

競 技 注 意 事 項

- 1 登録選手は胸背部に各自のナンバーカードをつけること。未登録選手は、主催者の準備するナンバーカードをつけること。なお、各種目8位までの選手は着順カード（ゴール時に配布）に所属・氏名を記入して本部まで提出すること。
- 2 表彰は各種目8位までとする。なお、表彰は随時行う。
- 3 ファミリーコース以外の参加者は、8時30分までに受付を済ませること。同時に参加料の納入をすること。ただし、小学生の部とファミリーコースの部は無料とする。（ファミリーコースの受け付けは11時00分までに済ませる）
- 4 各種目とも、コースを確認して失格にならないように注意すること。
- 5 大会運営上、参加種目は一人1種目とする。
- 6 競技中の事故については応急処置以外の責は負わない。
- 7 競技前後前後には備え付けの消毒液で必ず手指消毒を行い、密にならないように距離をとるなど感染予防・感染拡大防止につとめること。

コースについて（次ページのコース図を参照）

★各コースともトラックを1周半してコースに出る。

★下線（波線）の付いている番号については海岸の砂浜部分を走ること。

● 1000m【小学校男女、ファミリーコース】

S → ⑮ → ① → ② → ③ → ④ → ① → ⑮ → G

● 1800m【中学女子（陸上競技の中・長距離選手はエントリー不可）】

S → ⑮ → ① → ② → ⑤ → ⑥ → ⑦ → ⑧ → ⑦ → ⑥ → ⑤ → ② → ① → ⑮ → G

● 2000m【中学男子（陸上競技の中・長距離選手はエントリー不可）、高校女子（陸上競技の中・長距離選手はエントリー不可）、壮年】

S → ⑮ → ① → ② → ⑤ → ⑥ → ⑦ → ⑧ → ⑨ → ⑧ → ⑦ → ⑥ → ⑤ → ② → ① → ⑮ → G

● 3000m【中学男子、中学女子、高校男子（陸上競技の中・長距離選手はエントリー不可）、一般・高校女子】

S → ⑮ → ① → ② → ⑤ → ⑥ → ⑦ → ⑧ → ⑨ → ⑩ → ⑨ → ⑧ → ⑦ → ⑥ → ⑤ → ② → ① → ⑮

→ G

● 5000m【一般・高校男子】

S → ⑮ → ① → ② → ⑤ → ⑥ → ⑦ → ⑧ → ⑨ → ⑩ → ⑪ → ⑩ → ⑪ → ⑩ → ⑨ → ⑧ → ⑦ → ⑥

→ ⑤ → ② → ① → ⑮ → G