

新潟ハーフマラソン2019

～Run My Way～

2019. 3. 17日

参加案内

このたびは「新潟ハーフマラソン2019」にお申込みいただき、ありがとうございます。
参加案内をよくお読みいただき、当日はベストコンディションで臨めるようにしましょう。
大会関係者一同、お待ちしております。

大会関連イベント

3月16日(土)	13:00～15:30	第31回ランニング学会大会 ～市民ランナーのトレーニングを探る：乳酸の活用～	会場/NSG学生総合プラザSTEP 詳細・申し込みはこちら→
	11:00～16:00 (予定)	Denka presents JAAF プレミアムランニングセミナー等	会場/イオン新潟南1Fイベント広場 ※詳細は大会公式HPをご覧ください。

大会当日の日程 ※当日のランナー受付は行いません。

3月17日(日)	5:30	駐車場 開場	第1駐車場、第3駐車場、第4駐車場、鍋湯駐車場
	6:00	ビッグスワンスタンド 開門	
	7:00	総合案内 開設	第2ゲート前
	7:00	更衣室 開設	2Fスタンド
	7:00～8:40	手荷物預かり所 受付	2Fスタンド
	7:00～8:20	ウォームアップエリア 開放	デンカビッグスワンスタジアム
	8:20～8:45	スタート整列	スポーツ公園
	9:00	スタート	
	12:00	競技終了	

テレビ放映(大会特番)

3月23日(土)	16:00～16:30 (予定)	BSN新潟放送(6チャンネル)
----------	------------------	-----------------

大会公式HP&フェイスブックで
最新情報をチェックしよう!



大会公式HP



フェイスブック

<https://n-halfmarathon.jp/>

持ち運びに便利!

デジタル
参加案内は
こちらから!



開催可否告知について

災害・悪天候などによる開催可否発表は下記の通りです。

【テレビ】BSN新潟放送(6チャンネル) 午前5時45分放送
【大会公式HP】午前5時30分

記録が狙える
高速コース!

トップランナーも
多数出場!

ビッグスワンスタジアム発着
日本陸連公認コース!

初心者にも安心
制限時間3時間!

手荷物預かり
無料サービス!

