



第40回記念大会  
 2012年12月9日(日)  
 現地時間 AM5:00スタート



JAL HONOLULU MARATHON 2012 40th ANNIVERSARY

# JALホノルルマラソン

&レースデーウォーク2012参加ツアー

関西空港発  
 燃油サーチャージ  
 込み



忘れられない感動が  
 ここにある。

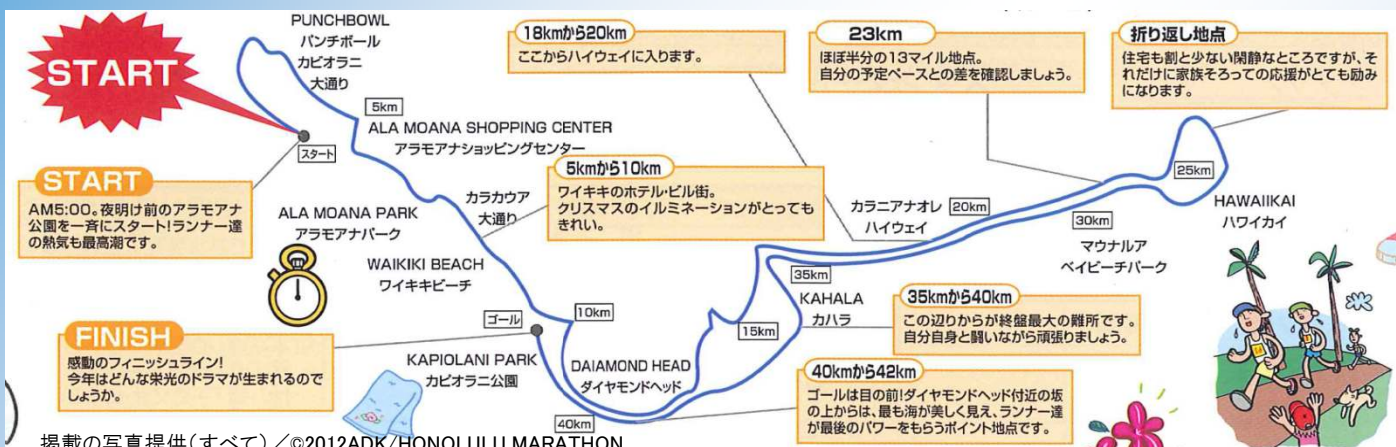


# 今年の年末はホノルルマラソンで最高の思い出を!

初マラソンでもみんな  
走れば怖くない?  
完走めざして頑張るぞ!

イルミネーションの煌めく沿道は、  
夜明け前からもうお祭り騒ぎ!  
気分も最高潮!

夜が明ける頃、朝日と共に  
美しい海岸線がみえてきます。  
ホノルルに来て良かった~



たくさんのボランティアや  
現地の方々の応援から  
パワーをもらいましょう!

栄光のゴールまであと  
少し!この辺りでもう  
泣いてしまう人も...

フィニッシュラインで  
最高の笑顔を!

残りのホノルル  
ステイもエン  
ジョイしてね!

初めてのマラソンでも安心...

出発前からレース後まで  
日本旅行専属コーチ・トレーナーが  
参加者をフルサポート!



NTAスポーツ専属コーチ  
前河 洋一 コーチ

国際武道大学で中距離走と競歩を指導する前河先生  
が同行して、大会前日のモーニングランでのランニング  
レクチャー、ストレッチ指導、コーチ攻略でのコース解説、  
下見ツアーでのアドバイス等を行っていただきます。

【前河洋一コーチ】 国際武道大学教授・日本陸連上級コーチ  
国際武道大学教授、日本陸連上級コーチ、国際陸連公認コーチ。  
マラソンベストは2時間19分34秒で、ホノルルマラソンには1995年から参  
加。ランニング雑誌や新聞誌上においても、トレーニングの理論を解説して  
いる。著書に「ありそうでなかったマラソンの教科書」、訳書に「アドバンス  
マラソントレーニング」など、多数。



