

第9回榛名湖マラソン 大会要項

主 催	榛名湖マラソン実行委員会、一般財団法人群馬陸上競技協会、高崎市陸上競技協会
共 催	高崎市、高崎市教育委員会、高崎市スポーツ協会、榛名地域スポーツ振興会
後 援	調整中
主 管	高崎市陸上競技協会
運営協力	調整中
特別協賛	調整中
日 時	2021年9月26日（日）雨天決行 午前8時50分開会式 午前9時00分スタート
コ ー ス	高崎市榛名湖畔マラソンコース 42.195km（日本陸上競技連盟公認コース） 榛名山ロープウェイ前スタート・県立榛名公園駐車場前ゴール
部 門	①男子29歳以下の部 ②男子30歳代の部 ③男子40歳代の部 ④男子50歳代の部 ⑤男子60歳以上の部 ⑥女子39歳以下の部 ⑦女子40歳以上の部 ※年齢区分は、大会当日を基準とします
競技規則	2021年度日本陸上競技連盟競技規則及び本大会規定により行います
制限時間	6時間 ※制限時間は、号砲を基準とします ※交通・警備上、関門閉鎖時刻を設けます （ゴール地点において、5時間を越えて次の周回へは進めません） ※関門以外においても著しく遅れた場合は、競技を中止していただきます
定 員	2,000人
参加資格	平成15年（2003年）4月1日以前に生まれの方で健康に自信のある方
表彰内訳	（1）各部門とも1位から8位までを表彰します （2）参加者全員に榛名地域をはじめとする高崎市内の様々な店舗で使える買い物チケットを差し上げます。また完走者にはWEB完走証を発行いたします ※表彰式は行いません。入賞者に対し、随時賞状・賞品を授与します。また、大会結果は後日高崎市ホームページに掲載します
参 加 料	6,000円
申込方法	参加者は、別記の申込規約に必ず同意の上、次の方法でお申し込みください インターネット https://runnet.jp （コンビニ・クレジットカード支払い等）からの申し込み※受付後のキャンセルはできません
申込期間	2021年7月16日（金）～8月2日（月） ※申込期間内であっても定員になり次第締め切ります

事前発送物	ナンバーカード・計測チップ・参加賞等を大会の20日前までにエントリー時に登録いただいた住所に事前発送いたします。なお、「お仲間・ご家族エントリー」にてお申込みされた場合は、代表者様への一括送付となります。個別送付を希望される場合は、「通常エントリー」でお申込みください
集合時間	9月26日（日）午前8時10分～8時40分 場所：県立榛名公園駐車場（榛名山ロープウェイ前）
注意事項	（1）スペシャルドリンクは受け付けませんので、エイドステーション（給水所）にて主催者が用意する水等（ペットボトル）をご利用ください （2）例年行っている前日受付及び当日受付は実施しません。当日はナンバーカード、計測チップの2点を装着し、スタートエリアに集合してください。その際、主会場入口等に設置する検温・消毒ゲートを必ず通過してください。併せて、事前に発送する「感染症対策チェックシート及び誓約書」を提出してください （3）競技中の事故については、応急処置のみ主催者側で行いその後の責任は一切負いません （4）参加者は、必ず「申し込み時健康チェックリスト」を確認してお申し込みください。また、大会当日は「スタート前チェックリスト」を必ず確認して、出走を判断してください （5）主催者が、傷害保険に加入いたします。補償内容に不安がある方は、各自で新たに保険に加入されるようお願いいたします （6）参加者は、万一の事故等に備え、保険証を持参してください （7）参加者は、競技役員・大会運営関係の指示に従ってください （8）記録は、チップにて計測します。チップはフィニッシュ後回収します。出走されなかった場合や、返却せず誤って持ち帰ってしまった場合は事務局までお送りください。返却されない場合は実費を請求させていただきます （9）「ナンバーカード」、「計測チップ」をお忘れの場合は、再発行手数料1,000円をいただきます
送迎バス	大会当日、高崎駅からの無料送迎バスを希望される方は、エントリー時にお申し込みください ※行き 高崎駅東口（ヤマダ電機LABI1高崎前集合）午前6時15分運行開始 午前7時15分最終便出発 ※帰り 午後1時00分から満員になり次第、随時出発します。（多目的グラウンド発、最終便午後4時30分出発）
駐車場	自家用車を利用の場合は、駐車券を発行しますのでエントリー時にお申し込みください ※会場周辺駐車場または無料送迎バス付き駐車場をご案内致します。なお、駐車場の指定はできません。なお、駐車場によっては交通規制が解除されるまで車を出すことができません ※高崎駅からの無料送迎バスと重複して申し込むことはできません
その他	（1）招集のブロックは、申告予想タイムにより分けさせていただきます （2）エイドステーションは、周回コース上に2箇所（ビジターセンター前と榛名湖温泉ゆうすげ前、約4km間隔）と給水所が2箇所あります。提供する食品は新型コロナウイルス感染症防止対策により個包装の物を提供する予定です。種類・数量には限りがありますので、必要に応じてご自身で準備してください （3）距離表示は1km毎にあります （4）日本陸上競技連盟登録者は、登録陸協名・所属名・登録番号をエントリー時に記入してください。また、公認記録証が必要な方は、当日受付にて申請してください。