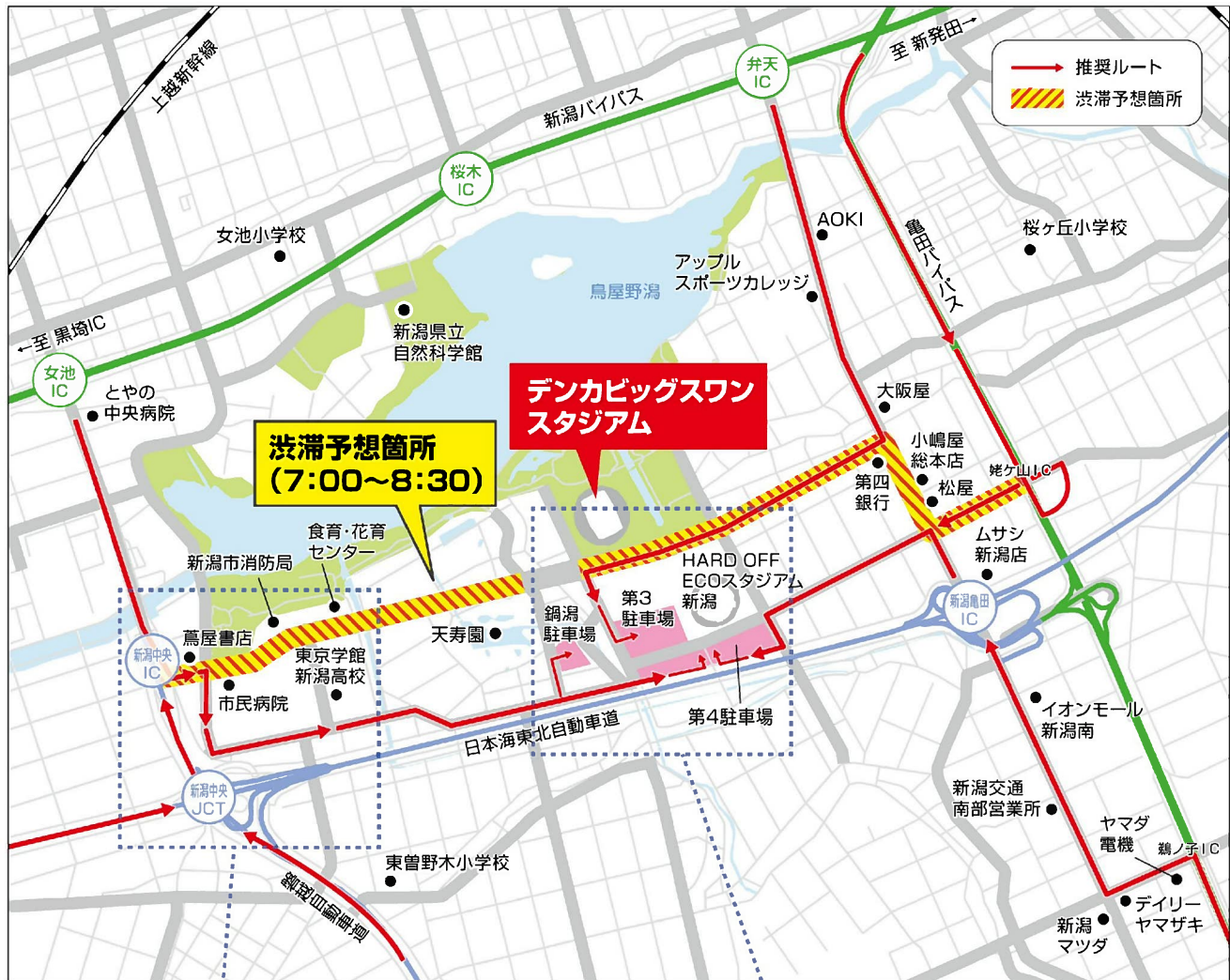
〈大会に関するお問い合わせ先〉 一般財団法人 新潟陸上競技協会

新潟市中央区清五郎67番地12 デンカビッグスワンスタジアム内 TEL 025-257-7636 (月～金10～15時、土日祝除く) FAX 025-257-7691 Eメール nrkk@guitar.ocn.ne.jp

Daiwa House®	Daiwa Living®	LIVING GALLERY LIFE STYLE GALLERY	Denka	エリ、そう、ちから。 東北電力
石本酒造	Always Security Of 新潟総合警備保障	三幸製菓	AlbirexRC	ココカラファン ココロ、カラダ、ゲンキ。

交通アクセス

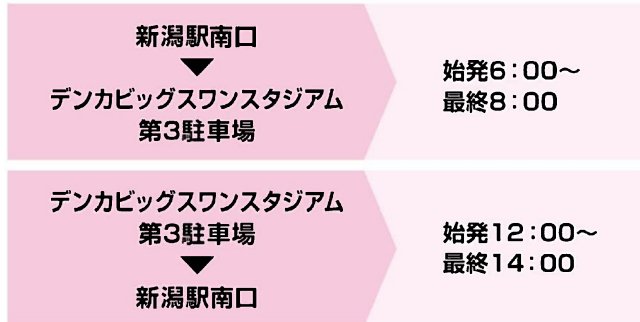
- ・ 駐車場周辺は混雑が予想されます。時間に余裕を持ってお越しください。
- ・ 会場周辺には交通整理の警備員がいます。警備員の指示に従い走行して下さい。
- ・ 渋滞緩和のため下記推奨ルートを通行するようご協力をお願い致します。
- ・ 応援者の方は鍋湯駐車場をご利用ください。