米国公認アスレティックトレーナー(ATC)  
増本 克規 トレーナー

株式会社リーチ所属/ワコール女子陸上部  
コンディショニング担当  
元サンフランシスコ・ジャイアンツ・マイナーリーグATC



米国公認アスレティックトレーナー(ATC)  
神田 敏代 トレーナー

株式会社リーチ所属  
米国州立ネブラスカ大学カーニー校でアスレティック  
トレーニング学を専攻

【株式会社リーチ】 <http://reach4d.com/>  
関西を拠点に一般人からプロスポーツ選手まで幅広く指導を行って  
いる株式会社リーチ(REACH)から、全米アスレティックトレーナー協会認  
定資格を持ったトレーナー(ATC)が同行、ホノルルマラソンには2009  
年から毎年参加、現地でのサンセットランによるコンディショニングや、  
事前のテーピング講座などのボディケアも好評です。



# 大阪で開催！ 初心者向けランニング・クリニック(国内マラソン練習会)

ホノリルマラソンツアーにも同行する、全米アスレティックトレーナー協会認定アスレティックトレーナー(ATC)によるマラソン練習会を出発までに大阪で計4回開催します！今回は、初めてホノリルマラソンに参加される方、マラソン初挑戦の方向けにオリジナルメニューを作成しました。一緒に、ゴールを目指してトレーニングに励みましょう！アスレティックトレーナーによる指導だから、ランニング指導はもちろん、普段のボディ・コンディショニングや、怪我を予防するためのアドバイスも受けることができるのが特徴です。モットーは安全に楽しく、しかし万全のサポートをさせていただきます！ツアー参加者はもちろん、お友達や家族の参加もOKです。

※ATCとは、米国医学会から準医療従事者として認められているスポーツ障害の予防・救急処置・リハビリテーションなどを行うスペシャリストです。

**第①回：9月8日(土) 10:30～12:30**  
**3ヵ月でめざせ完走！ゼロから始める42.195km**

**内容(予定)：** ※雨天時は室内トレーニングになります。  
 ・まずはとにかく走ってみよう、マラソン完走のための計画と実践  
 ・ケガをしないために…ウォーミングアップとクールダウンの重要性について  
 ・室内でもできる簡単トレーニング1

**第②回：10月27日(土) 10:30～12:30**  
**初めてのフルマラソン。完走のポイント講習会**

**内容(予定)：** ※雨天時は室内トレーニングになります。  
 ・楽しく走るためのトレーニング方法  
 ・起りやすい怪我について説明・相談  
 ・室内でもできる簡単トレーニング2

**第③回：11月10日(土) 10:30～12:30**  
**楽しく完走！怪我をしない走り方をマスターしよう。**

**内容(予定)：** ※雨天時は室内トレーニングになります。  
 ・残り1ヶ月間のトレーニング方法(故障しないカラダ作りのポイントと実践)  
 ・ランナーの栄養学

**第④回：11月23日(金) 10:30～12:30**  
**大阪城を走りこめ！ラスト2週間のコンディショニング**

**内容(予定)：** ※雨天時は室内トレーニングになります。  
 ・1.5時間のゆっくりランニング  
 ・レース前日の過ごし方  
 ・レース前、中、後の気をつけたいポイント

**■申込方法：各催行日の1週間前までに日本旅行RUN-RUNダイヤル0120-88-5024までご予約ください。**  
**■参加費用：ツアー申込の方は1回500円。一般参加は各回2,000円となります。(現地集金)**

要予約/定員各回20名



**会場：K-FIT中之島ウエスト**  
 大阪市北区中之島6丁目2-39  
 京阪電車「中之島」駅から徒歩5分



※内容は事情により変更となる場合があります。  
 ※定員になり次第、締切とさせていただきます。  
 ※自宅から集合場所までの交通費はおお客様の負担となります。  
 ※更衣室、シャワールーム完備。  
 ※動きやすい服装に着替えてセミナーにご参加ください。