発行手数料として200円が掛かります

- (5) 日本陸上競技連盟登録競技者は、40mmを越える靴底のシューズは使えません
- (6) 榛名湖旅館業組合加盟店に宿泊の場合は、特別割引が受けられます
ご宿泊の問い合わせ先：TEL027-374-9107（榛名湖旅館業組合：旅館高原）
- (7) 榛名湖温泉ゆうすげの入浴料割引サービスがあります
※例年運行している無料シャトルバスは運行しません
- (7) 大会についてのお問い合わせ先
〒370-3392 群馬県高崎市下室田町900-1
高崎市榛名支所地域振興課内榛名湖マラソン実行委員会事務局
TEL027-374-6715(平日8:30~17:15) FAX027-374-5035

申込規約

- (1) 自己都合による申込後の種目変更、キャンセルはできません。また、過剰入金・重複入金の返金はいたしません
- (2) 私は、心疾患・疾病等なく、健康に留意し、十分なトレーニングをして大会に臨みます。傷病、事故、紛失等に対し、自己の責任において大会に参加します
- (3) 私は、大会開催中に主催者より競技続行に支障があると判断された場合、主催者の競技中止の指示に直ちに従います。また、その他、主催者の安全管理・大会運営上の指示に従います
- (4) 私は、大会開催中に傷病が発生した場合、応急手当を受けることに異議ありません。その方法、経過等について、主催者の責任を問いません
- (5) 私は、大会開催中の事故、紛失、傷病等に関し、主催者の責任を免除し、損害賠償等の請求を行いません
- (6) 私は、新型コロナウイルスなどの疫病・地震・風水害・事件・事故等による大会内容の縮小や変更・中止、通知の方法、返金方法等については主催者の判断、決定に従います。なお、大会開催中止の場合、参加費は下記の通り返金となることに同意します
 - ・ 8月20日までに中止決定 全額返金
 - ・ 9月 2日までに中止決定 50%返金
 - ・ 9月 3日以降に中止決定 返金なし
- (7) 大会開催中の事故・傷病への補償は大会側が加入した保険の範囲内であることを了承します
- (8) 私の家族・親族、保護者（参加者が未成年の場合）、またはチームメンバー（代表者エントリーの場合）は、本大会への参加を承諾しています
- (9) 年齢・性別等の虚偽申告、申込者本人以外の出場（代理出走）はいたしません。それらが発覚した場合、出場・表彰の取り消し、次回以降の資格はく奪等、主催者の決定に従います。また、主催者は、虚偽申告・代理出走者に対して救護・返金等一切の責任を負いかねます
- (10) 大会の映像・写真・記事・記録等における氏名・年齢・性別・記録・肖像等の個人情報、新聞・テレビ・雑誌・インターネット・パンフレット等に報道・掲載・利用されることを承諾します。また、その掲載権・使用权は主催者に属します
- (11) 大会申込者の個人情報の取扱いは、別途記載する主催者の規約に則ります
- (12) 上記の申込規約の他、主催者が別途定める大会規約に則ります（齟齬（そご）がある場合は大会規約が優先します）