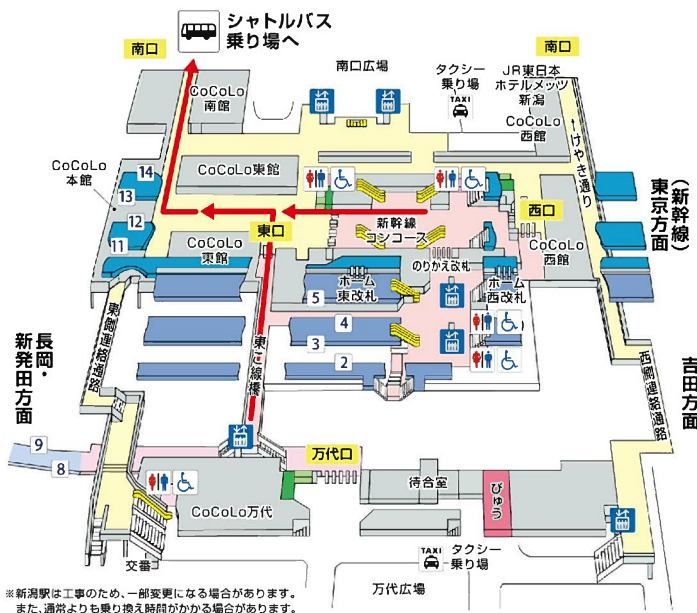
無料シャトルバス

大会当日は、「新潟駅南口シャトルバス停留所」から「デンカビッグスワンスタジアム第3駐車場」の間を無料シャトルバスが運行します。

※無料シャトルバスは随時出発します。

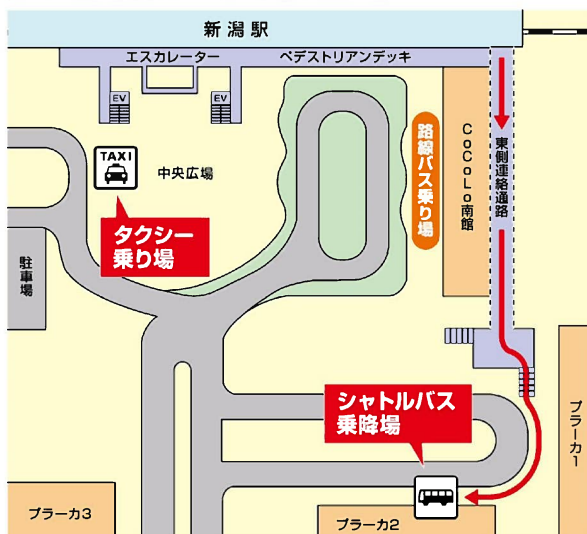


【JR新潟駅 構内図】



※新潟駅は工事のため、一部変更になる場合があります。また、通常よりも乗り換え時間がかかる場合があります。

【JR新潟駅南口 乗り場案内図】



お車をご利用の方

車でお越しの際には、「デンカビッグスワンスタジアム」「新潟県スポーツ公園」「HARD OFF ECOスタジアム新潟」などの道路標識を目印にお越しください。

一般道よりお越しの場合

- ①国道8号新潟バイパス
「女池I.C.」下車→デンカビッグスワンスタジアム(約5分)
- ②国道49号亀田バイパス
「姥ヶ山I.C.」下車→デンカビッグスワンスタジアム(約7分)

高速道路よりお越しの場合

- ①北陸自動車道 / 磐越自動車道
「新潟中央I.C.」下車→デンカビッグスワンスタジアム(約5分)
- ②日本海東北自動車道
「新潟亀田I.C.」下車→デンカビッグスワンスタジアム(約5分)

