

しものせきでおもてなし

下関海響マラソン 2014



参加のご案内

このたびは「下関海響マラソン2014」にお申し込みいただき、誠にありがとうございます。
この「参加のご案内」をよくお読みいただいたうえ、ベストコンディションで出場できるよう十分体調を整えてご来場ください。スタッフ一同準備を整え、皆様とお会いできることを心から楽しみにしております。

- | | |
|-------|--|
| ■開催日 | 平成26年11月2日(日) |
| ■主催 | 下関海響マラソン実行委員会 |
| ■共催 | KRY山口放送 山口新聞社 |
| ■後援 | 山口県 一般財団法人山口陸上競技協会 公益財団法人山口県体育協会
朝日新聞社 毎日新聞社 読売新聞社 スポーツ報知西部本社 |
| ■主管 | 下関市陸上競技協会 |
| ■支援 | 海上自衛隊小月教育航空群 自衛隊山口地方協力本部 |
| ■特別協賛 | 株式会社山口銀行 西中国信用金庫 ミズノ株式会社 |

《封筒に入っているもの》

- ①ナンバーカード
- ②計測チップ(RSタグ)
- ③参加賞引換券
- ④参加のご案内(本紙)
- ⑤貴重品預け用シール
- ⑥交通案内
- ⑦コースマップ・アクセスルート図
- ⑧メイン会場図・海峡メッセ下関案内図
- ⑨イベント・ブースのご案内
- ⑩ランナーズアップデート・ランフォトチラシ
- ⑪ポケットガイドブック
- ⑫割引チケットシート
- ⑬観光チラシ
- ⑭下関市からのお知らせ
- ⑮「ラン×スマ」告知チラシ
- ⑯広告チラシ

⚠ 大会開催可否について ⚠

大会当日の開催可否の情報は、朝4:30から大会HP・携帯電話サイトでお知らせします。スマートフォン・携帯電話の方は、下のQRコードから『開催可否情報』をご覧ください。電話でのお問い合わせはご遠慮ください。

スマートフォン用QRコード



携帯電話用QRコード



⚠ 駐車場についてのお願い ⚠

大会前日・当日の参加賞引換会場(下関市民会館)およびメイン会場(海峡メッセ下関)には駐車場がありません。公共交通機関をご利用ください。詳しくは別紙の『交通案内』をご参照ください。

大会スケジュール

11月1日(土)

【下関市民会館】

13:00～18:00 参加賞引換・物品販売

【海峡ゆめ広場】

15:00～15:50 ミズノ・ランニングクリニック

【海峡メッセ下関・イベントホール】

16:00～17:50 おもてなし前夜祭
・ふれあいパーティ
・お楽しみ抽選会

11月2日(日)

【下関市民会館】

6:00～15:00 参加賞引換

【海峡メッセ下関前】

7:30～ 選手誘導開始
8:15～ スタートセレモニー

8:30

マラソンスタート

8:42

2kmスタート

8:45

5kmスタート

14:30

マラソン競技制限時間

【海峡ゆめ広場】

6:00～15:00 物品販売
9:50～10:10 2km・5km表彰式 ※ステージ表彰
10:10～10:40 ビンゴ抽選会 (2km・5km対象)
12:00～12:15 男子マラソン表彰式 ※ステージ表彰
13:00～13:15 女子マラソン表彰式 ※ステージ表彰

参加賞引換

引換日時：11月1日(土)13:00～18:00

11月2日(日) 6:00～15:00

引換会場：下関市民会館

・参加賞引換は種目別に引換窓口が異なりますので、ご注意ください。

マラソンの部 → 2階ロビー

2キロの部 → 展示室

5キロの部 → //

※マラソンの部は、Tシャツサイズ別に引換窓口を設けております。

・引換窓口で引換券を窓口のスタッフに渡してください。

※引換券があれば代理の方でも引き換えることができます。

※引換券がないと引換できません。お忘れになった場合、再発行手数料として300円申し受けます。

伴走について

・視覚障害や車いす利用などにより伴走者を要する場合は、必ずヘルプデスク(下関市民会館1F)までお越しください。その際、大会側で用意した伴走者用ナンバーカードをお渡ししますので、必ず大会規定の伴走者用ナンバーカードを使用してください。

ナンバーカード(ゼッケン)

・ナンバーカード(ゼッケン)は、登録の部は**2枚(胸・背中)**、それ以外の種目は**1枚(胸)**です。

・マラソンのナンバーカードには、スタートブロック(A～F)が記載されています。

スタートは、ナンバーカードに記載されたスタートブロックからになります。

・ナンバーカードの色は、

マラソン登録男子 … 白 5km(中学男女) … 青

マラソン登録女子 … 白 5km(一般男女) … 桃

マラソン一般男子 … 白 2km(小学男女) … 黄

マラソン一般女子 … 白 2km(ファンラン) … 紫

※ナンバーカードの番号・色が自分のもので間違いないか、必ずご確認ください。

※**ナンバーカードの他人への譲渡や代理出走は、一切禁止です。**

※ナンバーカード及び計測チップがないと出走することができません。お忘れになった場合、再発行手数料として各500円申し受けます。

更衣室・貴重品預かり所

・男子…海峡メッセ下関1F 展示見本市会場

駐車場1F～3F(貴重品預かり所なし)

