

2024. 5. 21.(화) 조간용

이 보도자료는 2024년 5월 20일 오전 11:15부터 보도할 수 있습니다.



보도자료

담당부서 : 관광체육국 체육진흥과

체육진흥과장

김덕환

02-2133-2730

사진없음 사진있음 쪽수 : 7쪽

생활체육진흥팀

이은빈

02-2133-2739

‘쉬엄쉬엄 한강 3종 축제’ 에서 특별한 여름을 만들어 보세요

- 6.1.~6.2. 양일간 ‘한강 3종 경기’ 외 다양한 시민 체험 프로그램 참여 가능
- 카약·패들보드, 챌린지바운스 등 한강에서 즐기는 물놀이 및 수상 스포츠 체험
- 쉬엄쉬엄 한강요가, 한강풀멍타임(정원명상), 가족 테라리움 등 힐링 프로그램까지
- 시, “운동부터 힐링까지, 사랑하는 사람들과 함께 한강에서의 특별한 여름맛이”

- 서울시가 6월 1일부터 2일까지 진행하는 ‘제1회 쉬엄쉬엄 한강 3종 축제’에 참여하는 시민들을 위해 다채로운 시민 참여형 프로그램을 마련하였다.
- ‘제1회 쉬엄쉬엄 한강 3종 축제’는 뚝섬한강공원 일대에서 나만의 속도와 방식으로 완주하는 ‘한강 3종 경기(수영·자전거·달리기)’와 함께 남녀노소 한강에서 즐길 수 있는 시민참여 프로그램을 총망라하여 선보이는 여름 축제이다.
- 시는 이번 축제를 통해 시민들이 한강에서 특별한 여름을 맞이할 수 있도록 한강 3종 경기뿐만 아니라 ▲카약·패들보드 체험, ▲챌린지바운스(대형 물놀이장), ▲쉬엄쉬엄 한강요가, ▲한강풀멍타임(정원명상) 등의 다양한 시민참여 프로그램까지 준비하였다고 밝혔다.

□ 먼저 한강에서 물놀이를 마음껏 즐길 수 있는 ▲카약·패들보드 체험, ▲챌린지바운스(대형 물놀이장)가 축제 내내 열려 시민들에게 시원한 여름 추억을 선사할 예정이다.

○ ‘카약·패들보드 체험(6.1.~2.)’은 서울원드서핑장에서 회차당 180명이 참여할 수 있으며 총 8회차를 운영한다. 선착순 참가신청은 현재 마감되었으나 취소분에 대해 현장접수를 받을 예정이며, 참가비는 1인당 5,000원이다.

○ ‘챌린지바운스(6.1.~2.)’는 뚝섬한강공원 야외수영장에 설치되는 물놀이 공원(워터파크)으로 09시~18시에 운영하며, 네이버 예약 채널에서 5월 21일 화요일 10시부터 예매할 수 있다. 참가비는 3,000원이다.

※ 참가신청 링크 : <https://booking.naver.com/booking/12/bizes/1123517>

※ 동시 최대 수용인원 200명 이하, 영유아 및 신장 100cm 이하 아동 입장 제한

□ 시원한 물놀이에 이어 한강에서 힐링을 즐길 수 있는 ▲쉬엄쉬엄 한강요가, ▲한강풀멍타임(정원명상), ▲가족테라리움(정원가꾸기)까지 마련된다.

○ ‘쉬엄쉬엄 한강 요가(6.1.~2.)’는 뚝섬한강공원 수변무대에서 1일 2회(오전: 10:00~10:50, 오후: 17:00~17:50) 진행될 예정이다. 서울시 공공서비스 예약 누리집(yeyak.seoul.go.kr)을 통해 회차당 300명까지 신청할 수 있으며 참가비용은 무료이다.

※ 참가신청 링크 : yeyak.seoul.go.kr/web/reservation/selectReserView.do?rsv_svc_id=S240510115158371429

○ ‘한강풀멍타임(정원명상, 6.1.~2.)’은 한강에서 요가와 명상을 즐기는 프로그램으로, 매일 13:00~17:00 사이에 총 8회 운영하며, 회차당 15명까지 참가할 수 있다.

