



肺の健康 COPD啓発 一緒に歩こう！

# 2022 ラング・ウォーク in 文の京

ふみ みやこ

**開催日：2022年10月29日 土曜**

文京グリーンコート地下1階（ピーコックストア前）スタート  
文京区の歴史をめぐる5キロと10キロのコース



- ★ 先着 200名まで  
東京近郊の一般市民の方
- ★ 参加費 1,000円（文京区民500円）  
＊参加者には参加記念オリジナル  
Tシャツと飲料水を差し上げます。

★ 申込みはウェブサイトまたはFAXで

- ① サイトへアクセスして申込フォームを送信  
<https://lw.j-breath.jp>
- ② 裏面の申込書に記入してFAX



イベントサイト

## 同時開催

### 「目指せ日本一周！ 息いきお散歩ラリー」

1か月間、ウォーキング・アプリで歩数をカウントして楽しむイベント。  
詳しくは右上の二次元コードから公式サイトをご覧ください。

主催：NPO法人 日本呼吸器障害者情報センター

主管：NPO法人 東京都ウォーキング協会

お問い合わせ：NPO法人 日本呼吸器障害者情報センター J-BREATH（ジェイブレス）

〒113-0021 東京都文京区本駒込2-28-1 B-1211

TEL: 03-5981-1181 Web: <https://j-breath.jp> Email: [event-sanka@j-breath.jp](mailto:event-sanka@j-breath.jp)

# 2022 ラング・ウォーク 申込書

**FAX: 03-5981-0294**

お問い合わせ：NPO法人 日本呼吸器障害者情報センター J-BREATH (ジェイブレス)

〒113-0021 東京都文京区本駒込2-28-1 B-1211

TEL: 03-5981-1181 Web: <https://j-breath.jp> Email: [event-sanka@j-breath.jp](mailto:event-sanka@j-breath.jp)

氏 名	
	年 齢 歳
ふりがな	
住 所	
〒 _____	
電話番号：日中連絡がとれる番号をお願いいたします。	
Eメールアドレス	
	@
2022ラング・ウォーク in 文の京	
<input type="checkbox"/> 5キロコースに参加	<input type="checkbox"/> 10キロコースに参加

\* 目指せ日本一周！息いきお散歩ラリーは、イベントサイトからお申し込みをお願いします。

## ラング・ウォーク参加費 領収書

様  1,000円  500円 (文京区民)

NPO法人 日本呼吸器障害者情報センター J-BREATH (ジェイブレス)

〒113-0021 東京都文京区本駒込2-28-1 B-1211 TEL: 03-5981-1181

2022年 月 日 担当者印