

42nd

エントリー受付中

# オクトーバー・ラン&ウォーク

参加  
無料

歩いて、走って、まちをきれいに。

主催 一般財団法人アールビーズスポーツ財団

みんなで  
ギネス世界記録™  
に挑戦!



協賛



SUPER SPORTS XEBIO

Victoria



## 「ウォークの部」種目

### ① みんなでギネス世界記録™に挑戦!

あなたの一歩が世界記録™への力に。ラン・ウォーク共通で参加者みんなでギネス世界記録™に挑戦します!  
家族や友人など、1人でも多くの方に声をかけてください。

### ② 「日本坂道学会」コラボ企画 坂を知ろう、巡ろう、楽しもう!

「日本坂道学会」が愛する坂の歴史や地形の面白さを感じながら、知って・巡って・楽しむ、特別企画です。  
あなたの地域の自慢の坂を投稿する「坂図鑑」開催中!

### ③ 市区町村&都道府県 対抗戦

市区町村および都道府県に分かれて1ヵ月間の平均歩数を競います。上位自治体を表彰します! あなたの街が上位になれば、地元をアピールできる!

### ④ 個人歩数ランキング

全国の参加者と1ヵ月間の歩数で競います!  
ランキングで歩くモチベーションを後押しします。

ウォーキングアプリ「スポーツタウン WALKER」  
を用いて参加いただきます



TA

## 「ランの部」種目

### ① みんなでギネス世界記録™に挑戦!

あなたの一走が世界記録™への力に。ラン・ウォーク共通で参加者みんなでギネス世界記録™に挑戦します!  
家族や友人など、1人でも多くの方に声をかけてください。

### ② 走行距離ランキング

1ヵ月間の走行距離を競う「走行距離ランキング」。  
全国の参加者とのランキングで走るモチベーションを後押しします。少しでも上位を目指して走ろう!

### ③ 月間走行日数チャレンジ

速さや距離ではなく、走った日数がチャレンジのポイント。10月は毎日コツコツ走る習慣を楽しもう!

#### 新機能

走行履歴を月・週・年  
カレンダーで一覧表示。  
練習量や大会、目標達成を  
まとめて確認できる!

GPSトレーニングアプリ「TATTA」を  
用いて参加いただきます



特別企画

みんなでギネス世界記録™に挑戦!

OFFICIAL  
CHALLENGE

参加者のみなさんで  
同じ目標を達成します!

【挑戦する記録タイトル】

リモートウォーキング・ランニング  
& クリーンアップイベントに1ヵ月で  
登録した最多人数

【挑戦年月日】

10月1ヵ月間

世界に一つだけの公式参加認定証も(有料)

是非ご参加ください!

「日本坂道学会」コラボ企画

坂を知ろう、巡ろう、楽しもう!



日本坂道学会副会長タモリ氏撮影・  
著作の書籍『お江戸・東京 坂タモリ』  
を監修する「日本坂道学会」  
との夢のコラボ!

江戸時代から続く坂道の歴史と地  
形の面白さを感じながら、知って・  
巡って・楽しむイベントを開催し  
ます!

開催期間 2026年10月1日(木)~10月31日(土)

# 「オクトーバー・ラン&ウォーク」は、スマホアプリを使って歩数または走行距離を競う1カ月間のオンラインイベントです。

歩いて走って新しい自分である絶好のチャンス。31日間楽しく歩き続ける・走り続けるためのワクワクサポートを多数ご用意しています。参加は無料！さわやかな秋、あなたが踏み出す1歩を全力応援します。

## アプリダウンロード・エントリーの方法について

### ウォークの部



ウォーキングアプリ  
「**SPORTS TOWN WALKER**」  
(スポーツタウンウォーカー)  
をダウンロード



Android



iPhone

アプリをダウンロードして10月に歩いて起動すれば、「みんなでギネス世界記録™に挑戦!」「歩数ランキング」「市区町村・都道府県対抗戦」への参加となります。

※「坂タモリ」イベントは別途エントリー（無料）が必要です

### 参加方法

#### ① 歩行情報記録アプリの確認を行う。

##### ■Androidをご利用の方

Android 端末では、「ヘルスコネクト」との連携が必要となります。「Google Play ストア」から「ヘルスコネクト」「Google Fit」をダウンロードし、正常に動作していることを確認してください。

##### ■iPhoneをご利用の方

iPhone の標準アプリ「ヘルスケア」が正常に動作していることを確認してください。

#### ② 「スポーツタウンWALKER」を起動し、Sports net ID 登録を行う。ID登録をしないゲストでの参加も可能。

#### ③ 「スポーツタウンWALKER」を起動して、利用開始する。

10月1日0:00からの歩行情報が参加記録となります。歩数は自動で取得されるため、歩く際に「スポーツタウン WALKER」アプリを起動する必要はありません。参加の反映にはアプリの起動が必要です。1日1回アプリの起動をお願いします。

初期設定方法は動画でご覧いただけます



Android



iPhone

### ランの部



ランニングアプリ  
「**TATTA**」(タッタ)  
をダウンロード



Android



iPhone

アプリをダウンロードし、オクトーバーラン&ウォークにご参加いただくと、「みんなでギネス世界記録™に挑戦!」「走行距離ランキング」への参加となります。

### 参加方法

#### ① 「TATTA」を起動させ、Sports net ID を入力し、「連携」をタップする。

#### ② 「TATTA」画面下に表示される「イベント」をタップする。

#### ③ 「オクトーバー・ラン&ウォーク2026」の「参加する」をタップする。



- 1.10月1日0:00からランキングの走行距離カウントが開始されます。「TATTA」を起動して走るか、GPSウォッチと連携して走ると走行距離がランキングに反映されます。
- 2.GPSウォッチ(ガーミン、アップルウォッチ、ポラール)との連携方法はこちら <https://tatta.runnet.jp/help/faq>
- 3.本イベント対象のTATTAアクティビティは「Running」、「Trail Run」のみです。「Cycling」「Walking」「Hiking」を選択した場合はランキング対象外となります。

GET!

ランキング上位 or 抽選でプレゼント!



森永製菓 inゼリー 6個セット  
QUOカードPay1,000円分~

他にも、多数特典あり!

お問い合わせ

オクトーバー・ラン&ウォーク大会事務局  
october@runners.co.jp

[参加方法はコチラ]