**ご旅行条件(要約)必ずお読みください。**【このパンフレットは、旅行業法第12条の4に定める取引条件の説明書面及び同法第12条の5に定める契約書面の一部となります。】

この旅行は、株式会社日本旅行関西企画旅行支店(以下「当社」といいます)が旅行企画・実施する旅行であり、この旅行に参加されるお客様は当社と募集型企画旅行契約を締結していただくこととなります。

- お申込み方法と契約の成立**  
 (1) 当社所定の申込書に必要事項をご記入の上、お申込み金5万円を添えてお申込み下さい。お申込み金は、旅行代金、取消料、または連約金の一部または全部として繰り入れられます。  
 (2) 募集型企画旅行契約は、当社が契約の締結を承諾し、申込金を受理した時に成立いたします。  
 (3) 旅行代金は旅行出発日の21日前までにお支払いいただきます。
- 旅行中止の場合**…ご参加のお客様が当パンフレットに明示した最劣履行人員に満たない場合、当社は旅行の履行を中止する場合があります。この場合、旅行開始日から起算してさかのぼって23日目に当たる日より前に連絡させていただきます。お預かりしている旅行代金全額をお返します。
- 旅行代金に含まれるもの及び含まれないもの**  
 パンフレットに記載された日中に明示された送迎費、宿泊費、食事代、入場料、消費税等諸税、燃油サーチャージが含まれます。旅行日程に記載のない交通費等の諸費用、空港施設使用料、及び個人的性質諸費用は含まれません。
- 取消料**…お客様は、次の取消料をお支払いいただくことにより旅行契約を解除することができます。なお、取消日は、お客様が当社の営業日、営業時間内に解除する旨をお申し出いただいた日より前とします。

取消日区分	取消料(おひとり)
40日目に当たる日以降	無料
31日目に当たる日まで	旅行代金が30万円以上90万円未満:5万円 旅行代金が15万円以上30万円未満:3万円 旅行代金が10万円以上15万円未満:2万円
30日目に当たる日以降	旅行代金の20%
15日目に当たる日まで	旅行代金の50%
14日目に当たる日以降	旅行代金の20%
3日目に当たる日まで	旅行代金の50%
旅行開始日の前々日・前日及び当日	旅行代金の全額
旅行開始後又は無連絡不参加の場合	旅行代金の全額

※1ヶ月前とは12月20日から1月7日まで、4月21日から5月6日まで及び7月20日から8月31日までをいいます。

- 免責事項**…お客様が以下の事由により損害を受けられた場合は、当社は賠償の責任を負いません。  
 ・天災地変、気象状況、暴動又はこれらのために生ずる旅行日程の変更若しくは旅行中止  
 ・運送・宿泊機関の事故若しくは火災又はこれらのために生ずる旅行日程の変更若しくは旅行の中止  
 ・官公署の命令、又は伝染病による隔離、自由行動中の事故、食中毒、盗難  
 ・運送機関の遅延、不通又はこれらによって生ずる旅行日程の変更若しくは目的地・滞在時間の短縮
- 特別補償**…お客様が募集型企画旅行参加中に、生命、身体又は手荷物に被られた一定の損害については、当社の故意、過失の有無にかかわらず特別補償規程に定めるところにより、補償金及び見舞金をお支払いします。

【海外旅行保険加入のおすすめ】  
 安心してご旅行をしていただくため、お客様ご自身で保険をおかけになることをおすすめいたします。

- 旅程保証**…当社は、当パンフレットに記載した契約内容のうち、当社旅行業約款(募集型企画旅行契約の部第29条別表)に掲げる重要な変更が生じた場合は、同条に定めるところにより変更補償金をお支払いします。
- お客様の責任**…お客様は、当社から提供される情報を活用し、お客様の権利・義務その他募集型企画旅行契約の内容について理解する務に努めなければなりません。また、お客様は、旅行開始後に、契約書面に記載された旅行サービスについて記載内容と異なるものと認識したときは、旅行地において速やかに当社、当社の手配代行業者または旅行サービス提供者にその旨を申し出なければなりません。
- このパンフレットに記載の旅行日程等の旅行条件は2012年7月1日現在を基準としています。**

