

トイレ

①トイレはコース上の各所にご用意します（公衆トイレまたは仮設トイレ）。コース上に看板表示がありますので、必ず所定の場所でお使いください。

②立ち小便是禁止行為です。



- 使用前には手指消毒をお願いいたします。
- 沿道のコンビニエンスストア、ガソリンスタンドのトイレは感染防止の観点から使用できません。
- トイレを使用する際はマスクを着用してください。

ペースランナー

①下記の設定にて7名のペースランナーが走ります。ご自身の目標達成にお役立てください

②スタート号砲からフィニッシュまでの記録（グロスタイム）を目標に走行しますが、正確な設定タイムでフィニッシュすることを必ずしもお約束するものではありません。

設定タイム	ブロック	氏名	所属
3:00	A	濱崎 武雅	gateam
3:30	B	小幡佳代子	RunField
4:00	C	布施 知進	-
4:30	D	北島 良子	RUN塾
5:00	E	永井 保雄	O/Nズ ランニングクラブコーチ
5:30	F	大南 博美	O/Nズ ランニングクラブ代表
6:00	F	市川 美歩	美走 RUNNING CLUB

給水所

①コース上の下記の地点に給水所を設けます。スペシャルドリンクはありません。

②給食物品は準備した数量がなくなり次第、終了させていただきます。

③紙コップは必ず設置したゴミ箱に捨ててください。



- 感染防止対策としてテーブルの島の間隔を拡大しています。
- 混雑を避け空いているテーブルをご利用ください。
- 利用の際は設置されている消毒液で手指消毒を行ってください。
- 使用した紙コップ及び給食の包装は、片付け作業にあたるボランティアなどの皆様の感染リスクを抑えるため、必ず指定のゴミ箱に確実に捨ててください。
- 給食は、感染防止対策として原則として個包装のものを必要最低限用意いたします。各自で必要に応じ補給食を携帯していただきますようお願いいたします。

給水所	距離(km)	各給水所では → の順で提供します。		
		スポーツドリンク	給食	水
スタート会場	-	●		●
1	4.3	●		●
2	7.4	●		●
3	11.4	●		●
4	14.1	●		●
5	16.9	●	●	●
6	19.0	●		●
7	21.3	●	●	●
8	24.7	●		●
9	28.1	●	●	●
10	31.6	●		●
11	34.3	●	●	●
12	35.7	●		●
13	38.7	●	●	●
14	39.9	●		●
フィニッシュ		●		

収容関門

①下記地点で関門閉鎖を行います。関門閉鎖後は競技を続けることができません。

②閉鎖時刻後、コース上に残っている選手は速やかに歩道に上がり、次の収容関門地点で収容バスに乗り乗るか、最後尾の収容バスに乗り乗ってください。その際に審判員に計測チップをご返却ください。

③閉鎖時刻前でも、審判員が次の収容関門の閉鎖時刻までに明らかに到達できないと判断した場合には、競技中止を指示することがあります。

④収容された選手には、9号駐車場での降車時におにぎりをお渡しします。

⑤各収容関門には「コールドスプレーテーブル」を設置します（数に限りがあります）。



- 収容バスへの乗車前に必ず手指消毒をしてください。乗車中はマスク着用のうえ会話はお控えください。

収容関門	距離(km)	閉鎖時刻
1	5.2	9:18
2	9.7	9:54
3	12.2	10:14
4	15.1	10:39
5	18.3	11:07
6	24.1	11:57
7	29.6	12:46
8	32.6	13:12
9	35.5	13:37
10	37.3	13:53
11	39.8	14:15

！ 注意

〈収容関門以外でリタイアする場合〉

- ①コース上の審判員にリタイアすることを申告し、計測チップをご返却ください。リタイアの申告がなく、チップも返却されない場合、行方不明扱いとなりますので、ご注意ください。
※チップを返却されない場合はレース後実費請求いたします。
- ②次のいずれかの方法でフィニッシュ会場まで行き、スタート時に預けた手荷物を受け取ってください。
A 直近の収容関門まで行き、収容バスに乗り乗る。
B レース最後尾の収容バスに乗り乗る。

記録計測

①計測チップは、この「参加者案内」に同封しています。必ずご確認ください。なお、大会当日はアスリートビブス（ナンバーカード）と一緒に忘れずにお持ちください。

②本大会では計測チップを使用し、5kmごとのスプリットタイム、フィニッシュタイム（グロスタイム・ネットタイム）の計測を行います。

③計測チップはシューズの靴ひもに正しく装着してください。計測チップを正しく装着していない場合や、装着忘れの場合は記録が取れず、失格となります。スタート前に必ず装着の確認をしてください。

④計測チップはフィニッシュ後に回収します。リタイアした場合は収容関門で返却してください。返却されない場合はレース後、実費請求いたします。

⑤計測チップに関するお問い合わせは、スタート会場内の「受付ヘルプデスク」にお越しください。

⑥欠場の場合は、同封の「計測チップ返却封筒」にてチップをご返却ください。