

第14回仙台リレーマラソン 10km 参加のご案内



第14回 仙台リレーマラソン 2024.11.9^{SAT}-10^{SUN}



この度は、第14回仙台リレーマラソンにお申込みいただきありがとうございます。
大会参加にあたりましては、本案内を事前にご確認のうえ、チームメンバーの方々にもお伝えいただきますようお願いいたします。(大会ホームページにも掲載しております。)

送付物

- 参加のご案内(本書) ●メンバー表 ●チーム周回記録表
- 駐車許可証(各チーム1枚) ●協賛社広告物

大会スケジュール

2024年11月10日(日)

- 7:00 開場(正面玄関および第2ゲート)
- 7:00~8:30 受付・コース試走
- 8:30 コースクリア
- 8:30~8:45 第1走者 スタート招集
- 8:45~8:50 開会式
- 8:50~8:59 応援イベント等
- 9:00 競技スタート
- 10:40~ 表彰式
- 11:00 競技終了(制限時間:2時間)

※仮装賞は、10:40頃発表予定です。

参加・競技上の注意

【入場】

○7:00より、競技場正面玄関または第2ゲートより入場ください。

【受付】

- 代表者の方は、「メンバー表」に出走する方を記載のうえ、当日受付にご提出ください。※当日のメンバー変更可
- チームメンバーの増員とカテゴリーの変更については、すでに締め切っておりますので、いずれも受付できません。
- 当日カテゴリーの条件を満たせなくなった場合は、種目の参加最低人数を下回らなければ出場可能ですが、オープン参加とし、タイムのみ計測いたします。(表彰対象からは外れ、順位も出ません)
また、**参加最低人数として、小学生の部は7名、中学生・ファミリーの部は4名、一般の部は2名を満たさない場合は出場出来ませんので、ご了承ください。**
- アスリートビブスは加工せず、胸の位置に備え付けの安全ピンで四隅をしっかりと固定してください。
- 各チームにお配りするタスキには計測用のタグが2個入っておりますので、外さないようにご注意ください。レース終了後はタグ回収所の箱に必ず返却してください。タスキは参加記念品としてお渡ししておりますので、返却の必要はございません。(※タグを返却しない場合、実費2,200円(1個あたり)を弁償していただきますので、ご注意ください。)

【スタート前】

○出走前に怪我防止のため、各自必ずウォーミングアップを行ってください。

○**第1走者は開会式(8:45)までにスタート地点(競技場バックストレート)へお集まりください。なお、整列場所は42.195kmのランナーの後ろとなりますのでお気を付けてください。(1.4km×7周+200m)**

【スタート】

- スタート前の整列につきましては、競技役員・スタッフの指示に従ってください。
- スタート直後は混雑しますので、お互いに他のランナーに気をつけて走ってください。
- 第1走者が小学生の場合は、安全面を考慮して後方からのスタートとなります。

【競技中】

- 走行中は、他のランナーの妨害となるような行為は行わないでください。
- コースでは競技役員の指示に従い、事故のないようにお気をつけください。
- 多世代の方が同時に同じコースを走ります。コースが狭い場所での無理な追い抜きや、危険な行為は絶対にしないでください。
- 前方のランナーを追い抜く場合は、周囲の安全確認を十分に行ってください。
- 周回数は各チームでセルフチェックとなります。**周回記録速報サイトをご確認のうえ、同封の「チーム周回記録表」にて、各チームの責任のもと、チェックしてください。
※周回記録表は提示いただく場合がございますので、筆記用具をご持参のうえ、必ずご記入ください。
- タスキのリレーはリレーゾーンで行ってください。
アスリートビブス左側に記載されているアルファベット 周回速報ページが各チームのリレーゾーンとなりますので、必ずご確認ください。

○**リレーゾーンへは、次走者及び周回記録員1名以外の立入りを禁止とします。応援での立入りはできませんのでご了承ください。**なお、小学生・中学生・ファミリーの部については、**引率として各チーム1名の入場を許可いたします。**受付時に配布する**ビブス(引率者用)**を着用のうえ、ご入場ください。競技終了後、ビブス(引率者用)の返却を総合案内までお願いいたします。