・女子…海峡メッセ下関4F イベントホール

・更衣室への入室は、選手本人のみとなります。

入室時にはナンバーカードの提示をお願いします。

・荷物は更衣室内以外には置かないでください。

・更衣室は多数の方が使われます。荷物は各自で管理いただき貴重品は、海峡メッセ1F・4F更衣室内の貴重品預かり所をご利用ください。

・預ける貴重品は、主催者が用意する封筒(角1サイズ)に入るもののみとします。

・**貴重品を預ける際は、同封の「貴重品預け用」シールが必要となります。大会当日に貴重品預かり所で所定の封筒(角1**

封筒)に貴重品を入れ、シールで封をした後、スタッフに渡し
てください。

・貴重品を預ける際と受け取る際には、本人のナンバーカードの提示が必要となります。

ウォーミングアップ

ウォーミングアップは車などに注意し、交通ルールを守って行ってください。

また、スタートブロックの閉鎖時間(8:15)に遅れないよう、注意してください。

スタート時間

・各種目のスタート時間は、下記の通りです。

お間違いないようご注意ください。

マラソン 8:30

2km 8:42

5km 8:45

スタートブロックへの整列

●マラソン

・スタートエリアは、申込時の申告タイム順にA～Fの6ブロックに分かれています。

各自ナンバーカードに記載されたスタートブロックの指定入口からブロック内に入り、整列してください。

※申告タイム未記入の方は**Fブロック**になります。

ブロック	登録男子	登録女子	一般男子	一般女子
A	1 ↓ 286	601 ↓ 608	1001 ↓ 1611	10001 ↓ 10022
B	287 ↓ 424	609 ↓ 641	1612 ↓ 3223	10023 ↓ 10159
C	425 ↓ 477	642 ↓ 656	3224 ↓ 4892	10160 ↓ 10322
D	478 ↓ 487	657 ↓ 661	4893 ↓ 6435	10323 ↓ 10664
E	488 ↓ 491	662 ↓ 666	6436 ↓ 7698	10665 ↓ 10992
F		667 ↓ 668	7699 ↓ 9271	10993 ↓ 11722

・マラソンのスタートブロックへの誘導は、7:30から行います。8:15にブロック入口を閉鎖しますので、時間を厳守してください。

・**ブロック閉鎖時間に遅れてきた場合は、最後尾ブロックからのスタートとなります。**

当日は、会場のアナウンスに十分ご注意ください。

●2km

・スタートブロックへの整列は、前列から

小学4年以上 → ファンラン → 車いす の順となります。

・マラソンのスタート後すぐにブロックの移動を開始しますので、8:30までには必ずブロック内に整列してください。

●5km

・マラソンのスタート後すぐにスタートブロックの移動を開始しますので、8:30までには必ずブロック内に整列してください。

記録

・今大会では、計測チップ(記録計測器)による記録計測を行います。マラソンは5km毎のスプリットタイム、折り返しポイントチェック、中間(ハーフ)タイム、フィニッシュタイムを計測します。

※2kmファンランは記録計測をしません、計測チップは装着してください。

計測チップ(記録計測器)

・計測チップは同封の専用バンドを使って、必ずシューズに装着してください。手に持ったり、ポケットやウエストポーチに入れると記録計測できず、失格となる場合がありますのでご注意ください。

・計測チップはフィニッシュ後、記念品としてお持ち帰りください。※返却する必要はありません。

ペースランナー

・3時間・3時間30分・4時間・4時間30分・5時間ペースランナーを各1名、6時間ペースランナーを2名配置しています。『ペースランナー』のナンバーカードが付いたビブスを付けて走りますので、ペース配分の目安にしてください。

※ペースランナーの配置はマラソンのみです。

左側走行／距離表示

・スタート付近を除いたコース上では左側走行を心がけてください。特に5km毎地点ではスプリットタイムを計測(マラソンのみ)いたしますので、決められたコースを走行してください。

・距離表示は、1km毎に表示しています。マラソンのみ残り5kmの距離からは、1km毎に表示板を設置します。

給水・給食所

・約4.8km地点以降約2.5km毎に給水所を設けています。スポーツドリンク「アクエリアス」(コカ・コーラウエスト提供)と水「あゝ 関露水」(下関市上下水道局提供)を用意しています。

・17.6km、21.6km、25.5km、29.2km、36.3km、40.2km地点に給食所を設けています。

・スペシャルドリンクは受け付けませんのでご了承ください。

※給食所の食べ物などを、コース上に捨てないでください。

※給水所・給食所での紙コップなどのゴミは、必ずゴミ箱へお入れください。

走行上の注意

●マラソン

・コースの約18.5kmと約19.5kmのカーブ付近では、復路の広報車・審判長車・ランナーとすれ違いますので、係員の指示に従ってランナーは左側を走行してください。

また、約25km付近には病院があり、緊急車両が横断する場合があります。緊急時は係員の指示に従って、安全に停止してください。そのほか、道路幅の狭い所もありますので、注意して走行してください。

・コースの往路約18km(復路約40km)付近で、大型車を含む一般車両をコース横断させる区間があります。走路を左右に変更していただく場合がありますので、係員の指示に従って走行してください。

