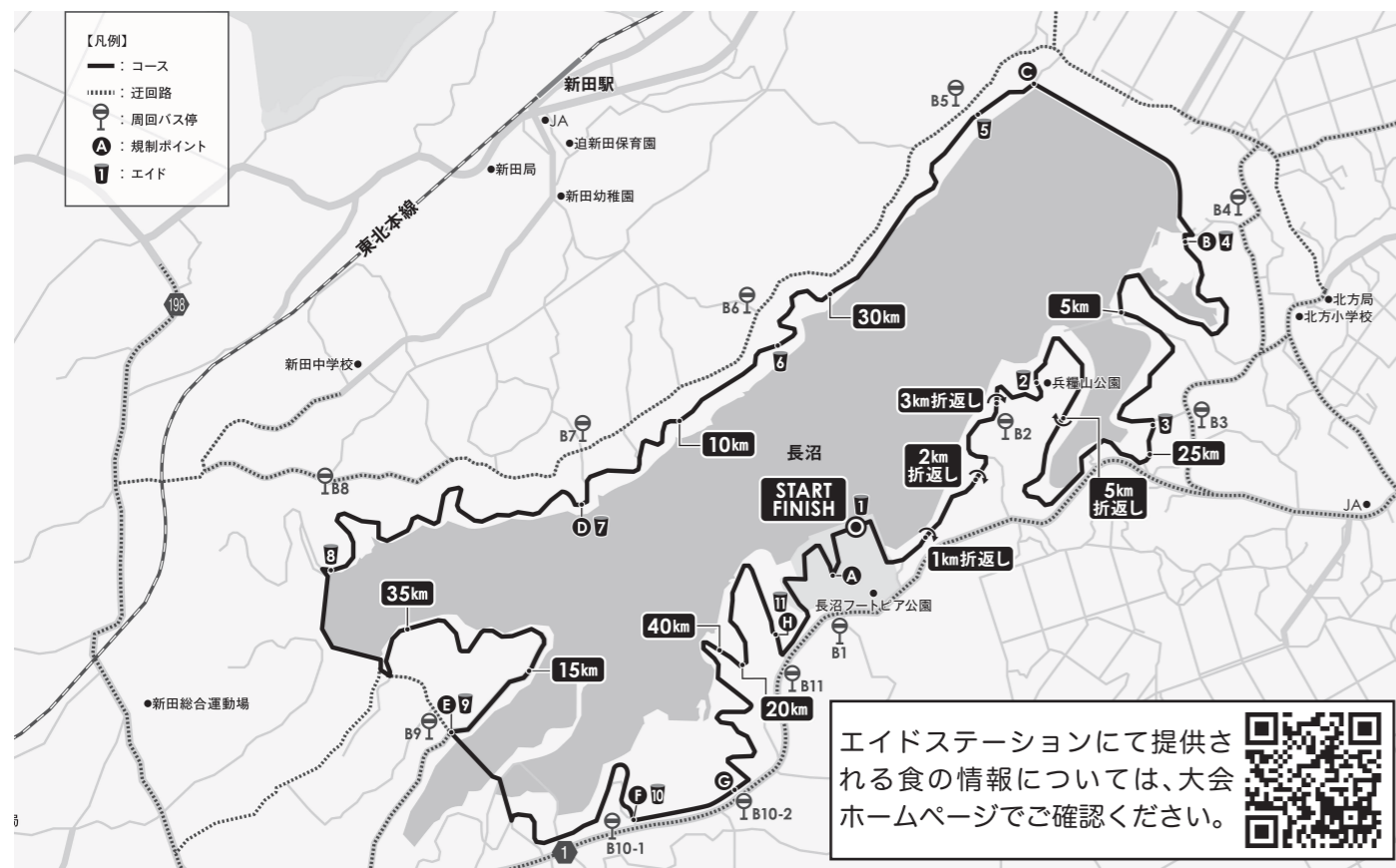


■ アクセスマップ 住所：〒987-0513 宮城県登米市迫町北方天形161-84



■ コースマップ



■ みなさまへのお願い

大会を支えるボランティアへあなたの地元ならではのお土産でお返しをしてみませんか？お土産は活動しているボランティアへ届けさせていただきます。大会の受付に簡単なメッセージなどを添えてスタート前にお持ちください。生もの、日持ちのしないお菓子などはご遠慮ください。ボランティア活動の合間に食べれるようなものが助かります。よろしくお願いたします。