○リレーゾーンでは多世代の方がタスキリレーをします。周囲の状況をよく確認し、譲り合いにご協力ください。

【フィニッシュ】

- フィニッシュ時には計測地点を必ず通過してください。通過しない場合、順位、タイム、周回数が計測されません。
- フィニッシュする走者は、フィニッシュゾーン(1~3コース)に入り、フィニッシュしてください。



○フィニッシュ計測地点はホームストレート上にあります。
通過後は立ち止まらず、他の選手の妨げにならないようフィニッシュアーチへ向かってください。

○フィニッシュゾーンへの入退場は P4「会場レイアウト」をご参照ください。

【その他】

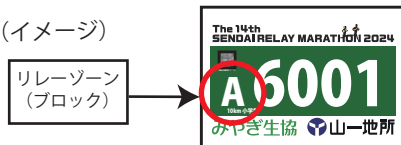
- コースに給水所は設置しておりませんので、給水のための飲料については、各チームでご準備ください。
- 裸足（靴下のみも含む）や公序良俗に反する服装での出走は禁止します。
- 他の走者の邪魔になったり、進路を妨害する可能性がある仮装（極端に大きいもの、ボール等）や、社会モラルに反する仮装は主催者判断により出走を取りやめいただく場合がございますので、ご注意ください。
- 選手待機場所は、メインスタンドまたは芝スタンドのみといたします。室内雨天走路やダグアウト、芝フィールドを待機場所としては使用できません。**
- 観覧者は、メインスタンドまたは芝スタンドでの応援をお願いいたします。芝フィールド・トラックコース内での応援は出来ませんので、ご協力をお願いいたします。
- 競技役員・スタッフ・その他関係者の指示に従ってご参加ください。
- 万一の事故に備え、保険証の写し等を携帯ください。
- 競技中の怪我や事故について、主催者は応急処置のみ対応し、その方法、経過等について、主催者は責任を負いません。また、主催者が加入する傷害保険の範囲内で傷病の補償をいたしますが、範囲を超える補償は行いませんので、各自十分に注意してご参加ください。※P3 傷害保険のご案内参照
- 貴重品・手荷物等は各自、各チームで責任を持って保管してください。主催者は、盗難・紛失等については一切責任を負いませんので、ご注意ください。

リレーゾーン・フィニッシュゾーン



※フィニッシュタイムはフィニッシュ計測地点で計測します。
フィニッシュ後は、アーチまでゆっくり走り去ってください。

○アスリートビブス (イメージ)



タスキ装着方法について

○タスキは必ず肩から脇の下にかけて走行してください。
※上記以外の箇所に持った場合、正しく記録計測がされない場合がございます。

【タスキの掛け方について (参考)】

- ①タスキを首に掛けます。
- ②タスキの計測タグが入っている方の末端が輪っか (通し穴) に加工してありますので、輪っか (通し穴) に、反対側のタスキの端を折りながら通します。
- ③通したタスキの端を、輪っか (通し穴) から抜けないよう太目に結び目をつくります。
- ④結び目側を引っ張ることで、タスキの長さを調整することが出来ます。各自お好みの長さへ調整ください。
※調整後のタスキの末端については、ズボンの間に入れるなどし、動かないようにすると走りやすいです。
- ⑤タスキを渡す際は、タスキの両端を身体側へ引くことにより、緩めることが出来ます。



タスキ装着方法動画

会場の使用について

- 競技場トラック及びフィールド内での飲食は一切禁止です。
(※ランナーの水分補給は可) 飲食は、メインスタンド及び芝スタンドでお願いいたします。また、競技場内及びコース周辺での飲酒はご遠慮ください。
- 競技場内及び宮城野原公園総合運動場内において、火気の使用は一切できません。
- 仙台市陸上競技場敷地内は全面禁煙です。**
- テント等の設営が可能な場所は、競技場芝スタンドのみです。共用エリアとなりますので、他チームへの配慮を忘れず、良識ある設置をお願いいたします。公園を含め、それ以外の場所での設営は禁止です。
- ごみ箱は設置しておりませんので、ごみは各チームで持ち帰りいただきますようご協力をお願いいたします。
- 更衣室内のシャワーは、5分100円でご利用いただけます。