●5km・2km

・スタート後、約300m地点で国道9号に出ますが、5kmと2kmのランナーが重なることになります。

係員の指示に従って、決められた走路を走ってください。

関門／制限時間

大会運営上、関門閉鎖を以下の通り実施します。

※途中関門及び制限時間は、スタート時刻(号砲)から経過した時間とし、制限時間内にフィニッシュした場合を『完走』とします。

●マラソン

関門	距離	経過時間	閉鎖時刻
1	3.3km	40分	9:10
2	7.9km	1時間10分	9:40
3	11.8km	1時間41分	10:11
4	13.5km	1時間56分	10:26
5	15.8km	2時間15分	10:45
6	21.0975km	3時間00分	11:30
7	28.9km	4時間07分	12:37
8	32.8km	4時間40分	13:10
9	37.0km	5時間16分	13:46
10	40.3km	5時間44分	14:14
制限時間	42.195km	6時間00分	14:30

※関門時間は原則約8分32秒／1km換算で設定しております。

※関門閉鎖後は係員の指示に従い歩道にあがり、ナンバーカードを外し、関門地点まで徒歩で向かってください。

※各関門に収容バスを配置し関門閉鎖後選手を収容します。関門閉鎖後の走行は、大会運営上禁止します。

●5km

関門	距離	経過時間	閉鎖時刻
1	1.6km	18分	9:03
2	3.7km	35分	9:20

●2km

制限時間は設けませんが、大会運営に支障がある場合は、競技を中止させていただくことがあります。

完走記念品

マラソン完走者にはフィニッシュ後、「完走記念メダル」と「フィニッシャーズタオル」をお渡しします。「完走」に関する規定は上記の『関門／制限時間』をご確認ください。

※「完走記念メダル」は、制限時間の6時間(閉鎖時刻14:30)を過ぎてフィニッシュされた方にはお渡しできませんので、ご了承ください。

完走証(記録速報)

・マラソン・5km・2km完走者には、記録速報(タイム・順位)入り完走証をお渡しします。

・2kmファンラン完走者には、名前入り完走証をお渡しします(タイム・順位は入っていません)。

※完走証は、完走証発行テントにてお渡しします。

※マラソン「登録の部」の公認記録証は、当日希望者に発行します(有料:500円)。

アイシング・ストレッチ・マッサージ

・マラソンコース21.6km(第8給水付近)・36.3km(第14給水付近)で、山口県柔道整復師会下関支部によるアイシングを行います。

・マラソンコース29.2km(第11給水付近)で、山口県理学療法士会による理学療法ストレッチを行います。

・フィニッシュ後、山口県鍼灸マッサージ師会によるクールダウンケア(マッサージなど)を先着500名に行います。

受付: 海峡ゆめ広場 海峡メッセ下関入口付近

会場: 海峡メッセ下関 9F海峡ホール

時間: 11:00~14:30(予定) ※先着500名で終了

表彰

●マラソン

- ①男女別総合 各1～10位 ※ステージ表彰あり
- ②部門別男女 各1～3位
- ③年代別男女(一般の部のみ) 各1～3位(10歳刻み)

・表彰対象者は記録速報板に掲示いたしますので、表彰式にご出席ください。

●5km

- ④中学の部 男女別 各1～8位 ※ステージ表彰あり
- ⑤一般の部 男女別 各1～3位 ※ステージ表彰あり
- ⑥年代別男女(一般の部のみ) 各1～3位(10歳刻み)

●2km

- ⑦小学の部 男女別 各1～8位 ※ステージ表彰あり
- ※ファンランの表彰はありません。

表彰式は、海峡ゆめ広場内ステージにて行います。

(上記①④⑤⑦対象者のみ)

2km・5km 9:50(予定)

マラソン男子 12:00(予定)

マラソン女子 13:00(予定)

その他の表彰(上記②③⑥対象者)は、会場本部にて表彰品をお渡しします。記録速報・完走証をご確認され、ナンバーカードをご持参の上、会場本部へお越しください。

ナンバーカード裏の緊急連絡先

・ナンバーカード裏面に緊急時に対応するため、ご自身の情報と緊急時用連絡先を記載する必要があります。必ず事前に記入をお願いいたします。

(右図：ナンバーカード裏面)

下図の欄に必ず記入ください Remarks: Please fill out below	
※緊急連絡先にはご自身以外の方の氏名・電話番号をご記入ください。	
1 緊急連絡先 Emergency contacts	
相手氏名 Name	Last First
2 相手電話番号 Phone number	
3 宿泊先名 Hotel where you are staying	4 宿泊連絡先 Address
5 既往症 Any present illness	
6 服用できない医薬品 Allergies	

医療関係(重要!!)

