

第28回

信州

申込み受付中!!

爆水RUN in 依田川

ばくすいラン

いくつもの感動と笑顔

2023
期日 **8.6** SUN 日

会場

長野県上田市丸子
総合グラウンド

受付

8:30~9:10



この大会は「日本マラソン100選」に選ばれました。



鉄人コース

- ◆男子50歳未満の部
- ◆男子50歳以上の部
- ◆女子40歳未満の部
- ◆女子40歳以上の部

コース
依田川

川を横断したり岩場や川原を走り、普段挑戦できない体力の限界に挑戦し、自分の内なるパワーを再認識しませんか?

タイムトライアル制(約8km) 参加料...3,000円

参加資格 / 中学生以上 (未成年については保護者の同意が必要です)
定員 / 500名程度



ファミリーグループコース

コース
内村川

レースではありません。親しい仲間でのウォーキングを楽しんでください。大会指定タイムに近いチームには各賞があります。仮装チーム大歓迎!

指定タイム制(約3km) グループ5名まで

参加料	小学生未満	無料
	小・中学生	1,000円
	高校生以上	1,500円

参加資格 / 小学生以上 (ただし、小学生は保護者同伴とする。)
※幼児は保護者の責任において参加可

定員 / 500名程度



■受付 8:30~9:10

■開会式 9:20~9:40

■スタート

・鉄人コース 9:50

・ファミリー 10:00

■閉会式 13:00~(予定)

誰もが川に親しむ為にサポートが必要な方は事前に事務局までご相談ください。

申し込み先

●インターネットによるお申込み
エントリーサイト: スポーツエントリー
(URL: <http://www.sportsentry.ne.jp>)

●電話によるお申込み
0570-039-846 (スポーツエントリー)
(平日10:00~17:00、ガイダンス「1」)
※通話料は申込者負担になります。お支払いに関するご案内をいたしますので、メモをご用意ください。

窓口及び郵送での受付は行いません。上記の方法でお申し込み下さい。

お申し込み期間

6月6日^火~6月16日^金

※申込み状況によっては期日前に締め切る場合があります。
※当日の受付はありません。

お問い合わせ

〒386-0412 長野県上田市御岳堂1-1 上田市丸子総合体育館内
信州爆水RUN in 依田川実行委員会事務局
TEL:0268-43-2250 FAX:0268-43-0616
E-mail:bakusui@ued.janis.or.jp
ホームページURL: <https://www.bakusui-run.jpn.org/>
公式SNS: <https://www.facebook.com/XinZhouBaoShuiraninYiTanChuan>

鹿教湯温泉 文殊の湯 霊泉寺温泉 共同浴場

参加者
全員に

共同浴場入浴券 プレゼント!!



爆水RUN企画室員募集中!!

対象: 大学生以上

当イベントを企画・運営していくスタッフを募集しています。一緒にイベントを盛り上げてみませんか。興味がある方はお気軽に事務局までお問い合わせください。