※ 참가신청 링크 : 서울국제정원박람회 홈페이지(<https://festival.seoul.go.kr/garden>)

신청기간 및 프로그램 세부내용은 5.22. 공개 예정

○ ‘가족 테라리움(6.1.~2.)’은 한강에서 정원 가꾸기를 체험하는 프로그램으로 매일 13:00~17:00 3회씩 운영하며, 회차당 20팀까지 참여할 수 있다.

※ 참가신청 링크 : 서울국제정원박람회 홈페이지(<https://festival.seoul.go.kr/garden>)

신청기간 및 프로그램 세부내용은 5.22. 공개 예정

- 한편, 시는 시민들과 함께 만드는 축제를 위해 축제진행보조 자원봉사자 300명(1일 8시간 활동) 및 ‘쉬엄쉬엄 한강 3종 경기’ 페이스메이커 50명을 모집하고 있다고 덧붙였다.
- 자원봉사활동을 희망하는 시민(대학생 이상)은 13일부터 1365 자원봉사포털(1365.go.kr/vols/main.do)에서 신청할 수 있으며 자원봉사활동 8시간을 인정받을 수 있다.
- 페이스메이커는 한강 3종 경기 중 달리기 종목 참가자들을 위한 코치(페이스) 역할을 맡는다. 페이스메이커로 선정된 시민은 ‘2024 서울달리기 10k 참가권’을 받을 수 있다. 참여를 희망하는 시민은 21일(화)부터 모바일앱 ‘런플(runple)’을 통해 선착순으로 신청할 수 있다.
- 이외에도 축제 기간 뚝섬한강공원 일대에서는 가족, 지인과 함께 즐길 수 있는 ▲구석구석 라이브(버스킹), ▲태권도 시범 공연, ▲뮤지컬 공연 등 다채로운 문화예술 프로그램까지 풍성하게 펼쳐질 예정이다.
- 김덕환 서울시 체육진흥과장은 “올해 처음 선보이는 ‘쉬엄쉬엄 한강 3종 축제’는 사랑하는 사람들과 한강에서 소중한 추억을 쌓을 수 있는 축제가 될 것”이라며, “각종 운동뿐만 아니라 다양한 프로그램에 참여해 한강에서 특별한 여름을 맞이하시길 바란다”라고 말했다.

| 연번 | 프로그램명 | 장소 | 일시 | 접수인원 | 참가비 | 예약사이트 |
|----|---------------------|---------------------|---|---------------------------|--------|---|
| 1 | 카약, 패들보드 체험 | 서울 윈드서핑장 | 6.1.(토), 6.2.(일) 09:00~18:00 | 회당 180명 (양일간 8회) | 5,000원 | 선착순 신청 마감 ※취소분에 한하여 현장접수 운영 예정 |
| 2 | 챌린지바운스 | 독섬 한강공원 야외수영장 | 6.1.(토), 6.2.(일) 09:00~18:00 | 1일 1,800명 | 3,000원 | 네이버예약(booking.naver.com/booking/12/bizes/1123517) |
| 3 | 취업취업 한강 요가 | 독섬 한강공원 수변무대 | 6.1.(토), 6.2.(일) 10:00~10:50 / 17:00~17:50 | 회당 300명 (1일 2회) | 무료 | 서울시 공공서비스 예약 누리집(yeyak.seoul.go.kr) |
| 4 | 한강풀멍타임 (정원명상) | 독섬 한강공원 | 6.1.(토), 6.2.(일) 13:00~17:00 | 회당 15명 (1일 8회) | 무료 | 서울국제정원박람회홈페이지 https://festival.seoul.go.kr/garden |
| 5 | 가족 테라리움 (미니정원체험) | 독섬 한강공원 | 6.1.(토), 6.2.(일) 13:00~17:00 | 회당 20팀 (1일 3회) | 무료 | ※신청기간 및 프로그램 세 부내용은 5.22. 공개예정 |