駐車場/シャトルバス・タクシー乗降場/駐輪場



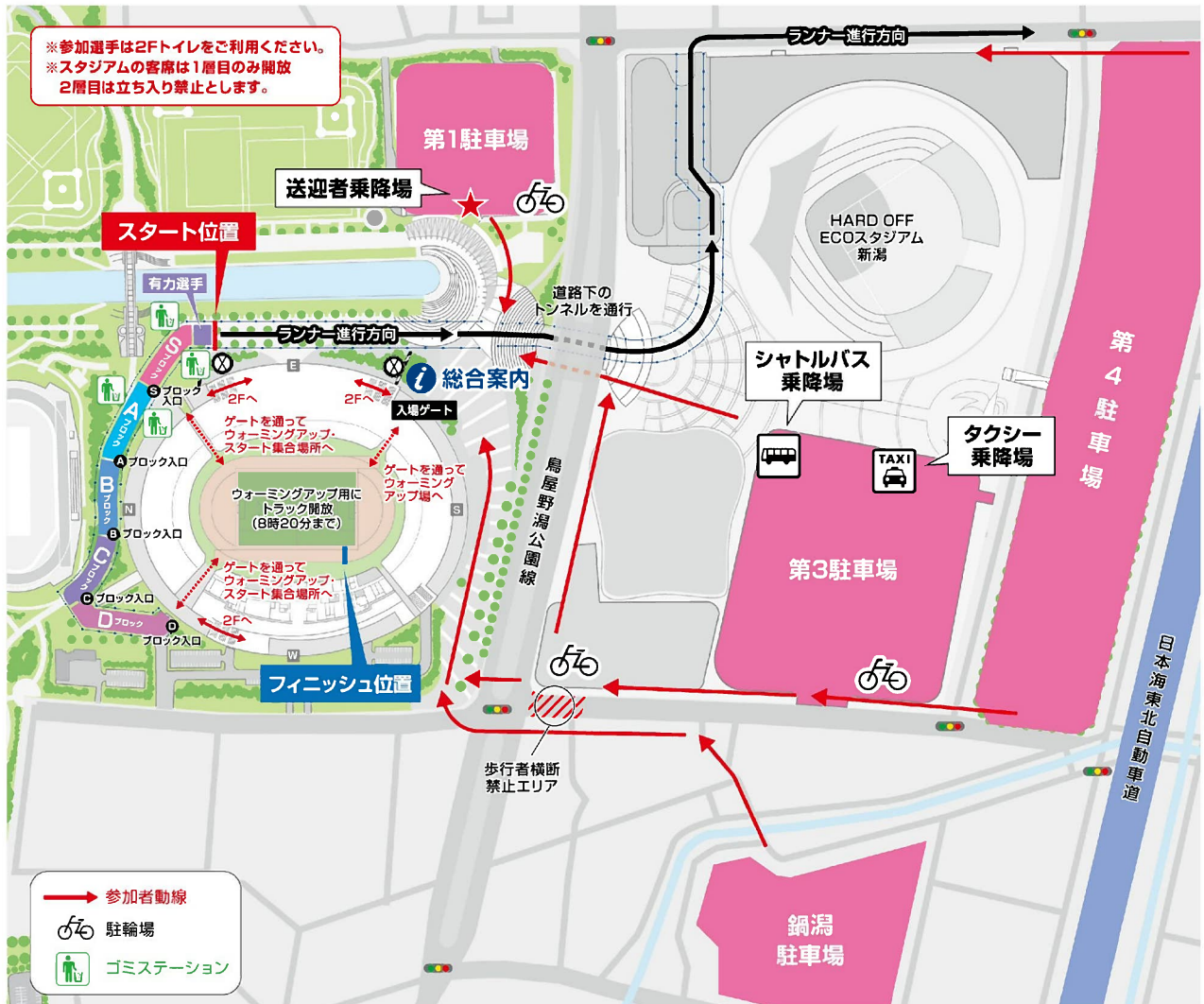
送迎車乗降場

送迎車乗降場はスポーツ公園第1駐車場にあります。一般道での乗降は他の車両の迷惑となりますので、ご注意ください。



会場マップ

■会場周辺マップ



- ・8時45分までに、スタートブロックへ集合してください。
- ・スタートエリアには、ランナー以外は入れません。
- ・進入禁止エリアには関係者以外立入禁止です。
- ・健康相談所は2Fバックスタンドへ設置します。
- ・スタンドには応援旗、横幕、のぼり等の設置は禁止です。
- ・スポーツ公園内に許可がないテントの設置は禁止です。
- ・主催者の許可がないドローンの使用は禁止します。
- ・参加ランナーは2Fトイレをご利用ください。

必ず持参するもの

① ナンバーカード



② 計測チップ



③ 手荷物専用袋



④ 手荷物専用シール



⑤ 駐車許可証



- ・ナンバーカードは、競技中に確認できるように胸部と背部の2箇所、安全ピンで確実に取り付けてください。
- ・ナンバーカードが未装着の場合、出走できません。
- ・計測チップは靴へ必ず装着してください。(装着していない場合は計測されません。)
- ・紐のないシューズなど計測チップの装着ができないシューズの方は総合案内にお越しください。
- ・ナンバーカード・計測チップ忘れは総合案内で有料にて再発行いたします。
- ・棄権をする場合は計測チップに同封された返送用封筒にて計測チップを返却してください。未返却の場合は別途料金を頂戴いたします。