東北風土マラソン&フェスティバル2017実行委員会

メール: info@tohokumarathon.com

Facebook: www.facebook.com/saketohoku

HP: tohokumarathon.com/

Twitter: @tohokufestival

# 東北風土マラソン 2017

Tohoku Food Marathon

日程: 2017.03.19(日)

## マラソン参加案内

会場: 長沼フットピア公園

〒987-0513 宮城県登米市迫町北方天形161-84

■ 種目

	フルマラソン	ハーフマラソン	アシックス・トゥモローラン		
			3km	2km	1km(※1)
制限時間	6時間	3時間	30分	20分	10分
参加費	8,000円	6,000円	1,000円、無料(※2)		
定員	1,500人	2,300人	500人		
参加資格	高校生以上の健康で完走可能な男女	中学生・高校生	小学校高学年	小学校低学年	

	5km	親子ラン
制限時間	45分	15分
参加費	4,500円、3,000円(※2)	3,500円、1,000円(※2)
定員	500人	100組200名
参加資格	高校生以上の健康で完走可能な男女	小学生以下の子どもと親各1人

※1: アシックス・トゥモローラン1kmは保護者の伴走可 ※2: Tシャツ無しを選択した場合

■ 受付(Tシャツ引き換え)について

2017年3月18日(土) 10:00~15:00

2017年3月19日(日) 7:00~15:30

場所: 長沼フットピア公園受付テント

同封の受付表をお持ちください。受付では、大会オリジナルTシャツ(種目によってない方もいます)、パンフレット等をお渡します。

■ 大会スケジュールについて

7:00 受付開始

8:15 アシックス・トゥモローラン1km

8:30 アシックス・トゥモローラン2km

8:55 アシックス・トゥモローラン3km

9:30 フルマラソン

9:50 ハーフマラソン

12:45 親子ラン

13:00 5km

15:30 閉会式

● 表彰式

9:35 アシックス・トゥモローラン

12:00 ハーフマラソン

14:15 5km

14:40 フルマラソン

14:50 ベスト・コスチューム賞

■ ナンバーカードについて

同封しているナンバーカードを当日必ずお持ちください。ナンバーカードと共に安全ピンも同封していますのでご利用ください。

■ 記録計測用チップについて

同封している記録計測用のチップを当日必ずお持ちいただき、左右どちらかのシューズの紐に付けてください。手首や足首に付けますと、計測されないことがございますので必ずシューズの紐に付けてください。チップの付け方はナンバーカードに同封しております案内にてご確認ください。記録計測用のチップはゴール後回収いたしませんので、お持ち帰りください。途中リタイアされた方は、スタッフに渡してください。親子ランは計測がございませんので記録計測用チップはございません。

【つけ方見本】



## ■ 記録について

ゴール後にタイムの入った記録証を発行いたします(親子ランは記録の入らない完走証をお渡しいたします)。当日のみの発行となります。順位につきましては、後日ホームページにて発表いたします。(http://tohokumarathon.com/) 5km、親子ランの記録はスタート号砲よりフィニッシュラインを超えるまでの記録となります。

## ■ 表彰について

各種目男女1位～3位の表彰をいたします(親子ランを除く)。その他ベスト・コスチューム賞、ラッキー賞として、各種目入賞した方には賞品を差し上げます。ラッキー賞は大会当日、投票・抽選テントにて発表いたします。

