

## イベント情報 北長瀬未来ふれあい総合公園parkrun

- 住所 〒700-0962  
岡山県岡山市北区北長瀬表町2丁目17番20号 北長瀬未来ふれあい総合公園
- 詳細はこちらから  
<https://www.parkrun.jp/kitanagasemiraifureaisogokoen/>

《 イベント詳細 》



## parkrunとは？

parkrun は、毎週土曜日の朝に5kmのウォーキング、ジョギング、ランニング、またはボランティアができる参加費無料のイベントです。地域のコミュニティイベントとして2004年にイギリスのロンドンで始まりました。現在、世界の公園2,300箇所以上で、毎週土曜日の朝に開催されています。登録者は世界800万人以上です。

parkrun に登録すると、お子様からご年配の方々までどなたでも、登録時に発行されるバーコードを印刷して持参するだけで、お気軽にご参加いただけます。

parkrun は快適な公園で開催され、ベビーカーまたは愛犬と一緒に、お子様からご年配の方々まで運動能力に関わらず、どなたでも大歓迎です。

最大の特徴はボランティア！全てのイベントは開催地域のボランティアによって遂行されています。お子様から大人まで、誰でも気軽にボランティア参加が可能です。

世界で毎週3万人以上の方々ボランティアとして参加されています。

# parkrunに新規登録するには？

ステップ  
1

parkrun Japan 公式サイト 登録ページにアクセス  
[www.parkrun.jp/register](http://www.parkrun.jp/register)



ステップ  
2

登録フォームに必要事項を入力

ステップ  
3

登録完了！  
発行されたparkrunID バーコードを印刷して、イベントに持参しましょう

備考

登録は初回だけ、一度登録するとその後は事前予約なしで、  
どこの parkrun にも参加できます。



parkrun に登録するとボランティアとしても参加することができます。

ボランティアの役割はとても簡単にできるものばかりです。お子様も大人と一緒に、  
どなたでも気軽にボランティアとして参加することができます。

色々な役割がありますが、当日の朝、スタート前のトレーニングですぐに出来る、簡  
単なものばかりです。また、お近くのイベントのボランティアメールを配信希望する  
と、お知らせを受け取ることができます。詳しくは、当日のランディレクターに聞いて  
みましょう。

一緒にみんなで、あなたのコミュニティのparkrunを作り上げましょう。

parkrun オフィシャル・プレゼンティング・パートナー

住友生命「Vitality」は、parkrunに参加された皆さまが運動することを楽しみ、  
より、健康的で快適な生活を送れるよう、parkrunを支援しております。



住友生命「Vitality」会員の皆様は、  
parkrunに参加することで、Vitalityポイントを獲得いただけます。

詳しくはこちら・・・

<https://vitality.sumitomolife.co.jp/event/parkrun.html>

