

《ランニング》参加者注意事項

12月3日(日)

◎5キロ 9:00 スタート 集合時間 8:45 (スタート待機位置)
 ◎ハーフマラソン 9:10 スタート 集合時間 8:55 (スタート待機位置)

○競技規則について

・本大会は、2023年日本陸上競技連盟競技規則・本大会要項・参加者注意事項に準じて実施します。

○ウォーミングアップについて

・伊勢フットボールヴィレッジ【A・B・C・D】ピッチを使用してください。 ※案内マップ参照

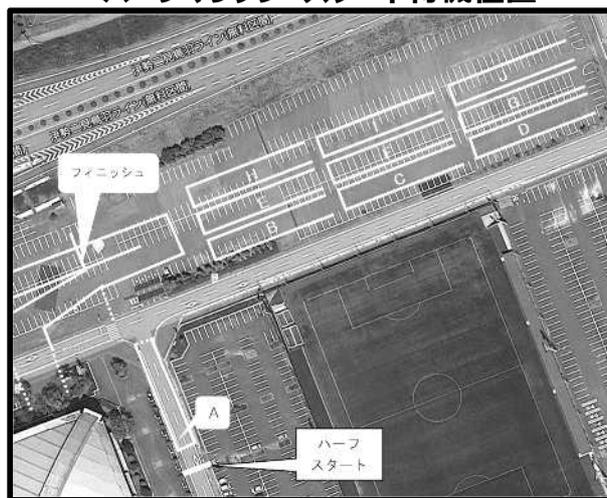
○スタートについて

- ・スタートは、上記の競技順序で出発します。**集合時間を守り**、必ずスタッフの指示に従ってください。
- ・スタート時の安全のため、スタートブロックを設けます。
- ・スタート位置には、アスリートビズ(ゼッケン)の先頭アルファベットのブロック表示【5キロ K~P】、【ハーフマラソン A~J】の位置に整列してください。
- ・本大会はグロスタイム(スタートの合図を起算としてフィニッシュラインを通過するまでに要した計時の公式記録)、ネットタイム(スタートラインを通過した瞬間を起算としてフィニッシュラインを通過するまでに要した参考記録)を採用します。
- ・スタート時に危険を感じられる方は、なるべく後方ブロックからゆっくりとスタートされる方が安全です。

5キロ スタート待機位置



ハーフマラソン スタート待機位置



○競技について

- ・競技中に異常が生じたときは、ただちに競技をやめ、最寄りのスタッフに連絡してください。
- ・選手は必ず走路を走ってください。安全とスムーズな競技進行のために走路の譲り合いを実行し、急な進路変更や、フィニッシュ直前の競り合いなどは避けてください。
- ・交通事情(緊急)による処置については、警察官及びスタッフの指示に従ってください。
- ・途中棄権をする場合は、後続の選手収容車に乗車してください。
- ・制限時間を設定し、関門を設置します。制限時間を越えた選手は、必ずスタッフの指示に従ってください。
- ・全種目とも関門閉鎖後は選手収容車に乗り、以後の走行は認めません。なお、ハーフマラソン18.8km関門は、スタッフの指示で徒歩でアリーナに戻ってください。
- ・関門の閉鎖について

5キロ

ハーフマラソン

関門場所	閉鎖時刻
1.7km	9:20

関門場所	閉鎖時刻	関門場所	閉鎖時刻
2.7km	9:40	14.6km	11:03
5.5km	10:00	18.8km	11:33
9.0km	10:23	20.0km	11:42
13.0km	10:52	フィニッシュ	11:50

裏面もご確認ください。



・ペースランナーについて

ハーフマラソンでは、ランナーの皆さんが目標タイムで走れるよう「ペースランナー」が走ります。ペースランナーは、「バルーン」と「目安となるフィニッシュタイムを記載したビブス」を着用します。ペースの目安となる各フィニッシュタイム（グロスタイム）は次のとおりです。

フィニッシュタイム	人数	1 km ごとのペースの目安
1 時間 3 0 分	2 名	4 分 1 6 秒
1 時間 4 0 分	2 名	4 分 4 4 秒
1 時間 5 0 分	2 名	5 分 1 2 秒
2 時間 0 0 分	2 名	5 分 4 1 秒
2 時間 1 0 分	2 名	6 分 0 9 秒
2 時間 2 0 分	2 名	6 分 3 8 秒
2 時間 3 0 分	2 名	7 分 0 6 秒
2 時間 4 0 分	2 名	7 分 3 5 秒

○給水所、救護所及びトイレについて

- ・5キロ1カ所、ハーフマラソン4カ所の給水所（スポーツドリンクまたは水）を設けます。（ドリンク類の持ち込みはできません。）
- ・救護所は、給水所付近に設けます。（フィニッシュ地点、アリーナ内にも設置します。） ※案内マップ参照
- ・トイレは、各給水所に仮設トイレを設置してある他、コース沿線上の仮設トイレもご利用いただけます。

○ICタグ付きアスリートビブス（ゼッケン）について

- ・ICタグ付きのアスリートビブス（ゼッケン）は見えやすいように胸（前面）に確実に付けてください。
- ・アスリートビブス（ゼッケン）に付いているICタグは絶対にはがしたり、傷つけたりしないでください。
※スタート前に紛失された場合、実費を請求させていただくことがございますのであらかじめご了承ください。
- ・途中で棄権された方は、記録集計に支障が出ますのでフィニッシュラインには入らないでください。

○表彰について

- 【日本陸連登録の部】 男女別1位～8位まで表彰
- 【中高校生の部】 男女別1位～8位まで表彰
- 【ランニング】 5キロ：男女別1位～3位まで表彰 ハーフマラソン：男女別1位～3位まで表彰
年代別入賞（各種目男女年代別1位～6位）※**年代別入賞者の賞状は、後日郵送します。**
- ・表彰対象者は、フィニッシュ後すぐに表彰式を行います。スタッフの指示に従ってください。

○記録証発行について

- ・記録証はWEB発行になります。当日会場では紙の記録証は発行しません。→

WEB 記録証発行



即時発行予定ですが、遅れる場合があります。

○参加賞について

- ・フィニッシュ後に、参加賞をお渡しします。
- ・当日、走らないで棄権される方は、参加賞をお渡ししますので、アスリートビブス（ゼッケン）を持参の上、「インフォメーション」までお越しください。なお、途中で棄権された方にもお渡しします。

○メディカルランナー・メディカルボランティアについて

- ・メディカルランナーは、医師・看護師・救急救命士で、救命活動の意思を明らかにしたランナーです。大会中周囲のランナーに異変が発生した時には、救護関係者との協力や心肺蘇生等の救命活動を行います。
- ・メディカルボランティアは、ランナーに異変が発生した時に救護本部と連携しての救命活動にあたります。沿道でAEDを携帯し、応援しながら救命活動に備える「沿道救護」と、AEDを携行して自転車に乗ってコース周辺を巡回する「自転車救護」の2種類です。

○その他

- ・常設のトイレは、メインアリーナ2階、3階にあります。
また、ハーフマラソンスタートブロック付近ならびに各給水所付近に仮設トイレがあります。
- ・本大会は、たくさんのボランティアスタッフの方々の協力によって開催しています。不備な点もあるかと思いますが、お許しいただきたいと思ひます。気持ちのいい、楽しい大会になるようにご協力をお願いします。