- ・出走前には自身の体調チェックを必ずおこない、体調不良・発熱症状等がある場合は、出場を取り止めてください。また、レース中も体調に異常を感じられた場合は速やかにレースを中止してください。その場合は大会係員に必ず申し出て下さい。無断で帰宅しないようお願いいたします。
- ・主催者としては、あらかじめ負荷心電図等の利用による体調の自己チェックを受けられることを希望します。
- ※負荷心電図とは、運動をして心筋に負担をかけた後、心電図検査を行うことにより、安静時には発見されにくい異常を発見する検査です。
- ・天候にかかわらず、脱水症予防の為、必ずスタート前、レース中、フィニッシュ後にはこまめに水分補給をしてください。
- ・当日は健康保険証(写し)を必ずお持ちください。
- ・大会救護車は、救護対応を要する方のみを収容します。リタイアおよび関門不通過者につきましては、別に収容バスがございますのでそちらをご利用ください。
- ・マラソンでは、コース上に7カ所の救護所を設置し、医師ランナーも走っています。レース中に体調の不安が感じられた場合は、速やかに相談してください。
- また、固定AED係と移動AED係が皆様の安全を見守っています。
- ・長い距離を走りますと、ウェアで乳首が擦れて出血する場合があります。マラソン初心者の方は特にご注意ください。



WEBサービス

ランナーにも、応援者にも、うれしいサービス!!

①ランナーズアップデート

5km毎のスプリットタイム・フィニッシュタイムの記録速報をWEBサイトからご確認いただけます。詳細は別紙案内をご確認ください。
※記録についての個別のお問い合わせは受け付けいたしません。予めご了承ください。

②ランフォト

マラソン完走者は、後日大会HP(RUNETにリンク)において、5km毎のスプリットタイム入り記録証(写真入り)をダウンロードできます(無料)。詳細は別紙案内をご確認ください。

③ランナーの現在地は? ④ 応援navi

ランナーの位置情報を地図上で確認できるサービスをご利用いただけます。詳しくは大会HPをご覧ください。
※通信状況によりサービスをご提供できない場合があります。

④ 先頭・最後尾情報

先頭と最後尾の位置情報を地図上で確認できるサービスをご利用いただけます。詳しくは大会HPをご覧ください。
※通信状況によりサービスをご提供できない場合があります。



携帯電話用アップデート
QRコードはこちら

大会に関するお問い合わせ先

下関海響マラソン実行委員会事務局

TEL : 083-231-2729

E-mail : kaikyomarathon@city.shimonoseki.yamaguchi.jp

大会HP : <http://kaikyomarathon.jp/>



新★
企画!

下関海響マラソン2014 おもてなし前夜祭

参加料
入場料
無料!!

～豪華景品が当たる!! お楽しみ抽選会～

海峡メッセ下関4階イベントホールで、ゲストランナーを迎えての立食パーティー（軽食・ソフトドリンク無料）を開催!!

入場無料で、誰でもご参加頂けます。

豪華景品の当たるお楽しみ抽選会も行います。

ゲストランナーをはじめ、全国各地のランナーとふれあい、当日に向けて気分を高めましょう!!

※会場の定員により、800名様に限らせていただきます。

ゲストランナープロフィール

◎川野太郎

山口県山口市（旧小郡町）出身
1985年にNHK朝の連続ドラマ「滞つくし」でデビュー。その後、テレビドラマや舞台に多数出演し俳優として活躍。
2010年5月には「山口ふるさと大使」に就任し、山口県の魅力をさまざまな機会を通じて発信している。

◎千葉真子

京都府宇治市出身
1996年 アトランタ五輪10000m 5位
1997年 アテネ世界陸上10000m 3位（銅メダル）
2003年 パリ世界陸上マラソン 3位（銅メダル）
2004年・2005年 北海道マラソン 優勝
現在は「スポーツで世の中を元気にしたい」という目標をかかげ、ゲストランナーとしてマラソン大会に出演し、後援会やメディアなどで活動。市民ランナーの指導や普及活動も積極的に行っている。

◎猫ひろし

千葉県出身
147cmの小さな巨人・猫ひろし。お茶の間に浸透したギャグ百連発は未だ進化中の芸人! その傍ら芸能界きっての健脚。
2008年東京マラソンで本格的にマラソンに着手。
2010年にはフルマラソン3時間切りのサブスリーランナーとなる。
2011年11月カンボジアにてオリンピック代表になるべく国籍を変更する。一度、カンボジア代表でロンドンオリンピック出場決定となるが、IOCより参加資格を満たしていないと判断され、オリンピック消滅となった。それでも、猫まっしぐらに毎日走り続けている。

◎道下美里

山口県下関市出身
成人してから視力が低下し、25歳で山口県立下関南総合支援学校に入学し陸上競技を始める。現在はJBMA（日本盲人マラソン協会）の強化選手として各地の大会に参加。今後も世界の舞台での活躍が期待される。
2007年 IBSA世界選手権INブラジル 1500M 5位
2013年 防府読売マラソン 3時間6分32秒
（視覚障害女子 日本記録更新）
2014年 IPCワールドカップINロンドン 2位

◎宮本和知

山口県下関市出身
引退後は芸能界で活動しながら少年野球の指導にも力を注いでおり、山口県内では、2004年より「宮本和知旗争奪兼山口県学童選手権大会」を開催している。また、スポーツ心理学のライセンスを取得し、フットサルの監督になるなど活動の幅を広げている。
1984年 ロサンゼルスオリンピック野球日本代表・金メダリスト
1985年 読売巨人軍入団 通算成績66勝62敗4セーブ、防御率3.60
1997年 引退