## ■ 更衣室について

屋外に更衣テントを設けております。スペースに限りがあり、混雑も予想されますので、ご了承ください。

## ■ 手荷物預かり・返却について

手荷物はひとつにまとめてください。貴重品、壊れ物はお預かりできません。各自で管理していただくようお願いいたします。貴重品等の紛失、手荷物の破損については責任を負えませんのでご注意ください。なお、手荷物の返却は15:45までとなります。時間内に取りに来てください。

## ■ 距離表示について

2kmごとに表示いたします。アシックス・トゥモローランについては、1kmごとに表示いたします。

## ■ 関門について

当大会は制限時間を設けております。制限時間になりましたら競技を終了いたします。また、途中関門を設置しております。各関門を右記の時間までに通過できない場合、競技終了となります。交通規制の都合上、競技を続けることは出来ませんのでご了承ください。

## ■ リタイアについて

リタイアをする場合は、近くのエイドステーションまで行っていただき、スタッフにリタイアをする旨をお伝えください。エイドステーションから最寄りのバス乗り場へ行き、バスに乗ってメイン会場まで戻ってください。制限時間までに関門を通過できなかった場合も同様に、エイドステーションから最寄りのバス乗り場へ行き、シャトルバスにご乗車ください。リタイアをする場合は、スタッフに記録計測用のチップを渡してください。

## ■ スタート整列について

各種目、ウェーブごとに分かれて整列していただきます。プラカードを持ったスタッフがウェーブの先頭に立っています。スタッフの指示に従って整列してください。

※5kmに参加される方の記録はスタート号砲よりフィニッシュラインを超えるまでの記録となります。早くスタートしたい方は、前の方へ並んでください。

## ■ シャトルバスについて

下記のとおり各バス乗り場から長沼フートピア公園へのシャトルバスを運行いたします。

バス乗り場/ 所要時間	3月18日(土)		3月19日(日)	
	各バス乗り場発	長沼フートピア公園発	各バス乗り場発	長沼フートピア公園発
くりこま高原駅 約30分	9:30より列車の発着に合わせて運行 最終は15:10発	12:00より1時間おきに運行 最終は16:00発	6:00より列車の発着に合わせて運行 最終は12:10発	10:00～16:00の間に 順次運行
瀬峰駅 約20分	9:20より列車の発着に合わせて運行 最終は15:50発	12:00より1時間おきに運行 最終は16:45発	7:05より列車の発着に合わせて運行 最終は12:00発	10:00～16:00の間に 順次運行
登米市役所 約15分	9:00より順次運行 最終は16:00発	12:00より順次運行 最終は17:00発	6:30より順次運行 最終は12:30発 ※混雑時はランナー優先	10:00～16:00の間に 順次運行

※市役所の駐車場は事前に申込みが必要です。お申込みのない方は停めることは出来ません。

## ■ 駐車場について

駐車場は事前申込みをした方のみご利用いただけます。お申込みの方には駐車証を同封しておりますので「駐車場のご案内」をご確認のうえ、必要事項を記入して駐車証をフロントガラスの見えやすい所に表示してください。また、飲酒運転防止のため、運転手の方は同封しているリストバンドをお付けください。

※同会場は東北日本酒フェスティバルも開催されます。運転される方の飲酒は固くお断りします。

※大会会場周辺、またはコース周辺への路上駐車は他の方のご迷惑となりますので、必ず駐車場をご利用ください。

## ■ 雨天時について

雨天決行です(一部サービスの中止、変更があることもございます)。天変地異などや事故などやむを得ない状況において中止をする場合には、当日朝5:00にホームページ(http://tohokumarathon.com/)、Facebookページ(https://www.facebook.com/saketohoku)にてお知らせします。なお、中止の場合でも参加費の返金はいたしません。大会前日、当日の天候によってはメイン会場やコースの状態が悪いこともあります。コースの状態が悪い場合には、予めお知らせしているコースから一部変更する場合もございます。

