

①旧東海道コースのみ

コース上2カ所設置予定

- 坂公民館（往復）
- 三島スカイウォーク

三島市のB級グルメコロッケなどをご提供！

初音ヶ原松並木

こわめし坂

笹原

三島スカイウォーク

三島市民体育館

三島市民体育館 GOAL START

三島駅

三嶋大社

森永製菓 三島工場

坂公民館

東海道新幹線

東海道本線

伊豆箱根自動車道

三島スカイウォーク

START

コース高低差図

GOAL

415m (三島スカイウォーク)

10m

0m

8.5km

プロギングとは

Plogging（プロギング）とは、運動と環境活動を組み合わせた新たなランニングのスタイルのことを指します。

英語のジョギング（jogging）とスウェーデン語の「plocka upp」（拾うという意味）を合わせた造語であり、2016年にスウェーデン人のエリック・アルストロム（Rik Ahlström）がタイムを狙うのではなく、ゴミ拾いに専念するランニングを提案したのが始まりで、その活動が瞬く間に世界中に広がりました。

プロギングの魅力とは

プロギングは走って健康に、そしてゴミを拾ってエコになるSDGs スポーツ。ゴミを拾う際、しゃがんだり、立ち上がったりのためトレーニング要素も含まれます。普段のランニングでは与えられない負荷と、新しい形の達成感につながります。取り組んだだけ心も身体も街もきれいになる！ 皆さんも、プロギングにチャレンジしてみませんか？

大会要項

◆開催日 2023年10月14日（土）※雨天決行

◆会場 三島市民体育館（静岡県三島市）

◆受付 三島市民体育館 剣道場
・会場オープン、受付開始 / 7:30～
・受付終了 / ①旧東海道コース 8:30 ②市内プロギング 9:30

◆スタート 三島市民体育館 正面玄関前
①旧東海道コース 9:00 ②市内プロギング 10:00

◆ゴール 三島市民体育館 正面玄関前
①旧東海道コース 15:00 ②市内プロギング 15:00

◆制限時間 ①旧東海道コース 6時間 ②市内プロギング 5時間

◆チェックポイント・開閉時間 ①旧東海道コース (往路)坂公民館 9:45 / 三島スカイウォーク 10:00 (復路)坂公民館 オープンのまま

◆チェックポイント制限時間 ①旧東海道コース (往路)坂公民館 11:00 / 三島スカイウォーク 12:00 (復路)坂公民館 13:50

◆種目 参加資格／参加料／表彰／定員

種目	参加資格	参加料	表彰	定員
①旧東海道コース（約17km）	小学生以上の男女（6時間以内にゴールできる方）	3,500円（税込） 三島スカイウォークの費用込み	なし	1,000人
②市内プロギング（5時間以内）	小学生以上の男女	2,000円（税込）	なし	300人

◆参加賞 ①オリジナルスポーツタオル / in セリ／ゴール後の完歩証
②オリジナルスポーツタオル / in セリ／プロギング用手袋

◆参加条件
・小学生以上で、万全な健康管理の下、ご自身の力で時間内のゴールを目指す方。居住地、国籍、性別等は問いません。
・18歳未満の方は保護者の同意が必要。小学生から15歳未満の方は保護者と一緒に参加してください。
・持病のある方は必ず医師の許可を得ていること。
・介助が必要な方はご自身で確保した介助者と一緒に参加すること。※介助者も申し込みが必要です。
・交通ルールや大会規則を遵守できる方。

◆その他
・大会中の映像、写真、記事はテレビや新聞、雑誌、インターネットなどに掲載される場合があります。掲載権と肖像権はすべて主催者に帰属します。
・三島市民体育館に大会専用の駐車場はございません。公共交通機関をご利用ください。
・コース途中での、ご家族やご友人によるサポート車は全面禁止です。

お申し込み

申込方法 下記エントリーサイトよりお申し込みください

みしま東海道ウォーク2023

<https://www.mishima-tokaidowalk.jp>

●参加料支払方法：クレジットカード払い、コンビニ払い
※支払期限までにお支払いいただけない場合は、申込権利は無効となります。

申込締切 2023年9月27日（水） 先着順 ※定員になり次第締め切ります。
※10月上旬に参加通知ががきを郵送します。

◆申込みの注意事項
・コース安全確保のため、定員を設定します。定員となり次第、募集を締め切ります。
・重複申込者は返金いたしません。
・代理出場等が判明した場合は無条件で失格とさせていただきます。参加費の返金はいりません。
・自己都合による申込後のキャンセルおよび参加費の返金はお受けできません。
・お申し込み内容に虚偽の記載があった場合、参加の取り消しを行う場合があります。その場合も、参加費の返金はいりません。
・交通ルールや大会規則は必ず順守ください。
・旧東海道コースの参加料に「三島スカイウォーク」の入場料金（※通行料）が含まれております。入場しない場合の入場料金の返金はございません。また、プロギングの部は、「三島スカイウォーク」をコースとして設定していないため、参加料に入場料金は含まれておりません。

大会規約

【免責範囲】

- 万一事故が発生した場合、主催者は加入保険の範囲外の責任は負いません。（参加申込者は傷害保険に加入しており、保険料は参加費の中から徴収しております）
- 大会参加中にケガをされた場合の対応は応急処置に限られます。また、その対処法、経過について、主催者は一切の責任を負いません。
- 自己都合によるお申し込み・入金後のキャンセルはできません。自然災害、歩行困難な荒天、インフルエンザの流行等不慮の事態が生じた場合、大会を中止・中断する場合がありますが、参加費の払い戻しは一切行いません。

個人情報の取り扱いについて

主催者は、個人情報の重要性を認識し、個人情報の保護に関する法律及び関連法令等を厳守し、主催者の個人情報保護方針に基づき、個人情報を取り扱います。

大会参加者へのサービス向上を目的とし、参加案内、関連情報の通知、次回大会の案内、大会協賛・協力・関係団体からのサービスの提供に利用いたします。

また主催者もしくは委託先からの申込内容に関する確認連絡をさせていただくことがあります。