下関海響マラソン2014 おもてなし前夜祭会場

日時 11月1日(土) 16:00～17:50

場所 海峡メッセ下関 4階イベントホール
(下関市豊前田町3-3-1)

司会 KRY熱血テレビでおなじみの
高橋裕アナウンサー



※公共交通機関でご来場ください。

イベント・ブースのご案内

大会前日・当日は、各会場で様々なイベントを開催いたします。今大会目玉の『下関海響マラソン2014 おもてなし前夜祭』や、下関の特産品販売、ランニンググッズ販売など、参加者だけでなくご来場者も楽しめるイベントが盛りだくさん！皆様お誘い合わせの上、是非お越しください。

11月1日（土）

◇ミズノランニングクリニック◇

時間 15:00～15:50 **場所** 海峡ゆめ広場
マラソン専門の講師やペースアドバイザーによるランニングクリニックを開催します！
皆さまお誘い合わせの上、是非お越しください。

◇おもてなし前夜祭 お楽しみ抽選会◇

時間 16:00～17:50 **場所** 海峡メッセ下関 イベントホール
今大会のゲストランナーも参加！！ランナーの皆様とふれあえるパーティーを開催します。
どなたでもご参加いただけますので、是非お越しください。
※会場の定員により、800名様に限らせていただきます。
※詳しくは、裏面をご覧ください！！

◇ブース情報◇

場所 下関市民会館（参加賞引換会場）

◎地元特産品の販売ブース◎

下関市民会館では、下関のお土産や特産品などの販売を行っています。

◎山口新聞販売予約ブース◎

山口新聞のブースでは、11月3日（月）付「全完走者」の記録掲載新聞の販売予約を行っています。

◎ミズノ・ランニンググッズ販売ブース◎

ランニンググッズ、完走をサポートする健康食品の販売。また、地元産品の販売も行います。是非、お立ち寄りください。
※お車ではお越しいただけません。

11月2日（日）

◇イベント情報◇

スタートセレモニー

時間 8:15～8:25 **場所** 海峡メッセ下関前
ゲストランナーの紹介など、スタート前の気分を盛り上げます。

下関市レクリエーション協会による 交流タイム!!～レクリエーションPR～

時間 9:15～9:50 **場所** 海峡ゆめ広場ステージ
下関レクリエーション協会によるレクリエーションイベント

抽選会（5km・2km参加者対象）

時間 10:10～ **場所** 海峡ゆめ広場ステージ
5km・2kmの参加者を対象としたビンゴ抽選会を行います。下関の特産品をはじめとして、温泉入浴券や宿泊券など、豪華景品が当たるチャンスです！！
※マラソン参加者を対象とした抽選会は、先頭の選手がフィニッシュした後に当選番号を会場内（フィニッシュ地点・総合案内・会場本部）に張り出します。抽選会当選者は、ステージ横のテントで引き換えを行います。ナンバーカード（ゼッケン）をご提示のうえ、15:30までに引き換えください。

クールダウンケア、マッサージなど

時間 11:00～14:30 **場所** 海峡メッセ下関9階
山口県鍼灸マッサージ師会の皆さんが、マラソンを走ったランナーに対してマッサージによるケアを行います。（場所は別紙メイン会場図参照）
※当日事前受付が必要です。
※先着500名に達した時点で終了します。

『ねんりんピックおいでませ！山口2015』PR「ねんりん山口元気体操」

時間 11:20～11:30 **場所** 海峡ゆめ広場ステージ
来年10月に山口県で開催の『ねんりんピック2015』のPRとして、「ねんりん体操」を披露いたします。皆さんも「ねんりん体操」を覚えて、ねんりんピックを応援しましょう！！
☆体操後、『ちよるる』『カッケルン』によるPRもあります！！