## ■ 仮装について

本大会は仮装ランナーを表彰するベスト・コスチューム賞を設けています。ぜひ、思い思いの仮装でご参加ください。今年のテーマは「物語と伝説」です。大会会場、及びコース上で、他のランナーの迷惑となる場合や、公序良俗に反すると主催者が判断した場合は、着替えていただく場合があります。また、熱中症の危険があると判断した場合や、競技続行に支障があると判断された場合には、競技中止をお願いすることがあります。ベスト・コスチューム賞には当日、エントリーが必要です。エントリーは、受付テント横で7:00～10:00の間で受け付けております。全種目が対象です。

## ■ マナーについて

ごみはなるべく持ち帰りいただきますようご協力お願いします。なお、エコステーションに捨てる場合には分別をお願いします。

## ■ トイレについて

メイン会場内、各エイドステーションに仮設トイレを設置しておりますが台数に限りがありスタート前は混雑が予想されます。ご来場前に各駅のトイレやコンビニ等もご利用になってお越しく下さい。ご協力お願いいたします。

## ■ 健康管理について

朝食は必ず摂ってきてください。また、熱中症予防のため、こまめに水分補給をしてください。給水所は約2kmごとに、水やスポーツドリンクを用意しています。当日少しでも体調がすぐれない時は、無理をせず出走をお見送りください。

## ■ ウォーミングアップ・クールダウンについて

ウォーミングアップ(準備体操)やストレッチ、クールダウンをしっかりと行ってください。19日(日)ステージにて8:40からサンプラザ中野くんによる「runner体操」を行います。また、10:05から「ダンス教室」、14:25から「ヨガレッチ(ヨガ+ストレッチ)」を行います。ぜひご参加ください。

## ■ 大会中の記念撮影、映像、エントリー時のお名前について

大会中に撮影しました写真、映像は、大会終了後ホームページや次大会の募集チラシ、ポスター、雑誌、マスメディアなどの掲載に使います。また、後日ホームページにエントリー時のお名前で記録・順位の掲載もいたします。予めご了承ください。

## ■ ボディーメンテナンスについて

今年もメイン会場ゴール地点付近に、3月18日、19日両日、ロミスウェディッシュ・マッサージ部隊によるメンテナンスマッサージブースを設置します。料金は15分1,500円です。加えて今年から、その隣にて、東北チャイルドボディセラピストのみなさんによる、0～6歳のお子さん向けのベビーマッサージ、ヨガレッチ無料体験ブースも設置。皆さん是非ともお立ち寄りください。

## ■ 登米フードフェスティバルについて

同会場にて登米フードフェスティバルを開催しております。登米市内外の名物やエイドステーションで出されたグルメを販売いたします。また、「うめえもん市」で販売するうめえもんの中から、お客様の投票で「うめがった賞」が決定します。投票場所は本部テント隣の投票・抽選テントになります。

## ■ 東北日本酒フェスティバルについて

同会場にて東北日本酒フェスティバルを開催しております。完走賞としてお渡しするチケットで利き酒をお楽しみいただけます。レース後すぐの飲酒は危険ですのでご注意ください。ランナー、ボランティア共に飲酒をしての参加は認めておりません。なお、車を運転される方の飲酒は固くお断りします。

## ■ その他のイベントについて

「東北風土ツーリズム」「東北Food Night」へご参加の方は、別途お送りいたします案内をご確認ください。

## ■ シャトルバスについて

下記のとおり各バス乗り場から長沼フートピア公園へのシャトルバスを運行いたします。

バス乗り場/ 所要時間	3月18日(土)		3月19日(日)	
	各バス乗り場発	長沼フートピア公園発	各バス乗り場発	長沼フートピア公園発
くりこま高原駅 約30分	9:30より列車の発着に 合わせて運行 最終は15:10発	12:00より1時間おきに 運行 最終は16:00発	6:00より列車の発着に 合わせて運行 最終は12:10発	10:00~16:00の間に 順次運行
瀬峰駅 約20分	9:20より列車の発着に 合わせて運行 最終は15:50発	12:00より1時間おきに 運行 最終は16:45発	7:05より列車の発着に 合わせて運行 最終は12:00発	10:00~16:00の間に 順次運行
登米市役所 約15分	9:00より順次運行 最終は16:00発	12:00より順次運行 最終は17:00発	6:30より順次運行 最終は12:30発 ※混雑時はランナー優先	10:00~16:00の間に 順次運行