表彰・記録等について

【表彰】

賞状・副賞を対象チームへ贈呈いたします。順位が確定するまでフィニッシュから20分程度かかることが予想されますので、表彰対象チームはアナウンスがあるまで会場でお待ちください。贈呈場所は競技場正面メインステージ (表彰式会場) を予定しております。

○表彰対象

各カテゴリー 1位~3位及び仮装賞 (各日2チーム予定)
※10km 一般の部は1位のみ対象

【記録】

スマートフォン等で閲覧可能な速報記録配信サイトにてご確認ください。また、リザルトは後日大会ホームページでご覧ください。

"<https://www.mspo.jp/24sendai-relay/sokuho>"



周回速報ページ

【完走記録証】

完走チームにはWEB 完走証を後日発行いたします。
「記録証ダウンロードの手順」をご覧ください。

【記録証ダウンロードの手順】

- (1) 右記QRコードから記録証発行ページへアクセスします。
- (2) 日付と種目を選択
- (3) レースナンバーを「半角数字」で入力。
※アルファベットは除く
- (4) 記録証に入れたい画像・写真を選択
※2メガバイト以下の横向き。画像指定なしの場合、大会指定画像となります。
- (5) メンバー名を入力
※メンバー名を入れなくても発行可能です
- (6) 発行ボタンを押すと、「PDF形式」でダウンロード可能です。



完走記録証ページ

駐車場・駐輪場について

- 1チームにつき1台分の【駐車許可証】を同封しておりますので、車でお越しの際は忘れずにお持ちいただき、フロントガラスの見やすい位置にご掲示願います。駐車場入り口にて、係員に【駐車許可証】をご提示いただかないと駐車できませんのでご注意ください。
※駐車場の場所は、「駐車許可証」の裏面で予めご確認ください。
- 駐輪場は、競技場ロータリー付近に臨時駐輪場を設置します。所定の場所以外には停めないようご協力願います。
※詳しい場所については、P4「コース図」をご参照ください。
- 弘進ゴムアスリートパーク仙台 (仙台市陸上競技場) 内のダテバイクのポートは、大会当日ご利用出来ません。**ダテバイクでご来場予定の方は、近隣のポートをご利用ください。

【駐車許可証 (参考)】



1日目



2日目

アンケートについて

○大会事務局では、今後の大会運営の向上を目的に、参加されます皆さまへアンケートを実施いたします。右記QRコードの専用ページより、率直なご意見をお寄せいただけますようお願いいたします。



○アンケート実施期間：2024年11月9日（土）～11月29日（金）まで

保険について

マラソン大会参加中に偶発発生した傷害・特定疾病（※注）に対して保険金をお支払いします。ケガ等事故が起きた場合には【傷害保険のご案内】に記載の保険会社代理店にご連絡ください。また大会事務局へも併せてご連絡ください。

傷害保険のご案内

○「団体総合補償制度用保険（マラソン保険）」

死亡・後遺障害（最高）300万円

入院日額 2,000円

通院日額 1,000円

※注：特定疾病

急性虚血性心疾患（心筋梗塞）／急性心不全等の急性心疾患／くも膜下出血・脳内出血等の急性脳疾患／日射病・熱射病等の熱中症／低体温症／脱水症

引受保険会社	Chubb損害保険株式会社
代理店連絡先	カメイ(株)法人営業部 保険事業課 宮城事務局 〒984-8552 宮城県仙台市若林区卸町 5丁目 3-7 TEL：022-239-1141 FAX：022-232-5981
大会事務局	仙台リレーマラソン実行委員会事務局 〒983-0045 仙台市宮城野区宮城野 2-11-6 弘進ゴム アスリートパーク仙台（仙台市陸上競技場） （公財）仙台市スポーツ振興事業団 スポーツ事業課内 TEL：022-297-1321 FAX：022-297-1323 E-mail：marathon@spf-sendai.jp