詳しい旅行条件を説明した書面をお渡しいたしますので、事前にご確認の上、お申し込み下さい。

◆**旅券・査証について**…(日本国籍以外の方は、自国の領事館、渡航先国の領事館、入国管理事務所にお問い合わせ下さい)この旅行(アメリカ)には有効期間が満期日まで残っている旅券が必要で、現在お持ちの旅券が今回の旅行に有効か否かの確認は、お客様の責任で行って下さい。査証取得は日本国籍の方の観光目的による滞在の場合は査証免除プログラム(ESTA渡航認証)申請を行うことで査証は免除となります。ご希望の方は2,100円の手続き手数料にて代行取得させていただきます。(別途査読費US\$14)

◆**個人情報の取扱について**…当社は申込書に記載された個人情報について、お客様との連絡、運送・宿泊機関などの提供するサービスの手に必要な範囲で利用させていただきます。また、旅行先でのお買い物などの便宜のために、お客様の個人データを土産物店に提供される場合があります。土産物店への個人データの提供停止を希望される場合は、旅行出発までにお申し出下さい。その他、当社では、当社の提供する商品やサービス、キャンペーン、統計資料の作成などにお客様の個人情報を活用させていただきます。ご希望の旨を事前にご提供ください。これら提供案内等の停止を希望される場合は、お申し出下さい。

◆**海外危険情報について**…渡航先(国または地域)によっては「外務省危険情報」等の渡航に関する情報が出されている場合があります。その場合、お申込みの際に「海外危険情報に関する書面」をお渡しします。また、外務省海外安全ホームページでもご確認ください。(http://www.pubanzen.mofa.go.jp/)。

◆**渡航先の保健衛生について**…渡航先の衛生状況については厚生労働省検疫感染症ホームページでご確認下さい。(http://www.forth.go.jp/)

## お申し込み・お問い合わせは

旅行企画・実施：株式会社日本旅行 関西企画旅行支店  
**NTAスポーツデスク**

観光庁長官登録旅行業第2号 (株)日本旅行業協会正会員  
 〒541-0051 大阪市中央区備後町3-4-1 山口玄ビル6階  
 総合旅行業務取扱管理者：小嶋 宏幸



ワールドスポーツツアー-RUN-RUNダイヤル 0120-88-5024

TEL 06(6209)0707 FAX 06(6209)0606

メールでも受付中 kansaios\_office@nta.co.jp

(営業時間 月～金 10:00～18:00 土日祝休) 企画12-32

総合旅行業務取扱管理者とは、お客様の旅行を取扱う支店・営業所での取引に関する責任者です。この旅行の契約に際し、担当者からの説明にご不明な点がありましたら、ご遠慮なく上記の取扱管理者にご質問ください。

# JALホノルルマラソン(&レースデーウォーク)2012ツアー申込用紙

(渡航手続きのためのお伺い書兼用)