※市役所の駐車場は事前に申込みが必要です。お申込みのない方は停めることは出来ません。

## ■ アクセスマップ 住所：〒987-0513 宮城県登米市迫町北方天形161-84



## ■ みなさまへのお願い

大会を支えるボランティアへあなたの地元ならではのお土産でお返しをしてみませんか？お土産は活動しているボランティアへ届けさせていただきます。大会の受付に簡単なメッセージなどを添えてスタート前にお持ちください。生もの、日持ちのしないお菓子などはご遠慮ください。ボランティア活動の合間に食べられるようなものが助かります。よろしくお願いたします。

## 東北風土マラソン&フェスティバル2017実行委員会

メール: info@tohokumarathon.com

Facebook: www.facebook.com/saketohoku

HP: tohokumarathon.com/

Twitter: @tohokufestival

# 東北風土マラソン Tohoku Food Marathon 2017

日程: 2017.03.18(土)

## リレーマラソン参加案内

会場: 長沼フートピア公園

〒987-0513 宮城県登米市迫町北方天形161-84

## ■ 受付について

2017年3月18日(土) 10:00~11:30

場所: 長沼フートピア公園受付テント

同封の受付表に必要事項をご記入の上お持ちください。受付では、パンフレット等をお渡しします。

## ■ 大会スケジュールについて

10:00 受付開始

12:00 リレーマラソンスタート

14:05 リレーマラソン表彰式

14:15 ベスト・コスチューム賞表彰

14:30 リレーマラソン制限時間

## ■ ナンバーカードについて

同封しているナンバーカードおよびたすきを当日必ずお持ちください。ナンバーカードと共に安全ピンも同封していますのでご利用ください。

## ■ たすきについて

同封しているたすきには記録計測用チップが入っています。チップを外さないようにして当日必ずお持ちください。たすきはゴール後回収いたしますので、近くのスタッフへ渡してください。紛失や返却がなかった場合には後日実費をご請求させていただきます。持ち帰ってしまった場合には、後日下記住所までご返送ください。送料はご負担ください。

返送先 〒206-0802 東京都稲城市東長沼2120-6 グランヴェルジェ104 ネオシステム株式会社

## ■ 記録について

ゴール後にタイムの入った記録証を発行いたします。当日のみの発行になります。順位につきましては、後日ホームページにて発表いたします。(http://tohokumarathon.com/)

## ■ 表彰について

上位1位~3位の表彰をいたします。その他ベスト・コスチューム賞として、入賞した方には賞品を差し上げます。

## ■ 更衣室について

屋外に更衣テントを設けております。スペースに限りがあり、混雑も予想されますので、ご了承ください。

## ■ 手荷物預かりについて

手荷物預かりは行いません。各チームで管理していただきますようお願いいたします。

## ■ トイレについて

メイン会場内に仮設トイレを設置しておりますが台数に限りがありスタート前は混雑が予想されます。ご来場前に各駅のトイレやコンビニ等もご利用になってお越してください。ご協力をお願いいたします。

## ■ ウォーミングアップについて

ウォーミングアップ(準備体操)やストレッチをしっかり行ってからスタートしてください。

## ■ 駐車場について

駐車場は事前申込みをした方のみご利用いただけます。お申込みの方には駐車証を同封しておりますので「駐車場のご案内」をご確認のうえ、必要事項を記入して駐車証をフロントガラスの見やすい所に表示してください。また、飲酒運転防止のため、運転手の方は同封しているリストバンドをお付けください。

