

諸注意・お知らせ事項その1

★**選手の手荷物** : 全部門ともにスタート直前にお預かりします。預ける荷物には所有者が分かるように荷札を結束バンドでとめて下さい。尚、荷物には貴重品や大金を入れないで下さい。(事務局は紛失等の責任を一切負えません)

※E217km L173km部門で途中着替えされる方は

①E部門専用「恐竜体育館」(E105km)あるいはL部門専用「茂木長崎ハウスぶらぶら」(L115km)行

※M80kmS55km部門は

②小浜ゴール(L173km,E217km,80km,55km)行の荷物をお預かりします。(7ページ参照)。

★**ゼッケン** : 217kmE、173kmL、55kmS、80kmM部門のすべて胸用、背用2枚です。(E,L部門の方は中継施設で着替える時はゼッケンを付け替えてください。)背面用には各自コメントを書く欄を設けていますので、事前にコメントを考えておいてスタート前までに記入してアピールしてください。受付場所にマジックペンを用意しています。このコメントなどをお書きください。なお今回は感染防止のために声かけを自粛してください。



これは背中用です

自由にコメントやイラストを書く。

ゼッケンのQRコードを通過指定場所のエイドで読取して通過時間を計測します。各エイドでスマホ等で読取を行いますので何卒ご協力のほどをお願いします。個人通過記録表の作成と完走証作成には欠かせませんのでQRコードの表示のあるゼッケンはすぐに読み取れるように装着をお願いします。

★**S・M部門スタート** : 全部門密防止のために一斉スタートは致しません。

アリースタートの方から受付が終わり次第スタートチェックのQRコードを読み込んだら順次スタートしてください。速く走りたいとは思いますが、3km付近の蛍茶屋から本河内旧道(明治新道)に入るまでは競走しないでください。M80km部門の方も同様です。特にサブスリーランナーの方は06:00スタートをお願いしています。飽の浦付近までは十分に車両に注意して走行してください。

★**E・L部門スタート** : 全部門密防止のために一斉スタートは致しません。走力実力スタート制にしてどなたもエイドが行き渡るようにしています。もし事務局が読み違いをして速い選手を早いスタートにしている場合があるかもしれません。その時は必ず4/15までに申し出てスタート修正申告をしてください。(4ページ参照)。

★**携帯すべきもの** : コースマップ、キーワードシート(この案内書に同封しています。)、携帯電話、健康保険証、小銭

★**コースアウトの防止** : せっかくの力走もコースアウトで記録なしで終わってしまう方が毎回いらっしゃいます。コースには白線や立て看板を極力設置しますが、直前の雨で白線が流れたりする場合があります。

必ずコースマップを持って走り、分岐点で迷ったら必ず見て確認すること！！

★**通過証明チェックポイント** : 全部門全コースに通過チェック箇所を設けています。全パンチシートにキーワードを書き写ししなければ完走とみなされません。(4ページ参照)。写メで撮っておいてあとで書き写しても可。

★**E・L部門のトイレ情報** : E217km L173km部門の方は野母崎半島の夜間走行時間帯はトイレ箇所に留意してください。トイレのある所は、自転車道入口(E136.6km L92.5km)、中間エイドの川原憩いの家エイド(E143km L98.3km)、茂木ハウスぶらぶら(E159.2km L115.6km)、茂木バス停、茂木支所M部門エイド前に新しいローソンができました。から100m先のきずな道路公園にもあります。そこから日見公園(E173.6km L130km)までの間にはトイレがありません。日見公園近くにはローソン、ファミマ、セブンイレブンのコンビニがあります。

*全部門のじゃがいも農道(E189km L145km M52km S27k付近)には二箇所トイレがあります。

*トイレ情報・エイド情報・距離確認などは同封のハンドコースマップを活用してください。

★**ゴール手前のご注意** : ゴール手前3kmの北村付近で国道251号線と合流します。合流してからは海側の歩道を走行していただきますが、3km先の南本町公民館は道路の左側にあります。この国道を横断せねばなりません。横断する時は必ず横断歩道のある所で横断してください。雲仙登山道西口交差点以降の3箇所の横断歩道をお渡りください。*特にこの部分の国道は直線が長いので、車両がスピードを出していますので、十分な注意が必要です。雨天の場合は特にご注意ください。

★**ゴール地点の入浴について** : ゴール地点の裏通りには「脇浜共同浴場(おたっちゃん湯)」があります。200円くらい。(古式蒼然とした昔懐かしい銭湯。) 再開された「望洋荘」は団体割引料金で入浴出るように交渉中です。また小浜温泉の各旅館ではほとんど日帰り入浴できます。

★**保険関係** : 万が一のケガなどの場合に備えて健康保険証をご持参ください。当大会は事故に備えてマラソン保険に加入しています。(ボラの方も対象) 保険適用はスタートしてからゴールするまでの怪我や熱中症などでの通院入院に対応します。

*通院入院が対象なので、緊急病院などで治療を受けた場合の初診費用などの立替をするものではありません。

ゼッケンに赤十字マークの入っている方は医療従事者か救急救命講座受講者のランナーの方です。レース中に危急事態に陥ったランナーに遭遇した場合は、緊急蘇生措置の御協力をお願いします。