

大会会場へアクセス

■電車をご利用の方

常磐線 JR土浦駅下車、東口より徒歩5分
JR上野駅より特急約45分・普通約70分

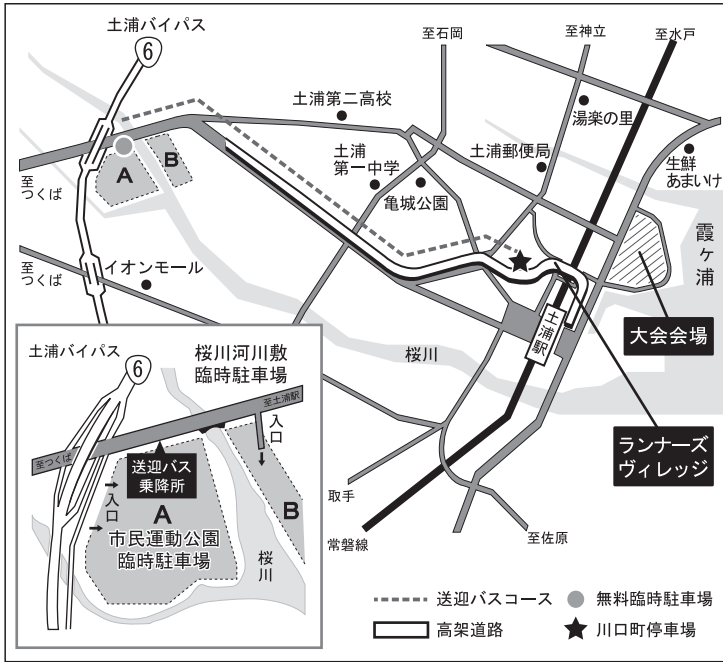
■車・バイクをご利用の方

無料臨時駐車場（2カ所）をご利用ください
A 市民運動広場臨時駐車場 1000台
B 桜川河川敷臨時駐車場 1000台

■A Bから無料送迎バス運行

●行き
駐車場→川口町停車場（約10分）
7:00～9:00 随時
川口町停車場から大会会場までは徒歩約10分
●帰り
川口町停車場→駐車場（約10分）
13:00～17:00 随時

