

大会要項

1. 大会テーマ

— 花と緑と陽光の中を —
手づくりのおむすびを持って家族で歩こう

2. 期 日

令和8年4月25日(土)・26日(日)

3. 主 会 場

飯田中央公園
JR飯田線・飯田駅より徒歩10分
中央高速バス・飯田駅前バス停下車 徒歩10分

4. 参加資格

- 定められたコースを歩き、スタート・ゴール時間、チェックポイントの通過等の大会規則をきちんと守られる方
- 交通ルールやウォーキングマナー五ヶ条を守り、楽しくウォーキングのできる方

ウォーキングマナー五ヶ条

1. やあ! おはよう 明るい挨拶 さわやかに
2. 信号で、あわてず あせらず 待つ余裕
3. ひろがるな、参加者だけの道じゃない
4. 自分のゴミ、自分の責任もち帰り
5. 歩かせて、いただく土地に感謝して

5. 参加費

◆基本参加料

(事前申し込み)

	区 分	参加費
飯田下伊那 地域外参加者	大人	2,000円
	高校生以下	無 料
飯田下伊那 居住者	大人(2日間)	2,000円
	大人(1日)	1,000円
	高校生以下	無 料

備 考(地域外参加者・居住者共通)

大会誌、ゼッケン、マップ、記念バッジ、保険料 等

(当日申し込み)

	区 分	参加費
飯田下伊那 地域外参加者	大人	2,200円
	高校生以下	無 料
飯田下伊那 居住者	大人(2日間)	2,000円
	大人(1日)	1,000円
	高校生以下	無 料

備 考(地域外参加者・居住者共通)

大会誌、ゼッケン、マップ、記念バッジ、保険料 等

※大会が中止となった場合でも、基本参加料及び追加料金の返金はいたしません。

◆追加料金

大平コース 2,000円/人 記念品付
和船下りコース 4,000円/人 記念品付

※和船下りコースは、気象状況等により欠航となった場合、3,000円を返金いたします。

6. 持 ち 物

昼食、飲み物、雨具、帽子、健康保険証、事前に送付する大会参加確認書・宿泊受付確認書 等

※昼食斡旋は行いません。

7. お申込み

- (1) 郵便振替
参加申込書(郵便振替用紙)に必要な事項を記入の上、参加費等を添えてお近くの郵便局よりお申込みください。
- (2) 窓口申込
参加申込書と参加料を添えて、下記窓口へお申込みください。
・生涯学習・スポーツ課(市役所A棟3階)
・各自治振興センターおよび公民館
(受付時間:平日8時30分~17時15分)
- (3) インターネット
スポーツエントリー
http://i.spoen.net/104248
※手数料が別途必要です。
- (4) 電話 0570-039-846
月~金(祝日を除く)10:00~17:00
※ガイダンスの後に「1」を押してください。



8. 申込受付期間

令和8年3月31日(火)まで

※参加者の個人情報につきましては、厳重に管理し、大会運営、次回大会のご案内及び日本マーチングリーグ(JML)等の表彰候補者照会のために利用させていただきます。

※令和8年3月27日(金)までに申込受付された方は、大会誌の参加者名簿へ氏名を記載いたします。

9. 免責事項

- ① 参加者は事前に健康診断を受けるなど、万全の健康管理のもとに参加してください。万一事故等が発生した場合、主催者が加入している傷害保険の範囲内及び現場での応急処置以外の責任は負えませんのでご了承ください。
- ② 自然災害、感染症の流行等で大会を中止することがあります。その場合、参加費の払い戻し及び各歩行記録の認定は出来ません。また交通費や宿泊取消料など、個人負担の費用についても、大会からの補償はございません。
- ③ 大会中の映像、写真、記事、記録等に関するテレビ、新聞、雑誌、インターネット等への掲載権と肖像権は主催者に属します。
- ④ 大会が案内する駐車場や施設における事故や盗難について、主催者は一切の責任を負えません。
- ⑤ **最終通過時刻及び最終ゴール時刻に間に合わなかった場合は、失格となります。ゼッケンを取り外していただき、ご自身で会場までお戻りください。尚、最終通過時刻及び最終ゴール時刻以降のケガや事故等について、主催者は一切の責任を負えませんのでご了承ください。**

10. 禁止事項

政治的、宗教的、思想的、人種的な主張や、差別的、侮蔑的な内容であると主催者が判断した掲示物等の持ち込み及び、これらを使用した行為や行動を禁止します。

大会の最新情報は、ホームページに掲載いたします!ぜひご覧ください。

飯田やまびこマーチ 検索



飯田やまびこマーチを支えてくださるボランティアを募集します。右記二次元コードよりお申込みいただけます。



第40回 飯田やまびこマーチ

2026. 4月25日(土)・4月26日(日) Two Day Walk

— 花と緑と陽光の中を —

手作りのおむすびを持って家族で歩こう

▶第40回記念コース

天竜川和船下りコース (20km)

