

運動不足の解消に! ダイエットのスタートに!
ランニングで健康と豪華賞品を get しよう!

(一財)京都市市町村職員厚生会

オンライン RUN

丹後半島駅伝大会の中止に伴うランニング企画として“オンラインRUN”を実施します。スマートフォンにランニングアプリをインストールして、期間内に10km・21km・42kmのいずれかの距離を完走しよう!コース・時間(ペース)は自由で、複数回に分けて走り、累計で完走すればOK!さあ皆さん、スマートフォンを持って走りに出かけましょう!

期間

12月1日水 ~ 12月31日金

対象

会員

部門

①エンジョイラン(10km) ②ハーフマラソン(21km) ③フルマラソン(42km)

参加の流れ

Step 1 スマホにランニングアプリ(指定なし)をダウンロード

おすすめ無料
ランニングアプリ

- adidas Running
- Nike Run Club
- TATTA

Step 2 期間中(12月1日~31日)に3部門いずれかの距離を完走

- コース・時間(ペース)は自由で、複数回に分けて走ってもOK。
- ランニングアプリで走行距離を記録してください。

Step 3 結果を報告(1月10日(月)までに)

- 走行記録をWEB応募フォームから厚生会に報告してください。
- その際、ランニングアプリの記録画面のスクリーンショット(期間内に規定距離を完走したことが確認できる画像)を添付してください。
- 完走者には参加賞及び抽選で京都市内の特産品(A~C賞)をプレゼント!

応募フォーム



<https://mailform.site/online-run2021koseikai>



▲ランニングアプリの記録画面例

賞品

参加賞(300名)

ミズノマウスカバー



厚生会賞(抽選で各5名)

A 賞

京の豆っこ米 5kg
(与謝野町)



B 賞

鹿肉お楽しみセット
(笠置町)



C 賞

プレミアム梅ジュース
720ml (城陽市)



※A~C賞の中から希望の賞品を選択できます。

選択できる賞品は参加部門(走行距離)に応じて以下のとおりとします。

- ① エンジョイラン(10km)・・・A~C賞の中から1つ
- ② ハーフマラソン(21km)・・・A~C賞の中から2つ
- ③ フルマラソン(42km)・・・A~C賞3つすべて

当選の発表は賞品の発送をもってかえさせていただきます。



— 投稿キャンペーン企画 —

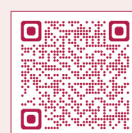
写真を投稿して交流しよう!

オンラインRUNを楽しんでいる様子やランニングコースのお気に入りスポット、また、ランニングアプリのGPS機能で描く“ランニングアート”を投稿してください。

投稿は「みんなのウォーキング」WEBサイトの“ひとこと投稿”からおこなってください(12月31日まで)。

投稿の際、タイトルまたは本文に“オンラインRUN”の言葉を入れ、写真を付けてください。投稿いただいた方から抽選で10名様に図書カード500円分をプレゼントします!

みんなのウォーキング
WEBサイトはこちら▼



<https://we-walking.com>

<参考>ランニングアート

