

計25万人が参加!  
昨年は844の企業

# さつき ラン&ウォーク

歩数・走行距離を  
スマホアプリで集計し  
全国の企業同士で競います

## 企業対抗戦

エントリーは  
こちら

参加  
無料

2024 5.1(水) - 6.2(日)



今年は2日間延長!

今年のプレミアムプラン(有料)には、手軽に実践できるオンラインエクササイズや体力測定会もついた、  
1カ月間の運動がより楽しくなる特別プログラムもご用意!



### チーム別対抗戦

企業内にチームを設定。参加者のモチベーションを高め、従業員相互のコミュニケーション活性化につながります。



### リザルトデータ

イベントの中間時と終了時の合計2回、参加者の歩行データを提供。途中経過発表や、社内表彰時に役立ちます。



### ナビキャラ

貴社キャラクターを設定可能。デザインが変化することで、アプリ起動の習慣化や歩くことの動機付けにつながります。

## フィットネスクラブがサポート! カラダ測定会とオンラインフィットネス

### ウォーク&ランの効果判定に! カラダ測定会

～パーソナルトレーナーの個別アドバイスつき～

#### カラダ測定ラインナップ

測定名	測定で見える化できること
姿勢測定	立ち姿勢の傾向と未来姿勢予測
体組成測定	筋肉量の全身バランスや脂肪量
体力測定	体力の高低と体力年齢
歩行姿勢年齢測定	歩行姿勢の傾向と歩行年齢

### イベント全体の参加率向上に! オンラインフィットネス

～オンラインヨガやダンスのレッスンが受講できる～

#### オンラインフィットネス内容

項目	内容
動画配信方法	LIVEまたはアーカイブ(録画)
レッスン時間	90秒程度から30分程度まで
対応デバイス	スマートフォン、タブレット、PCなど
配信レッスン	ヨガ、ストレッチ、ダンスなど多彩

supported by TIMISS

主催

一般財団法人  
アールビーズスポーツ財団

お問い合わせ

[ さつきラン&ウォーク大会事務局 ] satsuki\_runwalk@runners.co.jp

特別協賛

