

ジャパンカップ 2026 レースノルディックよこはま

レース ノルディックとは？

ノルディックウォーキングでのタイム計測を行う競技形式のレースです。

スポーツを楽しむ人々が集う公園を、気持ちよく歩けます。

日頃の成果を腕試し、自分のための自己ベストを目指しましょう！

(注意) ランニングでのマラソンではありません。

必ずノルディックウォーキングでご参加ください。

競技部門とオープン参加、それぞれの挑戦で

ノルディックウォーキングの新たな楽しみを発見！

2026

11.28 土

Go faster, go further!

2026
Japan Cup

～ 今年のレースノルディックの最終戦、レース収めは新横浜公園へGO! ～
Japanカップ2026: レースノルディック横浜

2026年11月28日(日)受付 11:00～ スタート 12:00～

新横浜公園 日産フィールド小机外周および日産スタジアム方面へのスロープ(神奈川県横浜市)

◆ 5km (1.25km×4周)

参加費: レースの部: 4500円、オープンの部: 3500円、学生一律料金: 2500円

◆主催・問い合わせ: 日本レースNW委員会

(事務局) 兵庫県西宮市段上町6 | E-mail: office@nordicwalking.jp | TEL: 080-7796-0264

共催 ノルディックウォーキングクラブYOKOHAMA

後援 横浜市にぎわいスポーツ文化局、新横浜公園(日産スタジアム) 指定管理者代表団体: 公益財団法人横浜市スポーツ協会

協力 日本ノルディックフィットネス協会(JNFA)、学校法人 岩崎学園 横浜スポーツ&医療ウェルネス専門学校

協賛: エクスプロージョン合同会社、株式会社 穀藤、高橋ファーム、Lapin Nordic Sport



↑申込はこちらから

X-PLOSION®

エクスプロージョン

Lapin®



<https://race.nordicwalking.jp/> ●競技規則についてはホームページをご覧ください。

大会概要 ジャパンカップ2026：レースノルディック横浜

- ◆開催日 2026年11月28日（土）
受付開始 11:00～ スタート 12:00～
- ◆会場 新横浜公園 日産小机フィールド外周および
日産スタジアム方面へのスロープ
(〒222-0036 神奈川県横浜市港北区小机町3300)
- ◆集合 中央広場 第1レストハウス前
- ◆コース 5km (1.25km x 4周)
- ◆レースの部：5km 競技の部（年齢カテゴリー別）
オープンの部：5km ※順位・年齢カテゴリーはなく、タイム計測のみ
- ◆スタート方法：インターバルスタート（30秒間隔）
- ◆プログラム 11:00 受付開始（新横浜公園中央広場 第1レストハウス前）
11:20 開会式
12:00 5km オープンの部 スタート
5km レースの部 スタート
W70、M70、W65、M65、、、の年齢カテゴリー順にスタート
14:30 表彰式&閉会式
15:00 全日程終了

◆参加資格 すべての部門において健康な方

◆年齢カテゴリー

男子カテゴリー	女子カテゴリー	年齢	誕生日
M Junior	W Junior	18 - 19	2007 - 2008
M Senior	W Senior	20 - 34	1992 - 2006
M35	W35	35 - 39	1987 - 1991
M40	W40	40 - 44	1982 - 1986
M45	W45	45 - 49	1977 - 1981
M50	W50	50 - 54	1972 - 1976
M55	W55	55 - 59	1967 - 1971
M60	W60	60 - 64	1962 - 1966
M65	W65	65 - 69	1957 - 1961
M70	W70	70	< 1956

※1982年12月31日生まれで44歳だとしても、カテゴリーはM45になります。

- ◆参加費 レースの部：4,500円
オープンの部：3,500円 ※順位・年齢カテゴリーはなく、タイム計測のみ
学生料金：2,500円
※レンタルポールが必要な方は別途550円が必要となります。
※補償内容は、通院日額2,000円/入院日額3,000円/死亡・後遺
障害500万円となっております。こちらの補償内容に不安の方は、
個人的に保険にご加入ください。

- ◆申込方法 ①<https://race.nordicwalking.jp/> オンライン決済あり
②必要事項を記入の上、メールでお申し込みください。
左QRコードよりメール申し込みがスムーズです。
メールにて銀行振込での参加費支払い方法をご連絡します。
(振込手数料は参加者負担でお願いいたします)



◆申込締切 2026年11月21日（土）

- ◆参加通知 お申込み後、日本レースNW委員会より申込完了のメールを送付
します。銀行振込にて参加費支払いの方は、1～3営業日を目処に
申込完了メールを送付します。
一週間前を目処に日本レースNW委員会より【当日のご案内】メールを
配信します。スタートリスト、注意・同意事項などの内容も含まれますので、
必ずメールをご確認ください。
※【当日のご案内】が届かない場合は、委員会までお問合せください。
- ◆競技規則 正しいノルディックウォーキングテクニック・ポールの長さなど、詳細
はホームページ競技規則をご確認下さい。