個人情報

主催者は、個人情報の重要性を認識し、個人情報保護に関する法律及び関連法令等を厳守し、主催者の個人情報保護方針に基づき、個人情報を取り扱います。個人情報は、大会参加者へのサービスを目的に、参加案内、関連情報の通知、次回大会の案内、大会協賛・協力・関係団体からのサービスの提供、記録発表（ランキング等）に利用いたします。また、主催者もしくは委託先からの申込内容に関する確認連絡をさせていただくことがあります。

新型コロナウイルス感染症拡大防止特別申込規約

- (1) 大会当日時点において、緊急事態宣言地域及びまん延防止等重点措置の対象となっている地域の皆様は、大会参加の自粛をお願いします。その場合、参加費は手数料を除き、全額返金します
- (2) 主催者は、競技運営目的以外に、感染症予防対策目的に個人情報保健所・医療機関などのこれらの情報を必要とする第三者へ提供することがあります
- (3) 主催者による、新型コロナウイルス感染拡大防止のための指示に従わない参加者には、他の参加者の安全性を確保するために、出走を取り消したり、途中競技中止、会場での待機、会場からの退出を求めることがあります
- (4) 65歳以上の方、基礎疾患を有する方は新型コロナウイルス感染により重症化するリスクが高いことを認識した上でご参加をお願いします
- (5) 大会2週間前から健康状態を確認し、結果を記載した「感染症対策チェックシート及び誓約書」を大会当日に提出していただきます
- (6) 主催者は、今回取得した感染防止チェックリスト等の健康管理、感染防止上の個人情報を、大会終了後1か月間保管します
- (7) 大会終了後2週間以内に新型コロナウイルス感染症を発症した場合は、主催者に対して速やかに連絡し、同時に濃厚接触者の有無についても報告してください
- (8) 後日参加者、大会関係者の中から感染者が出た場合には、保健所などの聞き取り調査にご協力いただく場合があります
- (9) 主催者は、厚生労働省新型コロナウイルス接触確認アプリ「COCOA」の利用を推奨しておりますので、インストールをして利用することについてご協力をお願いします
- (10) 参加者が以下の事項に該当する場合は、参加を見合わせていただきます
 - ・37.5度以上の発熱がある場合※大会当日、検温ゲートにて検温を行います
 - ・せき、痰、のどの痛みなど風邪の症状のある場合
 - ・倦怠感や息苦しさを覚える場合
 - ・嗅覚や味覚に異常を感じる場合
 - ・新型コロナウイルス感染陽性者と濃厚接触のあった場合
 - ・同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がいる場合
 - ・糖尿病などの基礎疾患があり、体調に不安のある場合
 - ・過去14日以内に政府から入国制限、入国後の観察期間を必要とされている国、地域等への渡航又は当該在住者との濃厚接触がある場合※いずれの場合も参加費の返金はいりません。
- (11) 会場ではこまめな手洗い、アルコール等による手指消毒を実施してください
- (12) 他の参加者、主催者スタッフとの距離（できるだけ2m以上）を確保してください（障がい者の誘導や介助を行う場合を除く）
- (13) 大会中は緊急時を除き、会場やコースにおいて大きな声で会話、応援をしないでください
- (14) 会場で飲食を行う場合は、手洗いや手指消毒をした上で周囲の人となるべく距離をとって対面を避け、会話は控えめにしてください。また、取り分けや回し飲みはしないでください。エイドステーションで立ち止まって飲食する場合は、一度コースから外れ、飲食後に外れた地点からコースに戻ってレースを再開してください。
- (15) 主催者は感染防止対策を実施しますが、本大会における感染症への感染又は感染者への濃厚接触（これに付随関連して発生する一切の損害を含む）について、一切の責任を負いません
- (16) 選手サポートの為に必要最低限の家族や知人以外の会場への来場、およびチーム単位などでの応援自粛をお願いします。
- (17) 当日は感染防止のために主催者が決めたその他の措置の遵守、主催者の指示に従ってください