手荷物預かり (7:00~8:40)

- ・大会当日、参加者の手荷物をお預かりいたします(無料)。事前にお送りしている手荷物専用袋の中央部に手荷物専用シールを貼り付けの上、預けてください。
- ・貴重品や手荷物袋に納まらない大きさの荷物はお預かりできません。
- ・雨天時は、折りたたみ傘やカッパ等をご用意ください。長傘はお預かりできません。
- ・万が一、手荷物専用袋や手荷物専用シールを忘れた場合、総合案内にて有料で再発行できます。
- ・手荷物返却の際は、ナンバーカードの掲示が必要です。



手荷物を預ける際には、袋の口をしっかりと閉めて、荷物が外に出ないようにして預けてください。

袋真ん中にシールを貼り付けてください。



スタート整列について

スタート整列ブロックは、ナンバーカードに記載されたアルファベットです。

左ページの会場MAPに記されたアルファベットのブロックに、ナンバーカードと計測チップを装着のうえ整列してください。

※申告して頂いた目標タイムをもとにブロック分けを行っております。



New

防寒対策及びスタート前ゴミ回収について



大会当日は冷え込むことが予想されますので、捨てられる防寒着(古着やポンチョ等)をスタート整列時に着用し、スタート位置手前の「ゴミステーション」にて破棄してからスタートすることが可能です。また、補食・ドリンク等のゴミも破棄できますので、持参したまま整列いただけます。なお、ゴミステーションはSブロック先頭付近と、Aブロック先頭付近にございます。後方からスタートするランナーの方は、スタート号砲後ゴミステーション通過時にご利用ください。

関門時間・救護所／エイドステーション など

関門時間・救護所について

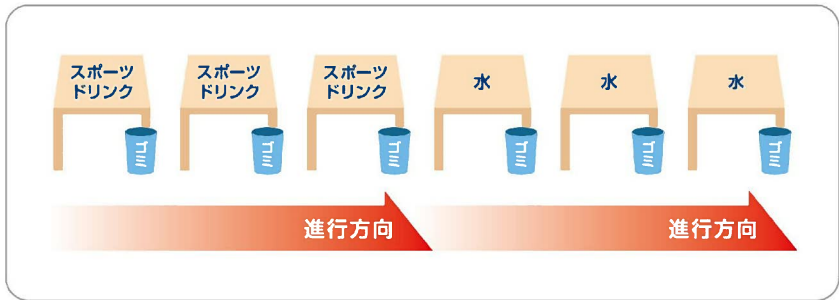
- ・円滑な一般交通と参加者の安全確保のため、関門閉鎖時間を設けます。
- ・関門閉鎖時間後は、交通規制が解除されるので、閉鎖時間内に各関門まで到達していないランナーはレースを続けることはできません。
- ・また、関門閉鎖時刻前であっても著しく遅れ、関門閉鎖時刻までに関門地点に達しないことが明らかな場合や競技運営ならびに交通警備上支障がある場合は、競技の中止を指示することがあります。
- ・救護所は第3関門・第4関門・12.3km地点・第6関門に設置しております。

関門(コース)閉鎖時刻

	関門位置	救護所	距離	閉鎖時刻
第1	アークプラザ新潟交差点手前	なし	1.8km	9:22
第2	新潟交通新潟南部営業所前交差点手前	なし	3.0km	9:31
第3	JAみらい亀田郷みなみ農機センター前	あり	5.5km	9:51
第4	舞平公園駐車場前	あり	11.0km	10:35
第5	曾野木中学校手前(復路)	なし	14.8km	11:06
第6	スポーツ公園第3駐車場前交差点付近	あり	19.1km	11:40

エイドステーションについて

- ・第3・第4・第5・第6関門に、エイドステーション(スポーツドリンク・水)を配置します。
- ・フードサービスは私設エイドとして、8km地点にバナナ(両川地区コミュニティ協議会提供)、第4関門付近にイチゴ(曾野木地区コミュニティ協議会提供)を設置する予定です。