▶新コース

名勝 そらさんぽ天龍峡を
巡る市内一周コース (40km)



そらさんぽ天龍峡



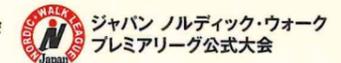
日本マーチングリーグ公式大会
JML(Japan Marching League)



国際市民スポーツ連盟公認大会
IVV(Internationaler Volkssport Verband)



日本市民スポーツ連盟公認大会
IWV-JAPAN



ジャパン ノルディック・ウォーク
プレミアリーグ公式大会

オールジャパンウォーキングカップ長野県認定大会

関東甲信越マーチングリーグ公式大会

美しい日本の歩きたくなる道500選公式大会



飯田やまびこマーチ実行委員会 ☎0265-21-3001

〒395-8501 長野県飯田市大久保町2534番地 飯田市教育委員会 生涯学習・スポーツ課内
メール yamabiko@city.iida.nagano.jp FAX 0265-53-4546

- 主催: 飯田市、飯田市教育委員会、(一社)日本ウォーキング協会、長野県ウォーキング協会、中日新聞社、(公財)飯田市スポーツ協会
- 後援: 長野県教育委員会、国土交通省中部地方整備局飯田国道事務所、(一社)日本市民スポーツ連盟、下伊那郡町村会、南信州広域連合、(予定) (一社)全日本ノルディック・ウォーク連盟
- 協力: 株式会社南信州観光公社、飯田商工会議所、飯田観光ガイドの会、飯伊圏域障がい者総合支援センター、上郷地域まちづくり委員会(予定) (モーリーの森応援隊)、飯田市スポーツ推進委員協議会、大平街道を歩こう会、竜丘歩こう会、モーニング・ウォーク、ウォーキングサークルてくてく、原州会、伊那谷スポーツクラブ、NPO法人いいた自然エネルギーネット山法師、りんご並木コンシェルジュ、飯田短期大学 他

1日目 日程・コース
2026年4月25日(土)

【新40kmコース】そらさんぽ天龍峡を巡る 市内一周コース (歩きたくなるみち500選コース)

40km 集合場所 主会場 受付開始 6:30
出発式 6:45 スタート 7:00

中央公園～旧久米街道～飯田運動公園前～杵原広場～小笠原資料館(書院)～そらさんぽ天龍峡～天龍峡・今田平～鷺流峡～松尾公民館～まむし坂～中央公園

大平いろいろの里コース

大平(22km) 集合場所 主会場 受付開始 6:30 団体歩行 記念品付
出発式 6:45 スタート 7:00 定員100名 追加料金 1人 2,000円
大平宿まで送迎付き

第1回大会から続く伝統のコース。標高1100mにある大平宿からゴールの主会場を目指して自然豊かな鳩内林道(未舗装路・悪路時コース変更あり)を歩行します。

中央公園(バスにて送迎) 大平宿～鳩打林道～中央公園
※申込が定員に達した場合はやまびこマーチHPIにてお知らせいたします。
※薄暗いトンネルを通りますので、懐中電灯をお持ちください。

城下町飯田の風情を愉しみながら、市街地の史跡等を観光ガイドの案内で団体歩行で巡るコース

風越(7km) 集合場所 主会場 受付開始 7:15 団体歩行
出発式 7:45 スタート 8:00 定員80名

中央公園～三連蔵～市内寺社～白山社～今宮郊戸八幡宮～中央公園
※観光ガイドによる案内を聞きながら歩くコースです。ゆっくりとしたスピードでの団体歩行になります。

風越山と対岸の美しい眺望を楽しむ竜東コース

16km 集合場所 主会場 受付開始 7:15
出発式 7:45 スタート 8:00

中央公園～飯田消防署～新井コミュニティー消防センター～弁天橋～芦ヶ沢大橋～風の学舎～旧瀧澤医院～水神橋～松尾公民館～美術博物館～りんご並木～中央公園

【40回記念】天竜川和船下りコース

和船(20km) 集合場所 主会場 受付開始 8:15 定員40名 記念品付
出発式 8:45 スタート 9:00 追加料金 1人 4,000円(乗船料特別割引)

中央公園～飯田消防署～新井コミュニティー消防センター～弁天橋(和船下り) 時又港～鷺流峡～松尾公民館～美術博物館～りんご並木～中央公園

※中央公園～弁天港までは団体歩行
※申込が定員に達した場合はやまびこマーチHPIにてお知らせいたします。

自然に親しむ公園巡りコース (野底山森林公園・かざこし子どもの森公園を通過)