【主催者は大会運営において以下の対策を行います】

- (1) ナンバーカード等は事前に各自に発送し、会場での受付は行いません
- (2) 会場にトイレはありますが、使用前後に際して主催者が指示する手指その他の消毒方法に従って

たきます

- (3) スタッフは常時マスク・フェイスシールド・手袋を着用します
- (4) 参加者は競技中以外の会場内ではマスクを着用してください（スタート整列時含む）
- (5) 来場者は常時マスクを着用し、他者と距離を確保してください
- (6) 会場、コースとも給水等の手渡しは行いません
- (7) 途中収容された場合は、主催者指定の手指消毒とマスクを着用いただきます
- (8) 会場にゴミ箱はありません。必ず各自ゴミはお持ち帰りください。また、飲み残しのスポーツドリンク等を会場や路上などへ絶対に捨てないでください

※新型コロナウイルス感染症に関わる上記事項については、大会当日までに変更になる場合があります。
なお、上記事項を守っていただけない場合は、参加者及びスタッフ等の安全を確保する等の観点から大会の参加を取り消したり、途中退場を求めることがあります

市民マラソン・ロードレース申し込み時の健康チェック

【申し込み前に自身で必ず確認してください】

- (A) 下記の項目（１～５）のうち１つでも当てはまる項目があれば、レース参加の可否について、かかりつけ医（※）によく相談してください。かかりつけ医の指導の下、検査や治療を受けてください。レースに参加する場合は、自己責任で行ってください
 - １. 心臓病（心筋梗塞、狭心症、心筋症、弁膜症、先天性心疾患、不整脈など）の診断を受けている、もしくは治療中である
 - ２. 突然、気を失ったこと（失神発作）がある
 - ３. 運動中に胸痛、ふらつきを感じたことがある
 - ４. 血縁者に「いわゆる心臓マヒ」で突然に亡くなった方がいる（突然死）
 - ５. 最近１年以上、健康診断を受けていない
 - (B) 下記の項目（６～９）は、心筋梗塞や狭心症になりやすい危険因子です。当てはまる項目があれば、かかりつけ医に相談してください
 - ６. 血圧が高い（高血圧）
 - ７. 血糖値が高い（糖尿病）
 - ８. LDLコレステロールや中性脂肪が高い（脂質異常症）
 - ９. たばこを吸っている（喫煙）
- (※) かかりつけ医とは、皆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、各種の検査やレース参加などについて相談しましょう

スタート前チェックリスト

（財）日本陸上競技連盟医事委員会

安全にレースをはこぶために、レース当日の体調をスタート前にチェックしましょう。下記項目（１～８）の中で、１つでも当てはまる項目があれば、レース参加を中止するか、慎重にレースに臨んでください

- １. 熱がある、熱感がある
- ２. 疲労感が残っている
- ３. 昨夜の睡眠が充分にとれなかった
- ４. レース前の食事や水分をきちんと摂れなかった
- ５. かぜ症状（微熱、頭痛、のどの痛み、咳、鼻水）がある

6. 胸や背中の不快感や痛みがある。動悸・息切れがある
7. 腹痛、下痢がある。吐き気がある
8. レース運びの見通しが立っていない

事前発送したナンバーカードの裏面に、緊急連絡先の氏名と電話番号を裏面に書いておきましょう

レース中の注意事項

レース中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。ラストスパートは急激に心臓に負担がかかる危険な走り方ですので、余裕を持ってフィニッシュしましょう