※同会場は東北日本酒フェスティバルも開催されます。運転される方の飲酒は固くお断りします。

※大会会場周辺、またはコース周辺への路上駐車は他の方のご迷惑となりますので、必ず駐車場をご利用ください。

## ■ 雨天時について

雨天決行です(一部サービスの中止、変更があることもございます)。天変地異などや事故などやむを得ない状況において中止をする場合には、当日朝5:00にホームページ(<http://tohokumarathon.com/>)、Facebookページ(<https://www.facebook.com/saketohoku>)にてお知らせします。なお、中止の場合でも参加費の返金はいたしません。大会前日、当日の天候によってはメイン会場やコースの状態が悪いこともあります。コースの状態が悪い場合には、予めお知らせしているコースから一部変更する場合がございます。

## ■ 仮装について

本大会は仮装ランナーを表彰するベスト・コスチューム賞を設けています。ぜひ、思い思いの仮装でご参加ください。今年のテーマは「物語と伝説」です。大会会場、及びコース上で、他のランナーの迷惑となる場合や、公序良俗に反すると主催者が判断した場合は、着替えていただく場合があります。また、熱中症の危険があると判断した場合や、競技続行に支障があると判断された場合には、競技中止をお願いすることがあります。ベスト・コスチューム賞には当日、エントリーが必要です。エントリーは、受付テント横で10:00~11:30の間で受け付けております。

## ■ マナーについて

ごみはなるべく持ち帰りいただきますようご協力お願いします。なお、エコステーションに捨てる場合には分別をお願いします。

## ■ 健康管理について

朝食は必ず摂ってきてください。また、熱中症予防のため、こまめに水分補給をしてください。メイン会場内に給水所を用意しています。当日少しでも体調がすぐれない時は、無理をせず出走をお見送りください。

## ■ ウォーミングアップ・クールダウンについて

ウォーミングアップ(準備体操)やストレッチ、クールダウンをしっかりと行ってください。18日(土)ステージにて11:25から「ダンス教室」を行います。14:25から「ヨガレッジ(ヨガ+ストレッチ)」を行います。ぜひご参加ください。

## ■ 大会中の記念撮影、映像、エントリー時のお名前について

大会中に撮影しました写真、映像は、大会終了後ホームページや次大会の募集チラシ、ポスター、雑誌、マスメディアなどの掲載に使います。また、後日ホームページにエントリー時のお名前、チーム名で記録・順位の掲載もいたします。予めご了承ください。

## ■ ボディーメンテナンスについて

今年もメイン会場ゴール地点付近に、3月18日、19日両日、ロミスウェディッシュ・マッサージ部隊によるメンテナンスマッサージブースを設置します。料金は15分1,500円です。

## ■ 登米フードフェスティバルについて

同会場にて登米フードフェスティバルを開催しております。登米市内外の名物やエイドステーションで出されたグルメを販売いたします。また、「うめえもん市」で販売するうめえもんの中から、お客様の投票で「うめがった賞」が決定します。投票場所は本部テント隣の投票・抽選テントになります。