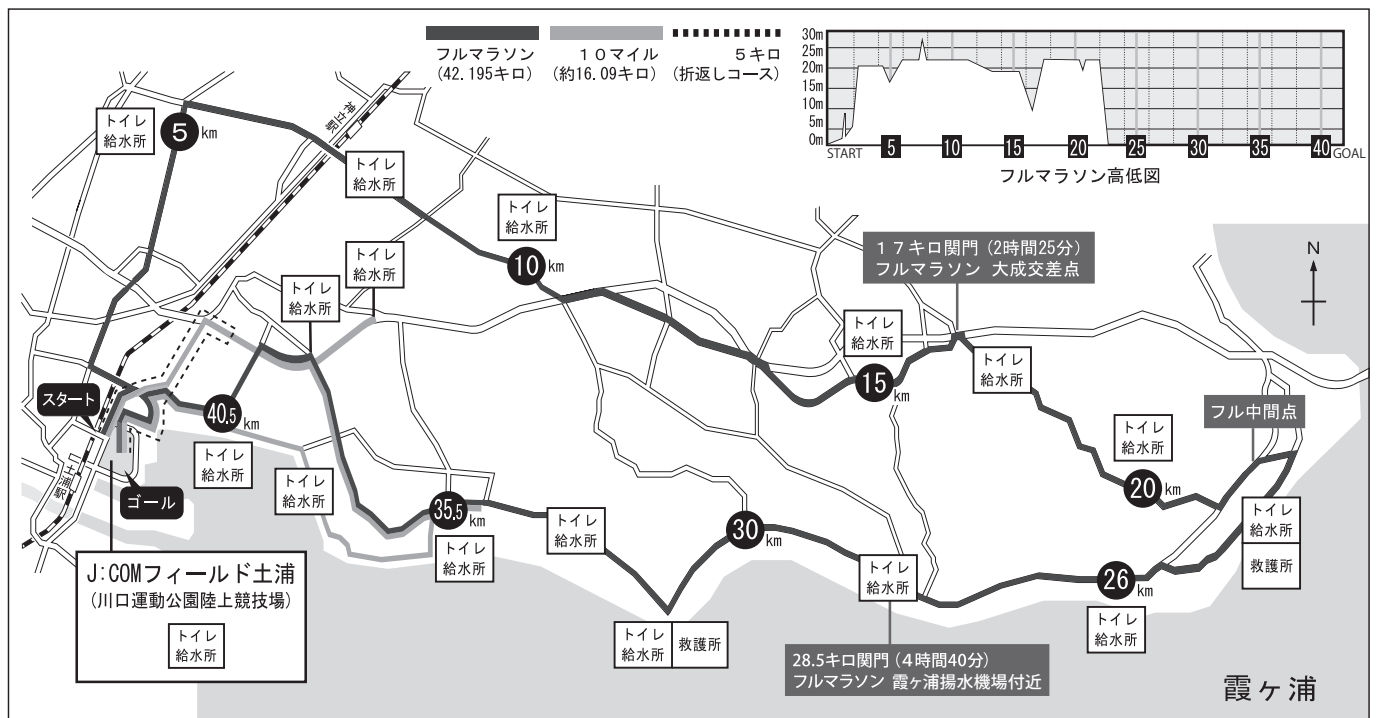
※大変混雑しますので公共交通機関のご利用をおすすめします。



出発駅	出発時刻	到着駅	到着時刻
上野	6:04	土浦	7:11
上野	6:31	土浦	7:35
品川	6:35	土浦	7:57
上野	6:49	土浦	7:57
上野 (臨時列車)	6:44	土浦	7:52
品川	6:45	土浦	7:41
上野 (ひたち1号)	7:00	土浦	7:41
上野	7:02	土浦	8:05
上野 (ときわ41号臨時列車)	7:12	土浦	8:12
品川	7:15	土浦	8:15
上野 (ときわ51号)	7:30	土浦	8:15
上野	7:19	土浦	8:25
品川	7:22	土浦	8:41
上野	7:39	土浦	8:41
上野 (ひたち3号)	8:00	土浦	8:49

※アミ部分は特急

コース紹介



参加者の皆さまへ

■大会のご案内

注意事項を記載しています。ご一読の上、当日はどうぞお気をつけてお越しください。大会受付はありませんので直接スタート地点へ整列してください。

更衣室・荷物預かり所・コインロッカー

■更衣室（7:00～17:00）※会場案内図参照（P 6）

野球場外野面（男性）／テニスコート（女性）／ランナーズヴィレッジ（男女共同）

更衣室内に荷物を置くことはできません。

■荷物預かり所（7:00～17:00）※会場案内図参照（P 6）

三帆ひろば（男性）／テニスコート（女性）／ランナーズヴィレッジ（男女共同）

利用料 なし

※1口100円の交通事故防止チャリティー募金を設置しております。利用される方はご協力をお願いします（任意）。

荷物預かり袋に荷物を入れ、袋の外側から荷物用ナンバーカードが見えるようにしてお預けください。なお、貴重品・壊れ物は各自で管理をお願いします。盗難・紛失に関して、主催者は責任を負いません。

■コインロッカー（7:00～17:00）※会場案内図参照（P 6）

利用料 200円

コインロッカーの鍵は利用者各自による保管となりますので十分に注意してください。鍵を紛失した場合、補償費として2,000円を負担していただきます。

スタートまで

■スタート地点

！当日の受付はありません！

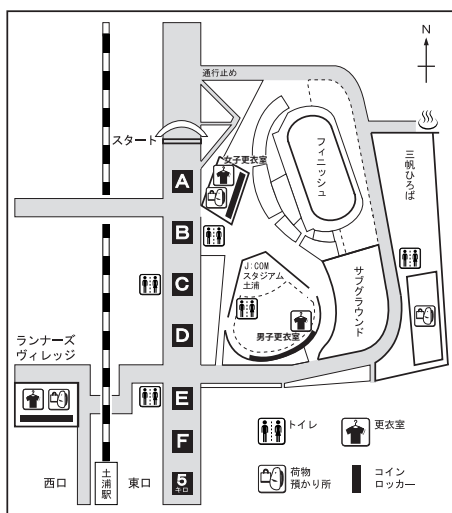
スタート時間までにナンバーカードを胸に装着し、スタート地点へ移動してください。

ナンバーカードには計測用チップが貼付してありますので取り外さないようご注意ください。

トイレは大変混雑しますので、早めにご利用ください。

- 計測用チップが無いと記録の計測ができません。
- ナンバーカードの装着が無いと出走できません。

<ナンバーカード（計測用チップを含む）を忘れた方>
サブグラウンド内「再発行受付」にて手続きをしてください。
再発行料 2,000円



スタートブロックへの移動

案内看板やスタッフの指示に従って速やかに各スタートブロックへ移動してください。

スタートブロックはナンバーカードに明記されている「アルファベット（A～F）」で指定されています。間違いの無いように並んでください。（フルマラソン・10マイルの方）