□ 행사 개요

- 기 간 : '24. 6. 1. (토) ~ 6. 2. (일) 【2일간】
- 장 소 : 뚝섬 한강 공원 및 일대(7호선 자양역 2번, 3번 출구)
- 대 상 : 10만명(한강 3종 경기 참여 인원 1만명 + 관람 인원 9만명)
- 참가비용 : 쉬엄쉬엄 한강 3종 경기 2만 원
- 프로그램 개요

| 구 분 | 주요행사 | 연계행사 |
|------------|--|---|
| 한 강 3 종 경기 | <ul style="list-style-type: none"> ❖ 쉬엄쉬엄 초급자(15K) 코스 ❖ 쉬엄쉬엄 상급자(31K) 코스 - 09:00 ~ 18:00 | <ul style="list-style-type: none"> ❖ 시민체력장 ❖ 한강 요가 ❖ 한강 운동회 ❖ 보물찾기 ❖ 정원 명상 프로그램 ❖ 구석구석 라이브 공연 |
| 스 포 츠 행 사 | <ul style="list-style-type: none"> ❖ 한강 쉬엄쉬엄 나이트 - 18:00 ~ 22:00 | <ul style="list-style-type: none"> ❖ 아카펠라, 비보이 공연 ❖ 시민참여형 스포츠공연 ❖ 드론 라이트 쇼(6/1) ❖ 한강 무소음 DJ 파티(6/2) |



제1회 쉬엄쉬엄 한강 3종 축제 체험 프로그램

**시민참여형
프로그램**

서울시민체력장, 한강풀멍타임,
요가 등 13개

**시민관람형
프로그램**

구석구석 라이브,
K-POP 학생 공연 등 7개

**시정홍보형
프로그램**

손목닥터 9988,
따릉이 등 홍보 4개

| 시간 | A구역 (자양역~야외수영장) | B구역 (음악분수~장미원) | | C구역 (축구장~자연학습장) |
|-------------|--------------------------|--------------------------------|-------------------------|---------------------------|
| | | 메인행사장 | 작가정원 등 | |
| 09:00-10:00 | | | | |
| 10:00-11:00 | 상시운영 | 한강요가 참여 | | 상시운영 |
| 11:00-12:00 | * 시민체력장 참여 | 구석구석 라이브 공연 관람 | 미니 정원 체험 1회 참여 | * 보물 찾기 참여 |
| 12:00-13:00 | * 한강운동회 참여 | | 한강풀멍타임 1~2회 참여 | * 카약, 패들보드 등 체험 참여 |
| 13:00-14:00 | * 챌린지바운스 운영 참여 | 태권도 시범단 공연 등 관람 | 한강풀멍타임 3~4회 미니 정원 체험 2회 | * 이색자전거 5종 체험 참여 |
| 14:00-15:00 | * 기업 헬스프로그램 체험 참여 | 국악 공연(6/1) 관람 | 한강풀멍타임 5~6회 | * 이색 달리기 6종 체험 참여 |
| 15:00-16:00 | * 손목닥터 홍보 | K-POP 학생 공연(6/2) 관람 | | |
| 16:00-17:00 | * 서울브랜드 홍보 | 구석구석 라이브 공연 | 한강풀멍타임 7~8회 미니 정원 체험 3회 | * 기후동행카드 홍보 |
| 17:00-18:00 | * 푸드트럭 | 한강 요가 | | |
| | | 쉬엄쉬엄 나이트 | | |
| 18:00-18:30 | | 6.1. (토) 비보이, 뮤지컬 공연 관람 | 6.2. (일) 힙합댄스, 에어로빅 등 | |
| 18:30-19:00 | | 개회식 | | |
| 19:00-19:15 | | 힙합댄스, 에어로빅 등 참여 | 한강 무소음 DJ파티 참여 | |
| 19:15-20:00 | | 한강 드론 라이트 쇼 관람 | | |
| 20:00-20:15 | | | | |
| 20:15-22:00 | | | | |

* 세부 프로그램은 사정에 따라 변동 가능