ブース出展・キッチンカーについて

○大会当日は、協賛社によるブース出展とキッチンカーの出店を予定しております。お気軽に足をお運びください。

※競技場トラック及びフィールド内での飲食は一切禁止ですので飲食はメインスタンド及び芝スタンドをお願いいたします。

【出展企業】

●公益社団法人仙台防災安全協会 様

【出店企業】※予定

11月9日（土）

●おにぎりひと sakura 様（おにぎり等）

●FraN 様（クロッフル、ヤンニョムチキン、チーズボール等）

●カフェココペリ 様（ホットドック、スープ等）

●たじまや 様（フード）

11月10日（日）

●カフェココペリ 様（ホットドック、スープ等）

●たじまや 様（フード）

●のぼs kitchen（からあげ、ナポリタン、チキンサラダどん等）

大会に関する問合せ

仙台リレーマラソン実行委員会事務局

（月～金 9:00～17:00）※土・日・祝休業

〒983-0045 仙台市宮城野区宮城野 2-11-6

弘進ゴムアスリートパーク仙台（仙台市陸上競技場）

（公財）仙台市スポーツ振興事業団 スポーツ事業課

TEL：022-297-1321 / FAX：022-297-1323

E-mail：marathon@spf-sendai.jp

大会 HP：https://www.spf-sendai.jp/event/relay/

※大会当日の問い合わせ

11月9日（土）・10日（日）…☎090-2791-1031（両日 7:00～15:00）

※基本的に雨天決行ですが、荒天等により中止の可能性がある場合は大会当日の朝 5:30 に、大会ホームページにて発表いたします。

参加前のメディカルチェック

マラソン大会やランニングイベントで、疾病による事故が増えております。仙台リレーマラソンへの参加にあたり、下記項目を必ず確認のうえ、事故の責任において参加してください。

(A) 次の項目（1～5）のうち、ひとつでもあてはまる項目があれば、レース参加について、かかりつけ医によくご相談ください。かかりつけ医指導のもと、健康診断や心臓検診を受けてください。

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> 1. 心臓病（心筋梗塞、狭心症、弁膜症、不整脈）の診断を受けている、もしくは治療中である。 | <input type="checkbox"/> 3. 運動中に胸痛、ふらつきを感じたことがある。 |
| <input type="checkbox"/> 2. 突然、気を失ったこと（失神発作）がある。 | <input type="checkbox"/> 4. 血縁者にいわゆる心臓マヒで突然亡くなった方がいる（突然死）。 |
| | <input type="checkbox"/> 5. 最近1年以上、健康診断を受けていない。 |

(B) 次の項目（6～9）は、心筋梗塞や狭心症になりやすい危険因子です。あてはまる項目があれば、かかりつけ医に相談し、イベント参加前までに状態を安定させてください。

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> 6. 血圧が高い（高血圧） | <input type="checkbox"/> 8. LDL コレステロールや中性脂肪が高い（高脂血症） |
| <input type="checkbox"/> 7. 血糖値が高い（糖尿病） | <input type="checkbox"/> 9. たばこを吸っている（喫煙） |

