

## 04 オリエンテーリング

読み・書き・そろばん・ナビゲーション！  
オリエンテーリングは複雑な現代を生き抜く  
第4の力を養うアドベンチャースポーツです。



オリエンテーリングは地図上に示された標識（コントロール）を正確にチェックし、可能な限り早くゴールするスポーツです。与えられた地図上の情報と、現地の観察から、素早く進むべき方向を決定する力を養います。

自然の山野・公園など、さまざまなトレインを用いて多様なプログラムが用意され、子供から高齢者まで、だれでもが自分の体力と競技能力に応じて楽しむことができます。

### NPO法人 埼玉県オリエンテーリング協会

#### 事務局

〒350-1108 川越市伊勢原町5-5-5  
グリーンcommons川越6-201  
福原 正三 様方

TEL 070-4077-8143

URL <http://www.orienteering.com/~saitama/>

#### 主な事業

- ・埼玉県民オリエンテーリング大会
  - ・埼玉県オリエンテーリング協会大会
  - ・クラブ対抗リレーオリエンテーリング大会
  - ・パークオリエンテーリング大会
- 各種の大会を開催するほか、インストラクターの養成、常設コースの維持・管理、各種情報の提供などを行っています。

## 05 ウォーキング

県内の市区町村を中心に楽しく歩いています。  
ぜひ仲間になりませんか！ いつでも参加歓迎です。

昭和53年10月設立の当協会は今年41年目、NPO法人認可後14年になります。

2014年に始めた県内の全市区町村を歩く健康長寿「彩の国めぐり全市区町村リレーウォーク」は昨年10月から第Ⅱ期に入り再び5年をかけて全県を歩く予定です。

平成27年4月に始まった「埼玉県マーチングリーグ」(SAML)も5年目に入り約1,600人のウォーキングウォーカーがパスポートを持って県内のウォーキング大会に参加、「歩ける喜び・歩く楽しさ」の輪が拡大しつつあります。

あなたも仲間の輪に加わり、一緒に歩きましょう！参加をお待ちしています。  
「歩けば健康、長寿がついてくる！」



### NPO法人

### 埼玉県ウォーキング協会 (SWA)

#### 事務局

〒330-0064 さいたま市浦和区岸町1-4-5-102  
TEL 048-831-4702 FAX 048-825-4166  
HP <http://www.saitama-walking-kyokai.jp/>

#### 主な事業

- ・武蔵野十里(3月)
  - ・さいたまマーチ～見沼ツアーウォーク(3月)\*
  - ・秩父いつてんべウォーキング2Days(4月)\*
  - ・飯能新緑ツアーマーチ(5月)\*
  - ・川口ツアーマーチ(9月)\*
  - ・日本スリーデーマーチ(11月)\*
  - ・日高かわせみの里ツアーウォーク(11月)\*
  - ・月例会(毎月日曜日に1～2回)
  - ・平日ウォーク(毎月水曜日に1～2回)
  - ・ウォーキング教室(毎月浦和、川越、熊谷で開催)
  - ・各市町村へのウォーキング指導講師派遣
- (\*印:SAML)

## 06 なわとび

毎日100回なわとびジャンプ！

ロープ一本でだれでもどこでも手軽に始められる『なわとび』。

あやとび、二重とびといったいろいろな技から、リズムなわとび、長なわ、ダブルダッチとその奥の深さは無限大です。体力づくりや仲間づくりに最適ななわとびで体力向上・健康増進を！



### 埼玉県なわとび協会

#### 事務局

〒350-1153 川越市下松原637-5  
戸田 様方

TEL・FAX 049-247-0515

#### 主な事業

- ・埼玉県なわとび選手権大会 毎冬
- ・全国なわとび講習会 毎夏
- ・全国ダブルダッチ講習会 毎夏
- ・出張講習会

