

## 競技者注意事項(ロードレース)

- 1 この競技は、2023 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 1 マイル・5 k m・10 k m・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 各種目コースは、スタート及びフィニッシュは同じ場所ですべて時計回りです。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、5 k mごと及びあと1 k mです。
  - 6 給水所は、みんなの原っぱ広場付近の外周コースと、2k m・3k m 中間地点(緑のリサイクルセンター正門付近)とスタート・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 **5 k m 1 時間 1 5 分、1 0 k m 1 時間 3 0 分 (13 時 30 分)・ハーフ 2 時間 4 0 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。
- 1 0 靴底について  
靴底の最大の厚さは、2023 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、40 mm以下となりますのでご注意ください。
- 1 1 表彰について  
各種目とも賞状が出来次第賞状発行所で授与(随時)その後各種目各クラス1位~3位の方(賞状を受け取った方)には、本部にて表彰記念品を贈呈いたします。  
各種目各クラス4位以下の方は、大会終了3日後に「記録証」をホームページに掲載いたしますので自身でプリントアウトしてください。プリンターをお持ちでない方は、別紙「記録証郵送希望申込書」に必要事項をご記載の上、台紙代(100円)と一緒に「記録証係」にご提出ください。
- 1 2 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。
  - 1 3 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。
  - 1 4 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。
  - 1 5 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。
  - 1 6 男女別ハーフ・10 K mの最高記録者に優秀選手賞として表彰盾を授与します。
  - 1 7 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。
  - 1 8 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。