メディカルランナーについて

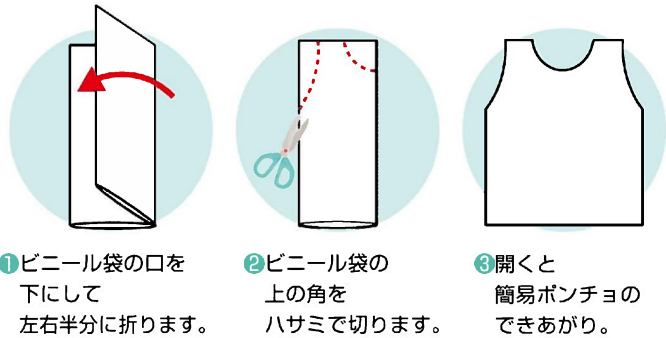
- ・大会運営の安心安全を目的に、『メディカルランナー』が一般ランナーの皆さんと一緒に出走します。メディカルランナーは、医師・看護師・救急救命士の資格を持った方で、競技中に医療・救護を必要とするランナーを発見した場合に救護活動を行っていただくボランティアランナーです。目印は、右のナンバーカードです。



冬のマラソン豆知識

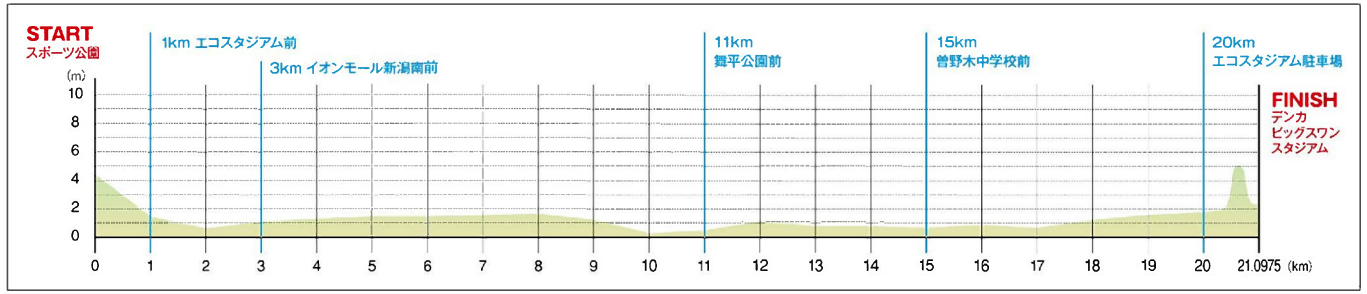