スタートブロックへは案内看板、スタッフの指示に従って各ブロックの後方より位置についてください。前方からは入れませんのでご注意ください。

レース中

■キロ表示

フルマラソン・10マイルのコース上に、1キロごとの、キロ表示看板をボランティアが掲示します。

■ペースアドバイザー

フルマラソンには、ミズノ・ランニングクラブペースアドバイザーが走ります。（4時間・4時間30分・5時間）風船が目印ですのでペースの目安にしてください。

■エイドステーションとトイレ

エイドステーションは以下の通り準備します。後続のランナーのために取り過ぎにご注意ください。尚、紙コップのゴミは大変危険ですので必ず回収箱に入れるようお願いいたします。また、フルマラソンのエイド3カ所に盲人ランナー専用のエイドを設置します。（正規エイドの約100M手前）。各エイドステーションには大会応援ソングが流れています（盲人ランナーへの案内）

フルマラソン（盲人ランナー専用エイドは【◎】で表記）

エイド	ポイント (目安)	位置	ドリンク	バナナ	パン	救護所	トイレ
1	5.0km	両	○				14
2	7.5km	両	○				20
3◎	10.0km	右	○	○			7
4	15.0km	左	○	○			7
5	17.5km	右	○	○			11
6◎	20.0km	右	○	○	○		5
7	23.5km	左	○	○		○	11
8	26.0km	左	○	○	○		1
9	28.5km	左	○	○	○		5
10◎	32.0km	左	○	○	○		4
11	32.5km	右	○	○	○	○	6
12	35.5km	左	○	○	○		5
13	38.5km	左	○	○	○		5
14	40.5km	左	○				6

10マイル

1	5.0km	左	○				5
2	11.0km	右	○	○			5
3	14.0km	左	○				3

■救護体制

救命を最優先とし、重篤な傷病者への確実な応急処置をするため、レース中の傷病については応急処置のみ行います。やむを得ずレース中にリタイアする場合には、最寄りのエイドステーションに待機し収容車にて会場へお戻りください。ただし、収容状況によっては時間がかかる場合もあります。

●フルマラソンコース上2カ所、フィニッシュ1カ所の計3カ所に医師、看護師が待機する救護所を設置。

●各エイドステーションにAEDを所持した救護スタッフを配置。

●AEDを所持し自転車でコースを巡回する自転車AED隊、救命救急士の資格を持った自転車パトロール隊を配置。

●フルマラソン・10マイルでは、ドクターランナーのほか大会参加者の中から救護ボランティアランナー（300名）が参加し、緊急時の初期対応に当たります。（十字マークのナンバーカードを装着）

●レース中に体調が優れない場合は救護スタッフ（ピンク色のウェア着用）、もしくはお近くのスタッフへ声をかけてください。

■関門の閉鎖

フルマラソンではレースの安全管理と選手の危険防止のため、下記の通り収容関門を設置します。関門閉鎖後は審判員及びスタッフの指示に従って速やかに歩道に上がり、収容車にて会場へお戻りください。

制限時間・関門

フルマラソン	閉鎖時間
17km 関門	12:15(2時間 25分)
28.5km 関門	14:30(4時間 40分)
フィニッシュ	16:00(6時間 10分)
10 マイル	閉鎖時間
フィニッシュ	11:20(2時間)
5km	閉鎖時間
フィニッシュ	11:10(40分)

■競技上の注意

- コース上は緊急車両の通行が必要な場合、競技の途中でであっても車両の通行が優先されます。
- 競技の途中でであっても走行状況により、一般の車両や歩行者が横断する場合があります。

