第7回ぐるっと山武魅力発見ウォーク

さんむ魅力発見ウォーク&フェス in 蓮沼

2024 4/21(日)

ぐるっと山武50kmウォーク

第1部 9:00～ さんむ魅力発見ウォーク

参加賞 フェス用 商品券300円分

6kmウォーク 一緒に歩いて 商品券GET！

パークゴルフ体験！ いちごも試食♪

第2部 10:30～15:00 さんむ一期一会まるしぇ

ステージ演奏 多数出演

バルーンアートで 能登半島を応援！

自由に遊べるコーナーもあるよ！

ハンドメイド 作品＆体験

キッチンカーや地域の 食材を使った食事を お楽しみください♪

ウォーク&フェス会場
旧蓮沼中学校
山武市蓮沼ハ1036(P有)

【ウォーキングコース】
旧蓮沼中学校～蓮沼海浜公園～海岸～パークゴルフ場～旧蓮沼中学校体育館

第1部 ウォーキング
【受　付】8:30～
【ウォーク】9:00～

一般500円 中学生以下 300円
（保険代、参加賞 等） ※要事前申し込み
※参加費は受付時に頂きます

第2部 フェス
10:30～15:00

参加無料
※申し込み不要

※少雨決行。荒天等により中止の場合は、前日までに公式サイトで発表します

コースは一部変更する場合があります。

QRコードで申込

主催：ぐるっと山武50kmウォーク実行委員会　後援：山武市　協力：蓮沼むらづくり協議会
電話：090-2445-5010(中村)　WEB http://sanmu50km.com　ぐるっと山武　検索

まるしえで町の魅力を楽しもう！

内容は一部変更する場合があります

クラフト・食べ物・健康

arco iris（サンキャッチャー）
bibichanm（編み物）
coffret.a.bijoux（リボニスト）
CIELO e MARE（マクラメ編み）
Cocco パンとクッキーのお教室
（アイシングクッキー）★ワークショップ
macaron322（ミニチュアフード）★ワークショップ
misato（一閑張り作品）
MORE HAPPY（ビーズアクセサリー）
P ちゃんの家（編み物、ヘアアクセサリー）
sourire 001 denim（デニム小物）
yu_niko（レジャーシートエコバッグ）
あっど（クラフトバンド）
帯遊びパープル（和服生地作品、編み物）
かぜの船（バルーンアート）
きらきら堂（レジン作品）
コミュニティハウスひろば（手作り雑貨屋）
それいゆ（クマデコ、ウサデコ）★ワークショップ
夏風～Handmade Shop～
（キッズアクセサリー、布小物）
さろんと～えむ（シフォンケーキ 等）
さんさん味工房（お弁当、お菓子）
ぼっち･チェルリーズ（アイス・野菜 等）
森のパン工房 あ～の（パン各種）
ゆんぱん屋（大判焼き甘太郎）
脳洗浄+SiLQ30.（フットマッサージ）
クイックかなちゃん（マッサージ）
De l'm（ハンドエステ）
ボディメンテナンスきのこの家（肩甲骨はがし）

ステージ

和太鼓　歩（和太鼓演奏）
チッピラータイ＋片見（沖縄民謡・三線）
眠りの森の Neko（洋楽の弾き語り）
Sing-る（弾き語り）
ラッキーグリーン（ギター＆フルート）
トクさん（フォークソング弾き語り）
トライレル（夫婦バンド）
ハーラウフラオプアカヒキナ（フラステージ）
大富ばやし（子ども囃子）

体験・遊び

『スラックレール体験で体幹トレーニング』
（カラダづくり整体院 OHANA）

『サンブスギの積み木を触ろう・遊ぼう』
（さんむフォレスト 提供）

『山武市推奨ニュースポーツ”ボッチャ”体験』

キッチンカー（屋外）

Rain Base（クレープ）
buddies_kitchen（ハンバーガー）
リンゴノウタゲ（りんごあめ）
旬菜里（削りいちご･焼きそば 等）
川島食堂（弁当･スープ 等）

※体育館内は土足不可＆スリッパ等はありません

ウォーキング参加申込は公式サイトか FAX 0475-72-4001 ※4/11締め切り ★第2部は申込不要

氏名（フリガナ）	性別	区分	住　所	携帯番号	メール
	男・女	□ 一般 □ 中学生以下	〒　－	－　－	
	男・女	□ 一般 □ 中学生以下	〒　－	－　－	