

## 競技者注意事項(ロードレース)

- 1 この競技は、**2022** 日本陸上競技連盟競技規則並びに本大会要項により実施します。
  - 2 この大会は、タイムテーブルの通り進められますが、やむを得ない事情により変更することがありますのでご了承下さい。
  - 3 **5km・10km**レースは、うんどう広場西側の外周道路、ハーフマラソンは銀杏並木より、それぞれスタートします。(コース図参照)
  - 4 コースは、フィニッシュ手前を除きすべて時計と反対回りで、コース図をご覧のほか審判員の指示に従って走って下さい。
  - 5 距離表示は、**5km**ごと及びあと**1km**です。
  - 6 給水所、みんなの原っぱ広場付近の外周コースと、E地点(緑のリサイクルセンター正門)付近)とゴール地点の**3ヶ所**に設置します。
  - 7 ナンバーカードは、プログラム記載の割当表をご覧ください。
  - 8 最終コールは、各種目スタート**15分**前までに、各スタート地点で行います。競技の出来る支度をして遅れないようお集まり下さい。
  - 9 **5km 1時間15分、10km 1時間30分(13時30分)・ハーフ 2時間40分(14時40分)**を超えると、競技の進行状況を見て審判長は競技を中止させます。
- 10 靴底について
- 靴底の最大の厚さは、**2022** 年度日本陸上競技連盟陸上競技規則通りとします。  
よってロードレースの場合は、**40mm**以下となりますのでご注意ください。
- 11 競技中の事故は、主催者において応急処置は致しますが、その後の責任は負いません。主催者は一日傷害保険に加入しておりますが、健康保険証は必ず携帯して下さい。
  - 12 体調に変化があるときは、積極的に医務員に相談し、スタートの可否に万全を期して下さい。レース中に異常を感じたときは早めに近くの審判員に申し出て指示に従って下さい。
  - 13 盗難防止に注意を払い、荷物は個人又はグループで管理して下さい。なお、付き添いのいない個人の荷物は、荷物預かり所にて貴重品を除きお預かりします。
  - 14 ゴール後、完走者全員に記録証をお渡ししますので、必ず記録証発行所に立ち寄っていただき、記録証受領後、種目別、男女別、年代別に**3位**まで入賞の方には、賞状をお渡しします。その後本部でメダルをお受け取りください。  
なお各クラス会員の部、一般の部を分けずにトータルで順位を決定し発表いたします。
  - 15 男女別ハーフ・**10Km**の最高記録者に優秀選手賞として表彰盾を授与します。
  - 16 チップは回収します。**紛失の時は2,000円**を徴収しますので必ず回収箱に返却して下さい。
  - 17 ゴミは、各自お持ち帰り下さい。美化にご協力下さい。

### 更衣室について

女子特別更衣室(テント)の他に男女共、昭島口管理棟の更衣室が**8時30分**より**15時30分**、シャワーは**10時00分**より**15時30分**まで使用出来ます。  
なお、更衣室には、コインロッカーがありますのでご利用下さい。