10km 集合場所 主会場 受付開始 8:30
出発式 9:15 スタート 9:30

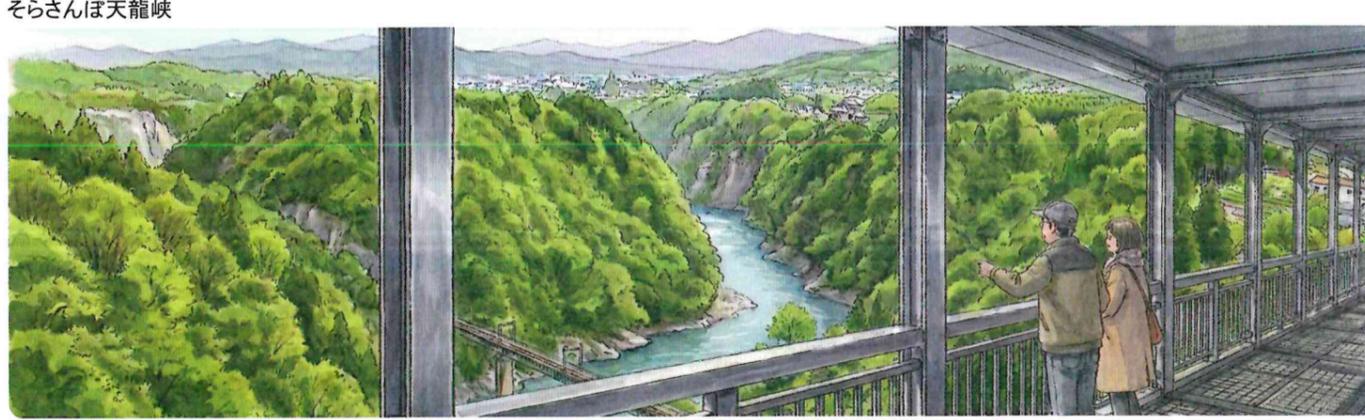
中央公園～大宮神社～氷倉橋～野底山森林公園～柏原霊園～かざこし子どもの森公園～りんご並木

飯田やまびこマーチコース

最終ゴール時刻
・4/25(土) 16:00 ・4/26(日) 14:30 厳守

【最終通過時刻】
1日目: 松尾公民館 15:00 (40kmコース)
2日目: 麻績の里 13:30 (30kmコース)

※最終通過時刻及び最終ゴール時刻に間に合わなかった場合は失格となります



●窓口申込(飯田下伊那 居住者用) 第40回 飯田やまびこマーチ参加申込書 (参加コースに○をつけ、参加料をご記入下さい)

氏名	生年月日	住所	電話番号	参加コース	参加料
フリガナ	S・H・R 年 月 日	〒		25日(土) 40・竜東(16)・10・舟下り・大平 26日(日) 30・20・10・歩育(3)・ほっと(2)	円
フリガナ	S・H・R 年 月 日	〒		25日(土) 40・竜東(16)・10・舟下り・大平 26日(日) 30・20・10・歩育(3)・ほっと(2)	円
フリガナ	S・H・R 年 月 日	〒		25日(土) 40・竜東(16)・10・舟下り・大平 26日(日) 30・20・10・歩育(3)・ほっと(2)	円

2日目 日程・コース
2026年4月26日(日)

眼下に広がるりんごや梨の花の絨毯を堪能し、田園地帯を巡るコース

30km 集合場所 主会場 受付開始 6:30
出発式 6:45 スタート 7:00

中央公園～大宮神社～柏原霊園～かえで街道～一本杉～御大の館～瑠璃寺～アグリ交流センター～山吹選果場～高森南小学校～元善光寺・麻績の里～上郷城東～まむし坂～中央公園

森林公園から元善光寺を抜け、国指定史跡「恒川官衙遺跡」を巡るコース

20km 集合場所 主会場 受付開始 6:30
出発式 6:45 スタート 7:00

中央公園～大宮神社～柏原霊園～かえで街道～一本杉～御大の館～元善光寺・麻績の里～上郷城東～美術博物館～りんご並木～中央公園

人形浄瑠璃の里・黒田コース

10km 集合場所 主会場 受付開始 7:00
出発式 7:45 スタート 8:00

中央公園～大宮神社～上郷トンネル～黒田人形浄瑠璃伝承館～元善光寺・麻績の里～上郷城東～美術博物館～りんご並木～中央公園

家族で楽しく「歩育」コース

3km 集合場所 主会場 受付開始 9:30
出発式 10:15 スタート 10:30

ルートは当日のお楽しみ
※子どもでも歩きやすい平坦で短距離のコースです。

サポーターと歩ける「ほっとすまいる」コース

2km 集合場所 主会場 受付開始 9:30
出発式 10:15 スタート 10:30

ルートは当日のお楽しみ
※サポートの必要な方は、サポーター(ボランティア)が補助します。

～40th Anniversary～
家族みんなで楽しめる企画を準備中。
最新情報はInstagramで順次解禁!
フォローして続報を待て!