かかりつけ医とは、みなさんの健康や体調を管理してくれる身近なドクターです。かかりつけ医をきちんと決めて、大会参加などについて相談しましょう。

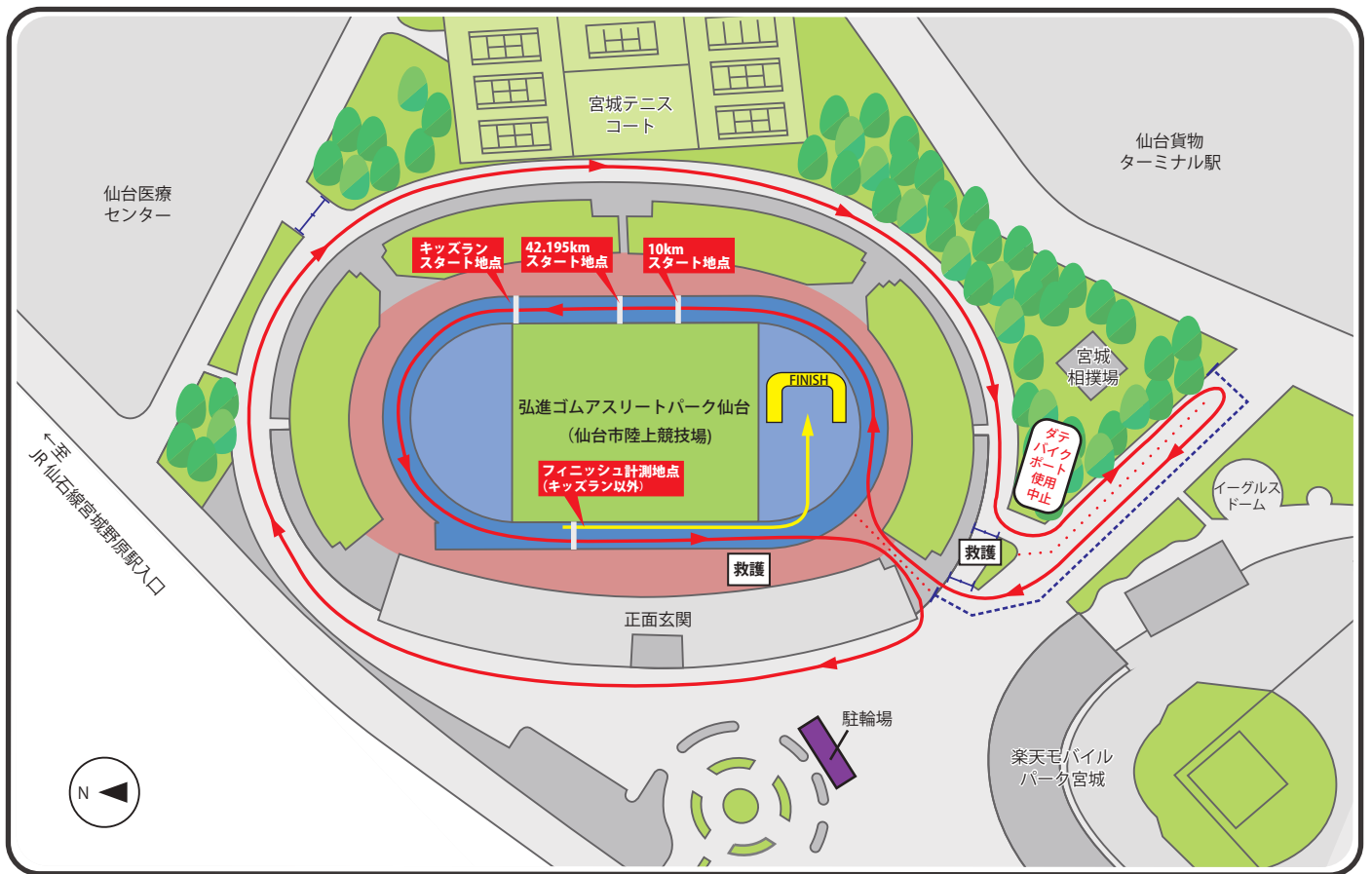
【イベント直前のチェック】

心臓トラブル等の回避には、自己管理が不可欠です。体調に異常を感じたら、勇気をもって棄権をするよう心がけてください。次の項目（1～9）にひとつでも該当する場合は、ペースを落とす、またはイベント参加自体の自重が必要です。

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> 1. 前日、よく眠れなかった。 | <input type="checkbox"/> 6. 胸や背中の不快感や痛みがある。 |
| <input type="checkbox"/> 2. 朝食を食べれなかった。 | <input type="checkbox"/> 7. 動悸・息切れがある。 |
| <input type="checkbox"/> 3. 異常にのどが渇く。 | <input type="checkbox"/> 8. 腹痛・下痢がある。 |
| <input type="checkbox"/> 4. 身体がだるい。練習の疲労感が残っている。 | <input type="checkbox"/> 9. 平時で脈拍が90以上ある（1分間） |
| <input type="checkbox"/> 5. かぜの症状（微熱、頭痛、のどの痛み、咳、鼻水）がある。 | |

【競技中は下記について十分注意しましょう】

- 競技前・競技中・競技後は水分補給を心がけましょう。
- 体調に異常を感じたら、早めにレースをやめる勇気を持ちましょう。
- しっかりウォーミングアップをしてレースに望みましょう。また、ラストスパートは急激に心臓に負担がかかります。当日は余裕を持ってタスキリレー出来るよう心がけましょう。
- 事前にあまり練習することができなかつた方は、周りのペースに惑わされて無理にペースをあげず、自分にあったペースで走ってください。



会場レイアウト

弘進ゴムアスリートパーク仙台(仙台市陸上競技場)