\*この書類は、大会エントリーや、海外旅行の手続きに必要な事項ばかりですので、ひとり1枚すべての事項をご記入ください。

(株)日本旅行殿

パンフレット記載の旅行条件及び旅行手配のために必要な範囲内の運送・宿泊機関等への個人情報の提供について同意の上申し込みます。

※該当する項目を、○で囲んでください。該当する□ボックス欄にはチェック(✓)を入れてください。

選択項目(必須)	参加種目	ホノルルマラソン(42.195km)		レースデーウォーク(10km)		参加しない(応援等)	
	コース	A	B	C	D	E	
	ホテルカテゴリー	スタンダード		スーパー		デラックス	
	1名様で参加の方の1名1室利用希望※1	希望する(要追加代金)・相部屋でOK(スタンダードのみ・追加料金なし)					
	2~3名様で参加の方の同室希望者記入欄						
ご自身でアーリーエントリー済等の理由により、弊社での代行エントリー(大会登録)を希望されない場合は右記の□ボックス内にチェック(✓)を入れてください。							
□ 代行エントリーを希望しない							
任意選択	ホテル指定(3,000円) ※スタンダードプランは指定不可	シェラトン・プリンセス・カウラニ	パシフィック・ビーチ	ハイアット・リージェンシー	ワイキキ・チ・マリオット		
	12歳未満のキッズプラン (航空座席使用・ベッド未使用添寝)	□希望する □希望しない		ベアシート (となり同士席の確約/6,000円)	□希望する □希望しない		
	2歳未満の幼児プラン (航空座席・ベットの未使用、食事なし)	□希望する □希望しない		日本航空臨時便利用プラン※2 (A・Bコースのみ指定可/10,000円引)	□希望する □希望しない		

※1 相部屋希望の方のペアリングは当社にお任せいただきます。同姓で年齢の近い順でペアを決めますが、必ずしもご希望に沿えない場合もございます。

※2 日本航空臨時便プランは、運航がない場合や満席等の理由によりご希望に沿えない場合がございます。また確定のお知らせはご出発約21日前となります。

ふりがな	姓	名	ローマ字氏名(パスポート記載と同じにて)		性別
氏名			姓	名	男・女
生年月日	西暦	年	月	日生(昭和・平成	年) 歳
出生地	都・道・府・県			E-Mail :	
現住所	〒	TEL : ( ) -		FAX : ( ) -	
	ふりがな				
	住所				
	携帯電話 :	( ) -	弊社からの連絡【可】TEL・FAX・携帯・E-Mail【不可】TEL・FAX・携帯・E-Mail		
	緊急連絡先	お名前	TEL	(続柄)	
書類送付先	□ 代表者 ( ) 様宛に一括送付 □ 別々に送る □ その他 ( )				

このスペースに

**パスポートの番号・発行日記載ページのコピーを貼ってください**

- ◆今回のご旅行では、有効期限が帰国時まで有効なパスポートが必要です。有効期限が足りない方は、更新をしてください。
- ◆現在パスポートをお持ちでない方は、パスポートを取得され次第郵送またはファックスにてコピーをお送りください。(その際は余白に発行日、ツアー名をお書きください)
- ◆パスポートを申請中の方は、まずはお申込書のみ先にお送りください。

パスポート取得予定日: 月 日

- ◆パスポートを申請中の方は、まずはお申込書のみ先にお送りください。

## マラソン関連オプションツアーの申込み

### 【公式イベント】ホノルルマラソン・ルアウ

日時:12月7日(金)16:00~20:30

料金:4,800円 締切:11/6(火)

A. 申し込む B. 申し込まない

### 【公式イベント】ホノルルマラソン・セミナー

日時:12月8日(土)9:00~12:00

料金:3,500円 締切:11/6(火)但し先着順

A. 申し込む B. 申し込まない

### マラソンコース下見ツアー

日時:12月7日(金)、8日(土)10:00~予定

料金:3,500円 締切:各出発日先着45名様

A. 申し込む B. 申し込まない

### ランナー完走交流会

日時:12月9日(日)19:15~予定

料金:4,800円 締切:先着80名様

A. 申し込む B. 申し込まない

取扱代理店名:

住所:

TEL:

FAX:

担当者名:

★ご旅行終了後のお客様情報の取扱いについて

ご希望の場合はチェック(✓)してください。

□旅行終了後削除する □DM等は不要

弊社では、お客様との間の連絡のために利用させていただくほか、旅行用品・旅行お土産・旅行に関するご案内をお届けするために、お客様の個人情報を利用させていただきます。

日本旅行関西企画旅行支店 NTAスポーツデスク FAX:06-6209-0606