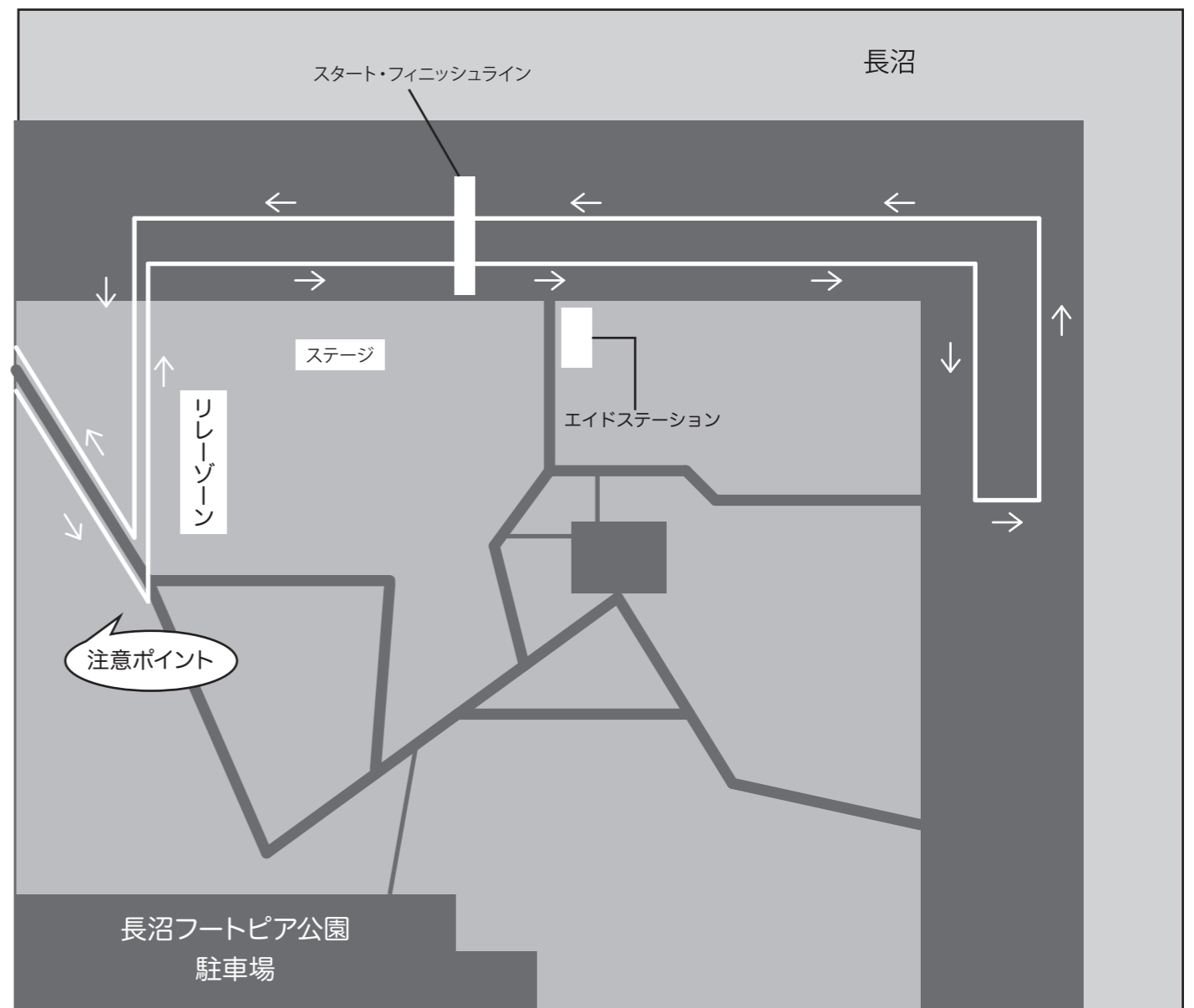
## ■ 東北日本酒フェスティバルについて

同会場にて東北日本酒フェスティバルを開催しております。完走賞としてお渡しするチケットで利き酒をお楽しみいただけます。レース後すぐの飲酒は危険ですのでご注意ください。ランナー、ボランティア共に飲酒をしての参加は認めておりません。なお、車を運転される方の飲酒は固くお断りします。

## ■ その他のイベントについて

「東北風土ツーリズム」「東北Food Night」へご参加の方は、別途お送りいたします案内をご確認ください。

## ■ コースマップ



## ■ 注意点

路面の悪い急な坂道ですので無理に抜かそうとしたりスピードを出したりせず、ゆっくり走ってください。

## ■ 競技ルール

- ・ハーフマラソンの距離(約21km)をたすきをつないで何分で走るかを競います。制限時間は2時間30分です。
- ・1周はメイン会場の長沼フットピア公園を中心とした約1.5kmの周回コースです。
- ・チーム内での走る順番、走る回数は各チーム内で自由にお決めください。
- ・1人が続けて2周以上走ってもかまいません。チームメンバーは必ず1人1周は走ってください。