- ◆アクセス JR東海道新幹線・JR横浜線新横浜駅より徒歩14分
横浜市営地下鉄線・相鉄東急新横浜線新横浜駅より徒歩12分
JR横浜線小机駅より徒歩7分
※QRコードから新横浜公園交通アクセスをご覧ください：



- ◆主催 日本レースノルディックウォーキング委員会
(事務局) 兵庫県西宮市段上町6丁目
E-mail: office@nordicwalking.jp TEL:080-7796-0264

共催 ノルディックウォーキングクラブYOKOHAMA
後援 横浜市にぎわいスポーツ文化局、新横浜公園(日産スタジアム)
指定管理者代表団体：公益財団法人横浜市スポーツ協会
協力 日本ノルディックフィットネス協会
学校法人 岩崎学園 横浜スポーツ&医療ウェルネス専門学校
協賛 エクスプロージョン合同会社、株式会社 穀藤、高橋ファーム
Lapin Nordic Sport

X-PLOSION® Lapin
エクスプロージョン



- 申込規約 ※参加者は下記の申込規約に必ず同意の上、お申込みください。
- 自己都合による申込後の種目変更・キャンセル・権利譲渡・名義変更はできません。
 - 地震・風水害・降雪・事件・事故・疫病等による開催縮小・中止、参加料返金の有無・額、通知方法等についてはその都度主催者が判断し決定します。
 - 私は、心疾患・疾病等なく、健康に留意し、十分なトレーニングをして大会に臨みます。傷害、事故、紛失等に対し、自己の責任において大会に参加します。
 - 私は、大会開催中に主催者より競技続行に支障があると判断された場合、主催者の競技中止の指示に直ちに従います。また、その他、主催者の安全管理・大会運営上の指示に従います。
 - 私は、大会開催中に怪傷が発生した場合、応急手当を受けることに異議ありません。その方法、経過等について、主催者の責任を問いません。
 - 私は、大会開催中の事故、紛失、傷害等に関し、主催者の責任を免除し、損害賠償等の請求を行いません。
 - 大会開催中の事故、傷害への補償は大会側が加入した保険の範囲内であることを承知します。
 - 私の家族、親族、保護者（参加者が未成年の場合）、またはチームメンバー（代表者エントリーの場合）は、本大会への参加を承諾しています。
 - 年齢・性別等の虚偽申告、申込者本人以外の出場（代理出走）はいたしません。それらが発覚した場合、出場・表彰の取り消し、次回以降の資格はく奪等、主催者の決定に従います。また、主催者は、虚偽申告・代理出走者に対して救済・返金等一切の責任を負いかねます。
 - 大会の映像・写真・記事・記録等において氏名・年齢・性別・記録・肖像等の個人情報（新聞・テレビ・雑誌・インターネット・パンフレット等に報道・掲載・利用されることを承諾します。また、その掲載権・使用権は主催者に属します。
 - 大会申込者の個人情報の取扱い、別途記載する主催者の規約に則ります。
 - 上記の申込規約の他、主催者が別途定める大会規約に則ります（細則がある場合は大会規約が優先します）。

- 個人情報取り扱いについて
- 主催者は、個人情報の重要性を認識し、個人情報の保護に関する法律及び関連法令等を厳守し、主催者の個人情報保護方針に基づき、個人情報を取り扱います。大会参加者へのサービス向上を目的とし、参加案内、記録通知、関連情報の通知、次回大会の案内、大会協賛協力関係各団体からのサービスの提供、記録発表（ランキング）等を行う場合に利用いたします。また、主催者もしくは委託先からの申込内容に関する確認連絡をさせていただきます。

ジャパンカップ 2026 概要

<https://race.nordicwalking.jp/>

ジャパンカップ 2026

5月16日（土） レースノルディック蒲郡大会 5km
9月27日（日） ノルディックウォーキングハーフマラソン長野
10月25日（日） まだらおノルディックウォーキングフェスティバル 2026
11月28日（土） レースノルディック横浜大会 5km

ランキング計算方法

ジャパンカップでは、全レースの合計獲得
ポイントで、年代・性別ごとの年間チャンピオン
を決定します。

1. 順位でポイントが決まるレース

対象レース：蒲郡、新横浜
内容：各レースの年代別クラスにおける順位に
応じて、右表のポイントが獲得できます。

2. 歩いた距離でポイントが決まるレース

対象レース：ハーフマラソン長野（飯綱）、まだらおノルディックウォーキング
内容：完歩した距離に応じて、ポイントが獲得できます。（例：12km完歩→12ポイント）
対象レースに参加の方は、自己申請が必要です。

ご自身の目標や得意なレースに合わせて、ぜひ戦略を立ててみてください。



Japan Cup 2026 ポイントチャート

順位	ポイント	順位	ポイント	順位	ポイント
1	100	11	24	21	10
2	80	12	22	22	9
3	60	13	20	23	8
4	50	14	18	24	7
5	45	15	16	25	6
6	40	16	15	26	5
7	36	17	14	27	4
8	32	18	13	28	3
9	29	19	12	29	2
10	26	20	11	30	1