◇ブース情報◇

場所 海峡ゆめ広場

◎特産品・銘菓販売と飲食コーナー◎

下関市のお土産や特産品などの他に、うどん・ぜんざいなどの飲食物を販売しています。

◎ミズノブース◎

前日に引き続きミズノ・ランニンググッズの即売を行います。

◎コカ・コーラブース◎

「アクエリアス」「爽健美茶」「ジョージア」などのコカ・コーラ社製品の販売を行い、爽やかな憩いのひとときをご提供します。

◎山口放送◎

下関海響マラソン歴代大会の特集番組をビデオ上映いたします。

◎山口新聞ブース◎

前日に引き続き11月3日（月）付「全完走者」の記録掲載新聞の販売予約を行っています。

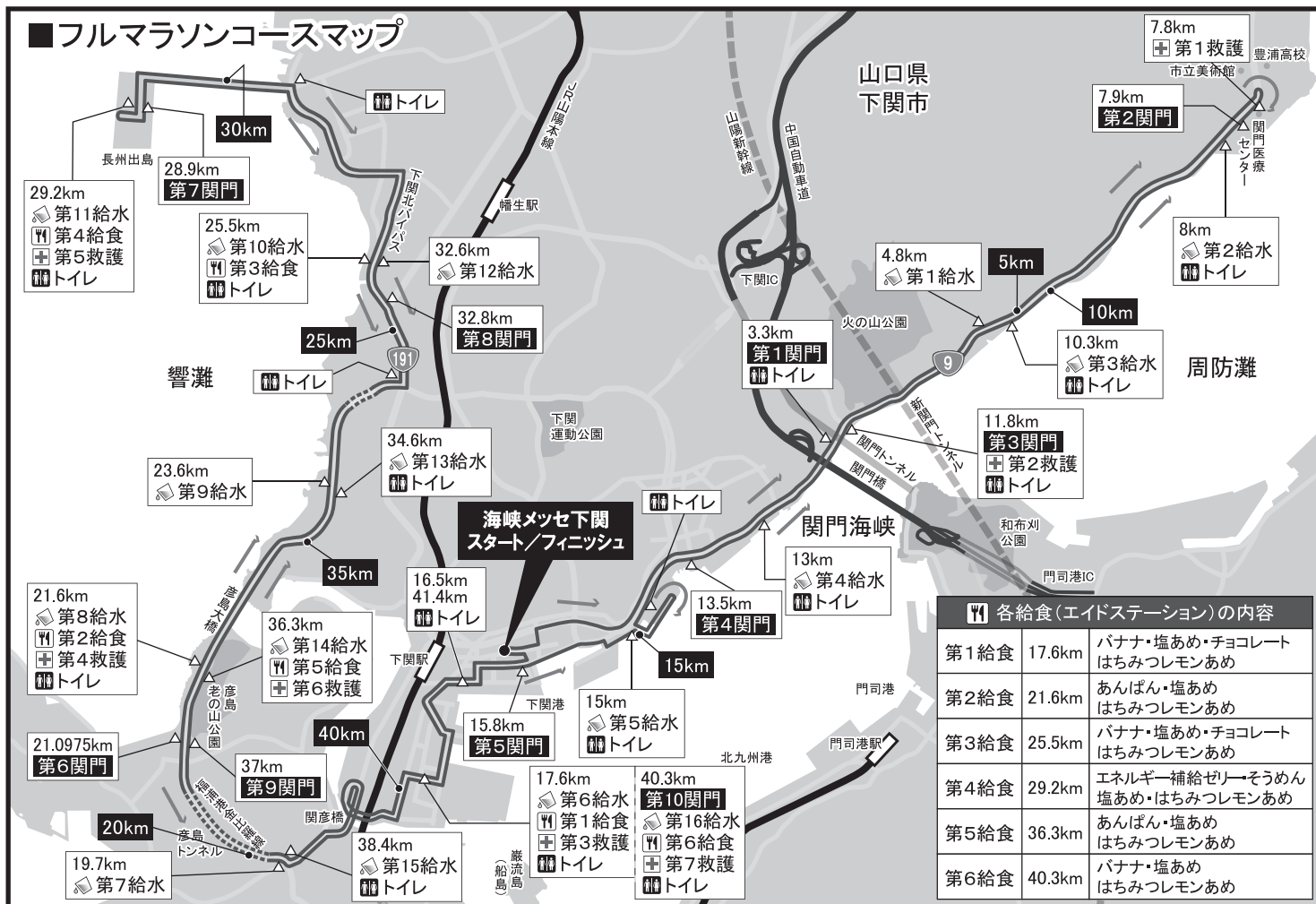
◎「ラン×スマ」ブース◎

NHK BS1のランニング番組「ラン×スマ」に下関海響マラソン2014の大会の様子が放送されます。
（12月6日（土）・13（土）午後6:00放送予定）

「ふく鍋」・「そよ風ヨーグルト」で 参加者をおもてなし！

時間 9:00～15:00 **場所** 海峡ゆめ広場
走った後は、下関名物の「ふく」が入ったふく鍋が食べられます。また、参加者には下関でおなじみの山口県酪「そよ風ヨーグルト」の配布があります。
※参加者のみが対象となります。係員にナンバーカード（ゼッケン）を提示してください。