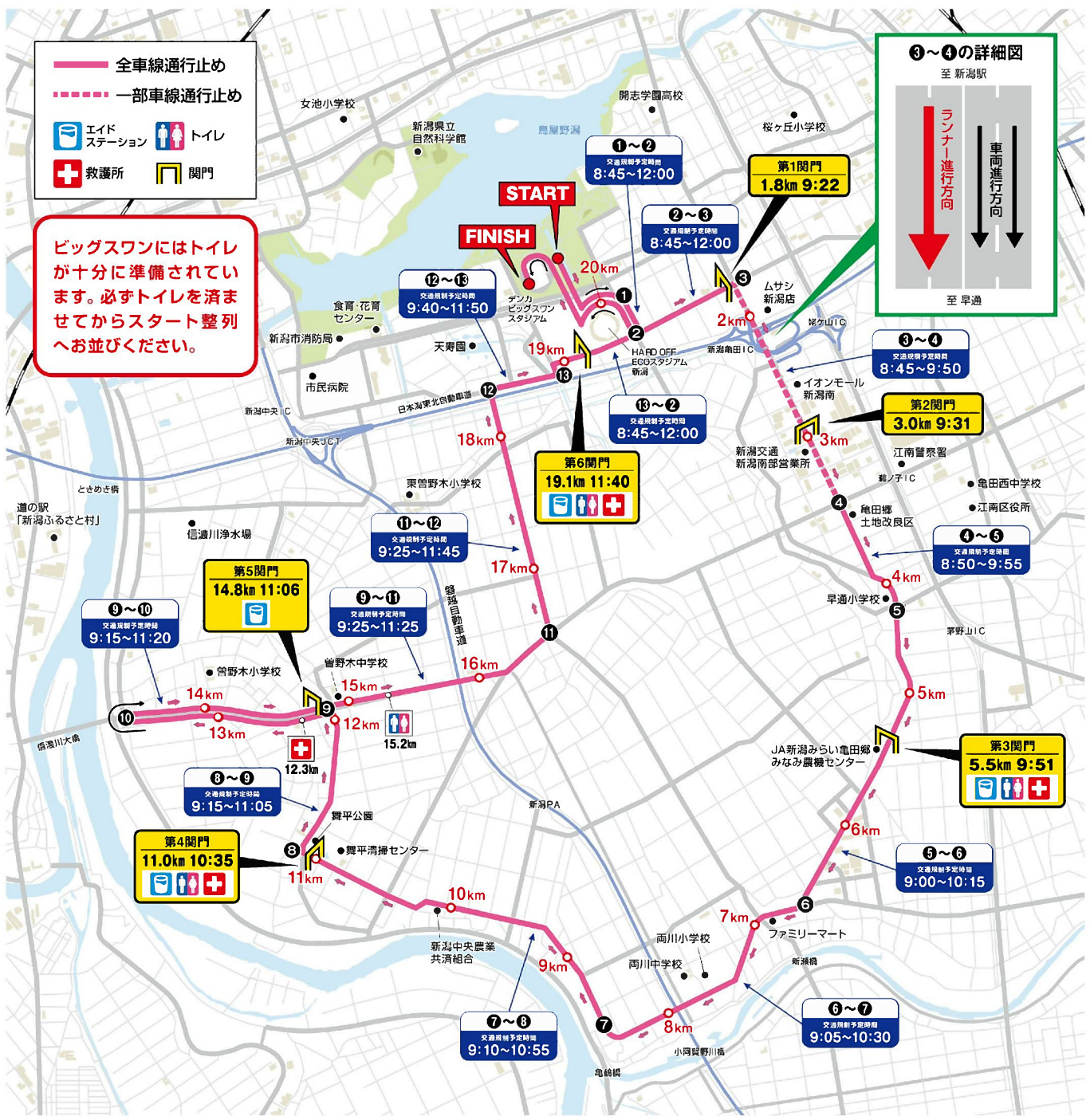
- ・新潟市の3月の平均気温は5.8℃とまだまだ寒いです。防寒対策はしっかり行いましょう。もし防寒対策や雨対策を忘れた場合、ビニール袋で作れる簡易ポンチョがおすすめです。大きなビニール袋は総合案内にて無料でお渡ししておりますのでご利用ください。
- ・また、今大会よりスタート位置付近に『ゴミステーション』を設置しております。スタート直前まで着用している簡易ポンチョやカッパ等を破棄してからスタートすることが可能です。

