

★第3回千ア・ジョイランニング★

4月2日（土）府中市民陸上競技場に決定！



日本陸連4種公認全天候型トラック（1周300メートル）と本格的な陸上競技場です。参加&応援、どなたでも大歓迎！

★アクセス： 府中駅（京王線）から徒歩8分・北府中駅（JR武蔵野線）から徒歩5分 *路線バスあり。
<http://www.city.fuchu.tokyo.jp/shisetu/supotu/kyogi/shimin.html>

今年は各種目に **楽々・ハーフチャレンジコース新設！**

『これから練習スタートです。今日はとりあえず試し走りします！』もOK！

5キロ走→2.5キロ、1500m走→750m、親子1キロファンラン→500m、
1000m走→500m、500m走→250mほか。

藤井一朗千ア・オリンピック実行委員長のマット運動講座もあり！親子で楽しめて大好評、3回めです。
応援団参加・ボランティア参加も大歓迎！

★時間：10時30分スタート
(9時開場・ボランティアの皆さんは9時15分集合)

★参加費：1,000円（中学生以上）、700円（小学生）、
300円（1才～幼稚園以下）
※参加費には保険料が含まれます。
応援団の皆さまもよろしくお願いします♪



どなたでも
大歓迎！

ジョイランにて

★ボランティア募集：5K外周誘導係・記録係・チルランアシスタント・撮影・テント貼りほか多数募集！

*全種目男女別表彰・ハーフ部門もメダルあり！（ファンランを除く）*総合優勝表彰は5K・1500（2回）・400・200・100の合計得点（11才以下、12才以上独身、親の部 3部門）

第3回 チア・ジョイランニング 参加申込書・個人競技申込書

FAX 03-6862-8648 Eメール office@cheajapan.com

| ふりがな 代表者 お名前 (才) | お電話 / 携帯 | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|------------------------------|
| ご住所 (〒) | Email: | |
| お名前 (ふりがな) 男 ・ 女 才 | お名前 (ふりがな) 男 ・ 女 才 | お名前 (ふりがな) 男 ・ 女 才 |
| お名前 (ふりがな) 男 ・ 女 才 | お名前 (ふりがな) 男 ・ 女 才 | お名前 (ふりがな) 男 ・ 女 才 |
| 参加費：大人 (中学生以上) 1,000 円 × () 名 小学生 700 円 × () 名 1才～幼稚園以下 300 円 × () 名 0才 0円 × () 名 合計 () 円 | | |
| <input type="checkbox"/> 郵便振替 <input type="checkbox"/> 銀行振込 三菱東京UFJ銀行 赤羽駅前支店 <input type="checkbox"/> 当日現金払い チア・にっぽん 00190-3-35461 ホームスクーリング・ビジョン 普通 1746716 | | |
| 種 目 | 対 象 | エントリー者 名 前 (複数名の場合は・で区切る) |
| 5 K | どなたでも | |
| 【New】 2.5 K | どなたでも | |
| 親子 Fun ラン 1 K | 親 子 | |
| 【New】 親子 Fun ラン 500 m | 親 子 | |
| 親子ラン 50 m | 親・子 (1-3才) | |
| 【New】 親子ラン 25 m | 親・子 (1-3才) | |
| 100 m (男女別) | 4-5才・6-7才・12才以上 どなたでも | |
| 【New】 50 m (男女別) | 4-5才・6-7才・どなたでも | |
| 200 m (男女別) | 8-9才・10-11才・12才以上 | |
| 【New】 100 m (男女別) | 8-9才・10-11才 | |
| 600 m (5 K、1500 m参加者を除く) | 12才以上 | |
| 【New】 300 m (5 K、1500 m参加者を除く) | 12才以上 | |
| 1500 m走 (5 KとW参加OK。カットタイム10分) | どなたでも | |
| 【New】 750 m (5 K、1500 m参加者を除く) | どなたでも | |
| 藤井一朗さんとマット運動 | 親 子 | |
| ボランティアスタッフ | どなたでも | |
| | | |
| | | |

昨年のジョイランアンケート♪

*****大人*****

●当日はお天気にも恵まれ、本当に楽しい一日となり感謝でした。企画開催をありがとうございました。私たちだけではできないイベントなので、とても感謝しています。多くの方々に支えられて、ホームスクールが助けられていることを神様に感謝するばかりです。初企画の“給水所”良かったです。(神奈川 Aさん)

●今回我が家からは誰も5キロ走に挑戦する者がいなかったのですが、頑張っておられる皆さんの姿を見て、我が家も皆が5キロ走れるようになることを目標に、普段から練習していきたいと思いました。(埼玉 植野愛)

*****子ども*****

○初参加で、5キロマラソン外周3周目でお腹が猛烈に痛くなったのですが、みんなの姿を見てとても励まされ完走することができました!

(Bさん 18歳)

○文字通りとてもジョイランニング出来ました!今年もこうやって楽しく運動する機会を設けさせてくださり感謝です^^ストレッチや走り方のコツは参考になりました!

(松岡恵悟 15歳)

○楽しかった。メダルをもらえて嬉しかった。(Cさん 10歳)

○とても良かったです!天気も雨の予報でしたが晴れて楽しく走ることができました!今年も5キロ



走を取り入れてくださり感謝でした。去年走れませんでした、今年走れて良かったです。

(中村義也 14歳)



○5キロ走で、目標だった25分を切ることができて、とてもうれしかった。友達ともいっぱい遊べたので、とてもよかった。600メートル走でも銀メダルが取れて良かった。来年も、もっといいスコアを目指して頑張りたい。(Dくん 12歳)

○お友達と遊べて楽しかった。「走りたくない」と言ってしまったけれど、ちゃんと走れてよかった。(Eくん 3歳)

○久しぶりにたくさん走ることができて良かったです。

(Fさん 8歳)