

1 競技日程およびスタートリストを確認してください。

スタートリストに間違いがある場合は、9月18日（金）17:00 までにメールにて連絡してください。
(idaten.fukushima@gmail.com)

名前やフリガナ、所属の訂正は
下記 QR コードからお願いします。

【プロ訂正】



<https://forms.gle/dVafyDBw3ZcNLABUA>

棄権が分かっている場合は
下記 QR コードからお願いします。

【棄権届】



<https://forms.gle/zPE4u22Qj3EsQyiN7>

2 各自、胸ナンバーカードと背ナンバーカード、安全ピン（12本）を準備してください。

（番号はレーン番号1～30）

※当日ナンバーカードを忘れた者には、受付にて白布を販売する（2枚1組500円）

3 開門および閉門について

開門 14時 閉門 20時45分

運動公園は21時に閉門となりますので、21時までに敷地外に出てください。

（運動公園のゲートが閉まりますので、21時以降は車も出入り不可）

4 受付について（14時10分から16時10分）

いわき陸上競技場100mスタート地点付近にて、受付を行ってください。

その際、エントリー料を納入してください。※プロは配布しません。

また、以下の各場合も受付に申し出てください。

○棄権がわかっている場合 ○プログラムの訂正がある場合 ○領収書が必要な場合

5 招集について

招集所は設置しません。

それぞれの招集完了時刻（競技日程開始時刻10分前）までに、スタート地点付近で出発係による胸ナンバーカードと背ナンバーカードの確認を受けてください。その際、シール式腰ナンバーカードを受け取り、右腰につけてください。（競技中に剥がれることがありますので、安全ピンで留めてください）
※ナンバーカードは周回の確認と着順の判定に使用しますので、太字（2cm）で書いてください。

6 規定外シューズについて

規定外シューズ（靴底が20mmより厚いシューズなど）の使用はできません。

詳しくは世界陸連のホームページで確認してください。

7 ペーシングライトについて

男子3000m、女子3000m、男子5000mにおいて、ペーシングライトを使用する予定です。
各組のペースは下記の通りです。ただし、当日ペースを変更する場合があります。

組	A (赤色)	B (青色)	C (緑色)	D (黄色)
男子 3000m1 組	10 分 00 秒	10 分 20 秒	10 分 40 秒	11 分 00 秒
男子 3000m2 組	09 分 30 秒	09 分 45 秒	10 分 00 秒	10 分 15 秒
男子 3000m3 組	09 分 10 秒	09 分 25 秒	09 分 40 秒	09 分 55 秒
男子 3000m4 組	08 分 50 秒	09 分 05 秒	09 分 20 秒	09 分 35 秒
男子 3000m5 組	08 分 35 秒	08 分 50 秒	09 分 05 秒	09 分 20 秒
女子 3000m1 組	10 分 50 秒	11 分 10 秒	11 分 30 秒	11 分 50 秒
女子 3000m2 組	09 分 55 秒	10 分 10 秒	10 分 25 秒	10 分 40 秒
男子 5000m1 組	16 分 40 秒	17 分 10 秒	17 分 40 秒	18 分 10 秒
男子 5000m2 組	15 分 30 秒	15 分 50 秒	16 分 10 秒	16 分 30 秒
男子 5000m3 組	14 分 20 秒	14 分 40 秒	15 分 00 秒	15 分 20 秒

8 観戦について

正面スタンド、バックスタンド、芝スタンドで観戦可能です。

さらにトラックの5レーンより外側を、競技運営に支障のない範囲で、観戦エリアとします。

競技役員、アナウンスの指示に従ってください。ただし、ホームストレートは除きます。

また、正面スタンド室内走路およびバックスタンド室内走路での場所取りは禁止とします。

9 保険について

主催者において参加者全員が被保険者として、スポーツ保険に加入します。また、主催者側は事故に対する応急処置はしますが、その後の責任は負いません。

10 ゴミは持ち帰りです。ご協力をお願いします。