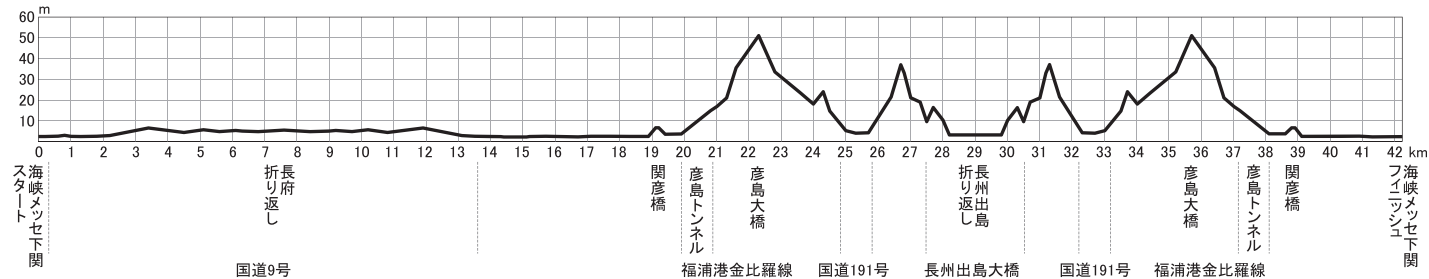
フルマラソンコースマップ



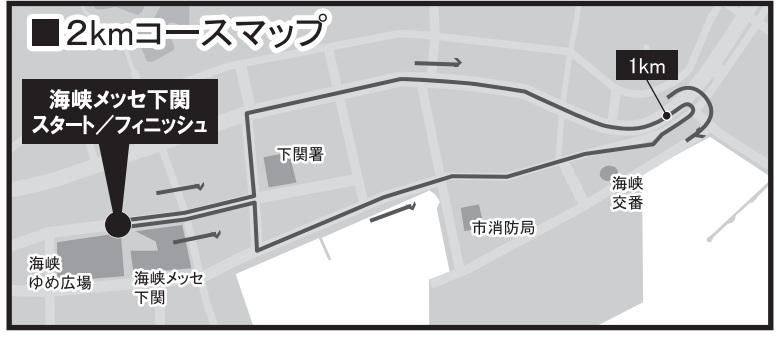
各給食(エイドステーション)の内容

第1給食	17.6km	バナナ・塩あめ・チョコレート はちみつレモンあめ
第2給食	21.6km	あんぱん・塩あめ はちみつレモンあめ
第3給食	25.5km	バナナ・塩あめ・チョコレート はちみつレモンあめ
第4給食	29.2km	エネルギー補給ゼリー・そうめん 塩あめ・はちみつレモンあめ
第5給食	36.3km	あんぱん・塩あめ はちみつレモンあめ
第6給食	40.3km	バナナ・塩あめ はちみつレモンあめ

フルマラソン高低差図



2kmコースマップ



5kmコースマップ

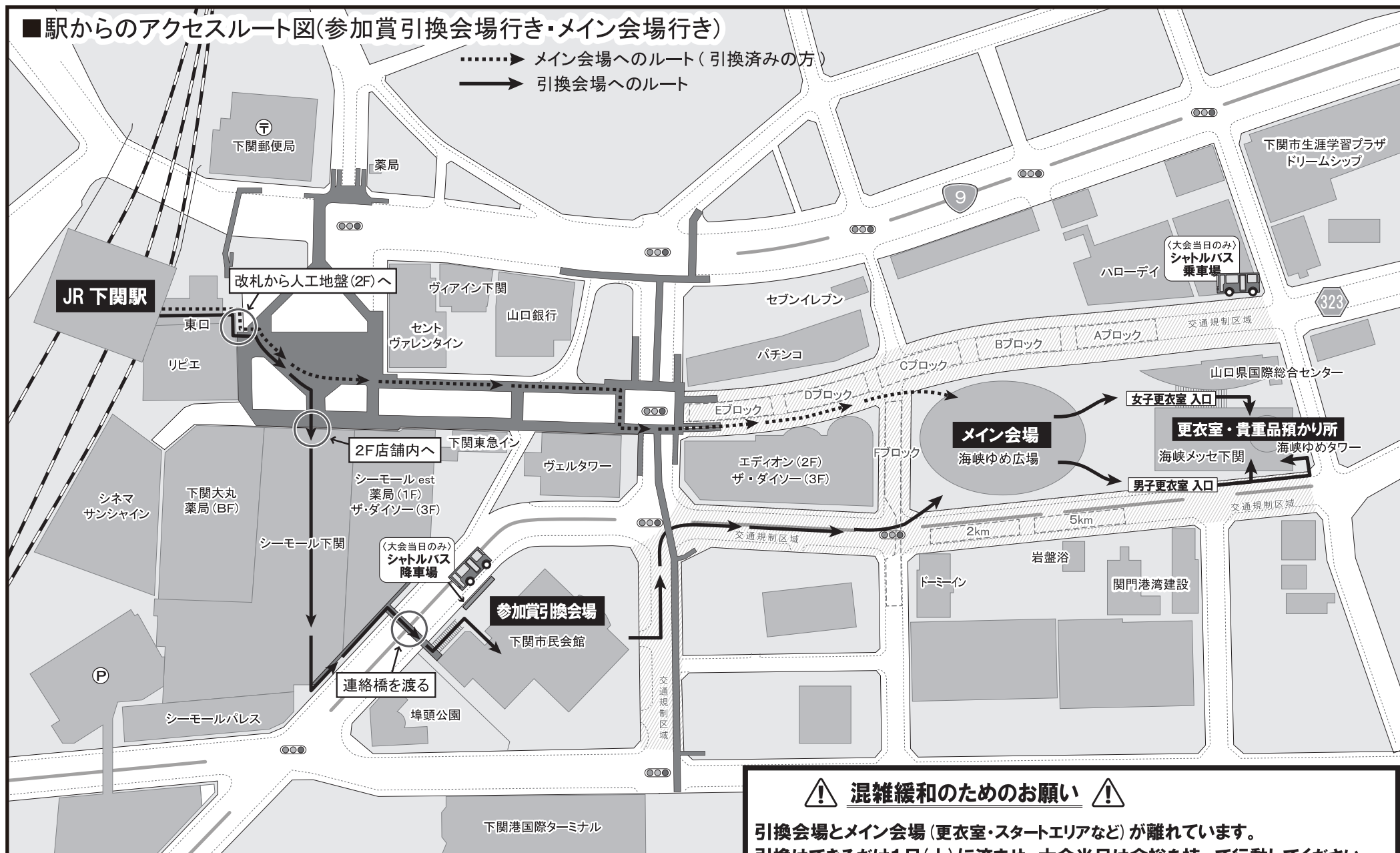


コース試走に関して

大会本番に向けて試走される際は、必ず歩道を走行し、夜間は反射板を着用して下さい。コースは車両の交通量が多く、一部歩道がありません。危険な箇所もありますので十分にご注意下さい。