～簡易ポンチョの作り方～





コース & 交通規制マップ

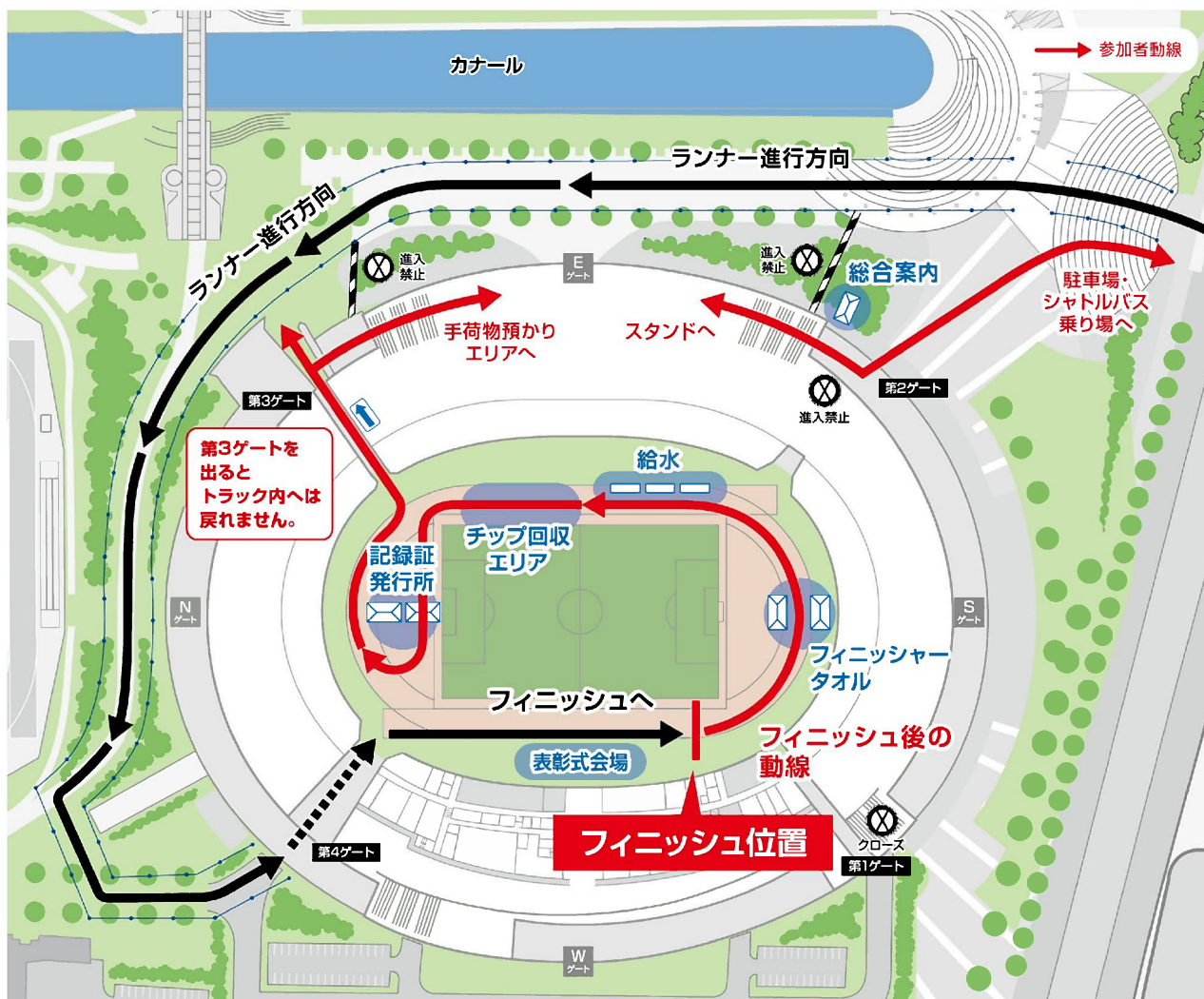




フィニッシュ

NIIGATA HALF MARATHON

■フィニッシュ後の動線



■その他

- ・各部門の1位～8位までの入賞者は、本競技場メインスタンド前で表彰式を行います。入賞者は総合案内へお集りください。
- ・会場には各種物販・飲食ブースが出店されます。お会計は電子マネーでの決済も可能です。
- ・参加者一覧及び競技注意事項は、大会公式HPをご覧ください。
- ・チップ回収エリアで必ず計測用チップをご返却ください。

入賞者集合時刻

部門	時刻	部門	時刻
男子総合	11:00	女子総合	11:05
男子40歳代	11:10	女子40歳代	11:15
男子50歳代	11:20	女子50歳代	11:25
男子60歳代	12:00	女子60歳代	12:05
男子70歳以上	12:10	女子70歳以上	12:15

『安心・安全』でレースに参加するための！

セルフチェック10ポイント

右記の質問に当てはまる項目をチェックしてください。

項目の中で1つでも回答の右の項目に○がついた場合は、今日の大会の参加は避けて休養をとり、1週間以上症状が続いている場合は、医師の診察を受けてください。

① 熱はあるか	ない・ある	⑥ 頭痛や胸痛はないか	ない・ある
② 体はだるくないか	ない・だるい	⑦ 関節の痛みはないか	ない・ある
③ 昨夜の睡眠は十分か	十分・不十分	⑧ 過労はないか	ない・ある
④ 食欲はあるか	ある・ない	⑨ 前回のスポーツの疲れは残っていないか	ない・ある
⑤ 下痢はしていないか	ない・いる	⑩ 今日のレースに参加する意欲は十分あるか	ある・ない

日本臨床スポーツ医学会学術委員会勧告