

立山連峰パノラマウォーク

ウォークの部・ノルディックウォークの部

難易度

★★

日 時

令和 7 年 10 月 4 日 (土)

9:00～12:00 受付 8:45～

※荒天中止（警報発令及び警報が予想される場合は中止にすることがあります）

距 離

約 7km

ウォーキング時間

約 2 時間（休憩等を含む）



コース

8:45	受付開始	
9:00	開会式 ウォーキングワンポイントレッスン・準備体操	大山総合体育センター（集合・解散場所） ※場所の詳細は裏面をご覧ください
9:20	出発 ↓ ↓ ↓ ↓	大山総合体育センター 大山消防署前 中大浦交差点 JA あおば大山支店 三室荒屋交差点
11:30	到着・整理体操 アンケート記入	大山総合体育センター

★コースの途中に若干の起伏（短い急坂や階段）及び未舗装の箇所があります。

★コースの詳細は、当日配布する地図をご覧ください。

参加料

小学生以上 300 円（当日集めます。行き帰りの交通費は各自ご負担ください。）
※未就学児、障害者、障害児及び付添の方 1 名は無料（受付にて障害者手帳をご提示ください）

定 員

70 名（ウォーク50名、ノルディックウォーク20名）（応募多数の場合は抽選となります）

申込期間

9月13日(土)から9月21日(日)まで

申込方法 (①、②の いずれかの 方法でお申 込ください)	ウォークの部 50 名程度	ノルディック・ウォークの部 20 名程度
	(応募多数の場合はそれぞれ抽選となります)	
	①富山市スポーツ協会のホームページからお申込 [ホームページアドレス] https://www.taikyou-toyama.or.jp/	
	②大山総合体育センターまで直接、 またはお電話でお申込みください。 [電話] 076-483-0059 [住所] 富山市花崎 386	②富山市スポーツ協会まで直接、または お電話でお申込みください。 [電話] 076-432-1117 [住所] 富山市婦中町速星 754

当日の開催確認（午前 8:00 以降）

※いずれも当日限りの確認方法です。各自でご確認ください。

[TEL] 076-405-9391（音声ガイダンス専用です）

[HP] <https://www.taikyou-toyama.or.jp>

（HP の「本日のイベント」から確認できます）

HP はこちら



その他

- ・この行事は参加者の自己責任においてウォーキングを楽しむものです。交通安全、体調管理、服装や携行品には十分な配慮をお願いします。
- ・万一事故が発生した場合、主催者が加入している安全保険の範囲内および応急処置以外の責任は負えません。
- ・降雨の影響で歩道の一部がぬかるむことがあります。滑りやすくなりますので、履物や足元に十分ご注意ください。
- ・天候や道路状況（荒天・崖崩れ等）により、コース変更や中止となることがあります。また、雨具や防寒具は必ずご準備ください。
- ・出発時間に遅れないよう、余裕を持って集合してください。
- ・飲み物や軽食などは、各自ご用意ください。
- ・先頭から 15 分程度遅れた場合、スタッフの指示に従って頂くことがあります。
- ・ノルディックポールの貸出を行います。

集合・解散場所

大山総合体育センター（スポール） 富山市花崎 386

・正面玄関前にお集まりください。

・お車の方は西側駐車場をご利用ください。



【富山地方鉄道をご利用の場合】

上滝駅より徒歩 10 分

（公財）富山市スポーツ協会

LINE 公式アカウントはこちら！
QR コードを読み込んで
お友だちになりましょう



難易度について

参加の目安として次の5種類の難易度を設けています。
難易度の高いウォーキングには、十分な準備をもって
ご参加ください。

- ★ 1 時間・5km 程度の散策コース
- ★★ 2 時間・10km 程度の散策コース
- ★★★ 3 時間・10km 程度で起伏を含むコース
- ★★★★ 4 時間程度または山あいを歩くコース
- ★★★★★ 4 時間以上または登山を含むコース

お問合せ



大山総合体育センター
（スポールおおやまクラブ事務局）

〔TEL〕 076-483-0059

〔携帯〕 090-2377-7853

※携帯は当日限りの問合せ先です。