■ 駅からのアクセスルート図(参加賞引換会場行き・メイン会場行き)

.....> メイン会場へのルート(引換済みの方)
 —> 引換会場へのルート



参加賞引換

[1日] 13:00~18:00
 [2日] 6:00~15:00

スタートブロック閉鎖時間

[マラソン] 8:15
 [2km・5km] 8:30

スタート

[マラソン] 8:30
 [2km] 8:42
 [5km] 8:45

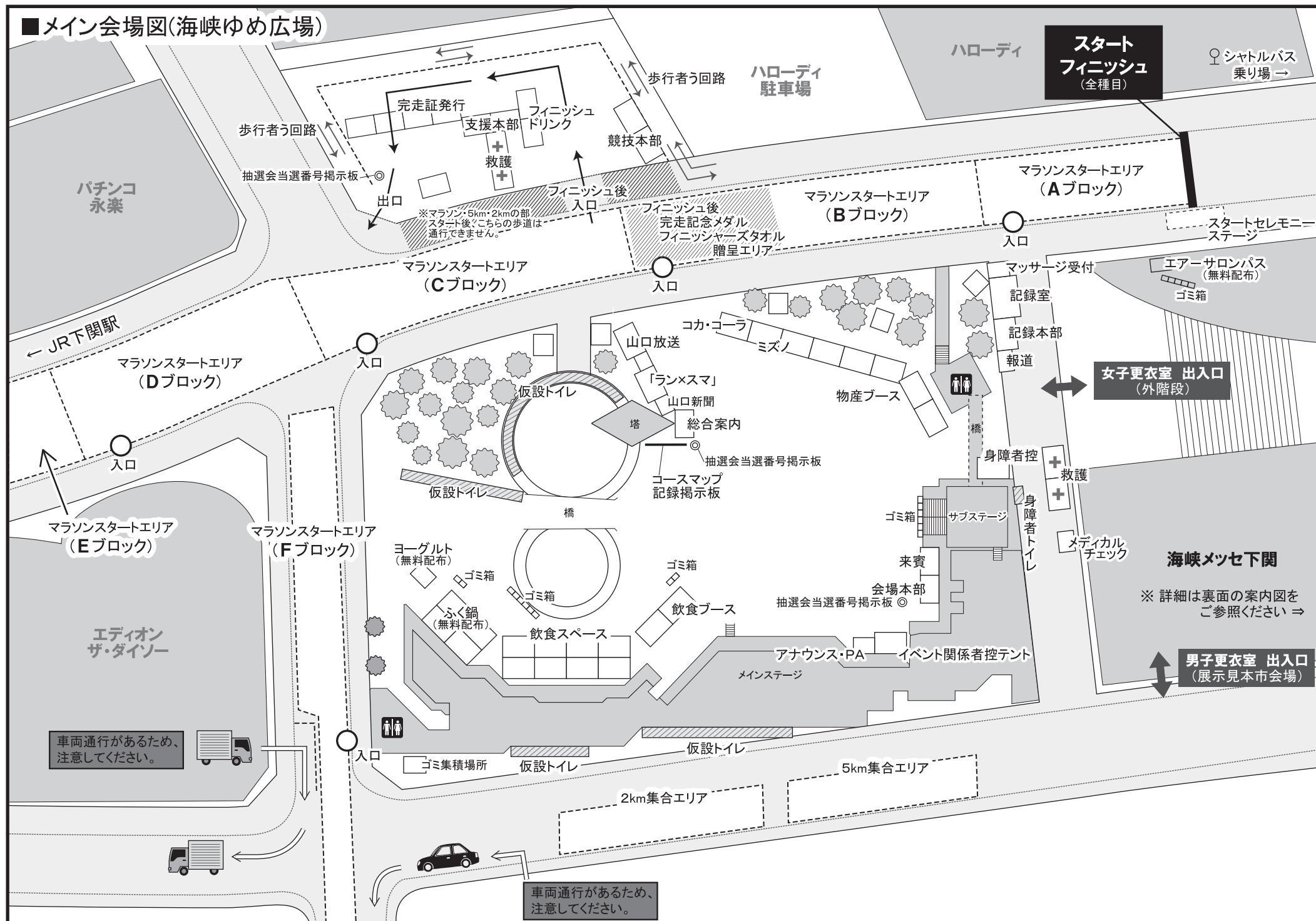
⚠ 混雑緩和のためのお願い ⚠

引換会場とメイン会場(更衣室・スタートエリアなど)が離れています。
 引換はできるだけ1日(土)に済ませ、大会当日は余裕を持って行動してください。

⚠ 駐車場についてのお願い ⚠

大会前日・当日の引換会場(下関市民会館)およびメイン会場(海峡メッセ下関)には
 駐車場がありません。公共交通機関をご利用ください。

■メイン会場図(海峡ゆめ広場)



■海峡メッセ下関 案内図