フィニッシュ

■フィニッシュ後、競技場内に立ち止まらずにお進みください。

■参加賞

フィニッシャーズエリアにて事前に選択いただいた「オリジナルシューズケース」もしくは「地元名産品」をお受け取り下さい。「地元名産品」の種類は選べませんので予めご了承ください。

■記録証の交付・計測用チップの返却

フィニッシュ後、記録証を受け取り、回収スタッフに計測用チップを返却してください。国際盲人マラソン記録証の点字サービスを行っていますのでご利用ください。

欠場される方

■計測用チップの返却

参加が出来なくなってしまった場合は、同封の返却用封筒に計測用チップを入れてご返却ください。期限までに返却されない場合には、実費(2,000円)を請求させていただきます。

■参加賞

当日に限り計測用チップと交換します。下記時間内にインフォメーションへお越しください。【4月14日(日)7:00～17:00】4月15日から4月22日までに限り、着払いにて郵送致します。ご希望の方は「参加賞送付希望」とタイトルに明記の上、氏名・ゼッケン番号を下記アドレスへお送りください。

【大会事務局メールアドレス】

info@kasumigaura-marathon.jp 4月22日(月) 締め切り

表彰

■総合表彰

各種目別男女3位まで表彰式を行います。スケジュールをご確認の上、表彰式10分前に直接メインステージへお越しください。国際盲人マラソンでは賞状の点字サービスをご用意しております。

■副賞・ラッキー賞

各種目別男女各順位での副賞・ラッキー賞を贈呈いたします。記録証の総合順位をご確認の上インフォメーションへお越しください。※「賞品一覧」参照(P12、P13)

その他

■記録

完走者全員の記録と順位は大会ホームページに掲載いたします。また、記録証をダウンロードすることができます。(4月15日から開始予定)

■「かすみがうらマラソン速報ナビ」

大会当日に、出場者のナンバーカードと氏名を入力するだけで、記録速報(計測地点の通過タイムおよびフィニッシュタイム)が検索できます。ご家族・ご友人への応援、お待ち合わせなどに是非ご利用ください。下記URLを事前登録すると便利です。

URL:【<https://www.kasumigaura-marathon.jp/sokuhonavi/>】

※タイム、順位の表示は暫定となります。通信環境等によりご利用いただけない場合もございます。



■写真撮影について

レース中、コース上での写真撮影は危険ですのでご遠慮ください。また、フィニッシュ後、陸上競技場トラック上での撮影も、後続のランナーの妨げとなり危険ですのでご遠慮ください。

■音楽の音量は控えめに

伴走者が盲人ランナーの走路を確保するために「ランナー通りませす！」等声をかけさせていただくことがあります。安全確保のため、周囲の音や声が聞こえる範囲内で音量の調整をお願いします。

■立入禁止区域について

陸上競技場トラック内はマラソン参加者・運営関係者以外の立ち入りは禁止です。また大会で使用する公園管理事務所、J:COM スタジアム土浦諸室は関係者以外立ち入り禁止です。その他、立ち入り禁止の表示やスタッフの指示に従ってください。

■ボディケアエリア

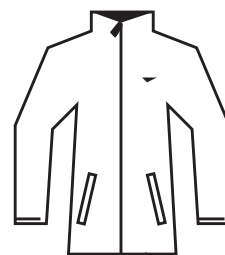
J:COM スタジアム土浦(野球場外野面)

各専門スタッフがスポーツマッサージ、ストレッチング、テーピング、血圧測定等の無料サービスを行います。レース前・後のコンディショニングに是非ご利用ください。

■ランナーズヴィレッジ

大鍋やご当地グルメ、ステージイベント等をご用意しています。(10:00～17:00) レース後は是非お立ち寄りください。

運営スタッフ



【赤色】

ボランティアスタッフ

【ピンク色】

救護スタッフ

【黄緑色】

エイドスタッフ

【青色】

運営スタッフ

マナー向上



- × NO!!! ボイ捨て!!! ゴミはゴミ箱へ!
みんなで きれいな マラソンづくり
- × NO!!! ながらスマホ!!! 周りが危険!
みんなで 安全な マラソンづくり
- × NO!!! 割り込み!!! 順番厳守!
みんなで 笑顔の マラソンづくり

ごみは持ち帰るか、指定のごみ箱に捨ててください。ルールを守り、安心安全な運営にご協力をお願いします。