



WAKABAYASHI MIYAGINO SEASIDE MARATHON

「【復興・再生祈願】若林・宮城野シーサイドマラソン」第8回大会へのエントリー、誠にありがとうございます！東日本大震災から12年。今年は震災の年に生まれたお子様が、最年少ランナーとしてエントリーくださっています。復興開発が進み、コース周辺の風景も年々変化しておりますが、再生への道はまだ途中です。この大会が、被災地の再生や、みなさまの災害への備えの一助となれましたら幸いです。


大会当日、みなさまと元気にお会いできますことを、心より楽しみにしております。

12月3日（日）大会スケジュール

7:00	ランナーサービス(荷物預かり等)スタート
9:00	男女ハーフマラソン一斉スタート
9:20	男女5km一斉スタート
9:30	男女10km一斉スタート
13:00	大会全終了

- 開催可否は当日6:00までにHP上でお知らせします。
- スタート5分前を目安にスタート地点にお集まりください。
- 10:15~11:30を目安に、コース毎の上位者表彰を行います。

送迎シャトルバス運行します

 仙台市営地下鉄荒井駅発着

行き 7:00~8:00
(荒井駅→会場) 上記時間に約10分間隔で巡回

帰り 11:00~13:00
(会場→荒井駅) 上記時間に約20分間隔で巡回

降車場所から会場まで約300mでございます。
乗車時はお並び順に係員が誘導いたします。

送付物一覧

(注意) 当日はゼッケンを忘れずにお持ちください。

- ゼッケン 大会パンフレット 大会ノベルティ (タオル) 荷物預かり用タグ 各種案内 (A4×4枚)



ご不明な点がございましたら、お手数ですが、大会HPの「お問い合わせ」よりご連絡をお願いいたします。
「若林シーサイドマラソン」<https://maru-tama.info/seaside-marathon/>

コースに関するご案内



10km・ハーフ用

- 給水所 (Water Station)
- トイレ (Toilet)
- AED

10kmコース

- 医師 (Doctor)
- 救護所 (First Aid Station)
- トイレ (Toilet)
- AED

本部テント

- トイレ (Toilet)
- AED
- 救護所 (First Aid Station)

全ゴール用

- PET 配布 (PET Distribution)

ハーフ用

- 給水所 (Water Station)

ハーフマラソンコース 折り返し地点

10kmコース 折り返し地点

10kmコース

5kmコース

5kmコース 折り返し地点

スタート・ゴール地点

ハーフマラソン [10kmコース2周] コース

計測用チップ

計測用のチップは同封されているゼッケンの裏面に取り付けられています。一斉スタートの後、チップによりゴール地点でタイムを計測しています。正しい計測のため、裏面の注意事項をお読みください。必ずゼッケンを見やすい位置に装着してご参加ください。



給水サービス

10km・ハーフマラソンのランナー様への給水スポットを、約5km間隔で用意しています。カップ式もしくは紙コップ（約100ml）での提供となります。お近くにゴミ箱を用意しておりますので、ゴミは必ずゴミ箱へ捨てていただけますようお願いいたします。

10kmの部

5km 地点に1ヶ所

ハーフマラソン

5km・10km・15km 地点に計3ヶ所



制限時間／関門について

安全管理と競技運営の観点から、コース毎の制限時間と関門（ハーフのみ）を設けております。下記の規定時間を過ぎますと競技続行不可となり、徒歩もしくは送迎車にて本部までお戻りいただけます。スタッフの誘導に従ってください。

各コースの制限時間

5km：60分 / 10km：100分 / ハーフ：160分

ハーフマラソン関門

第一関門：約10km 地点 10時20分（80分）

第二関門：約15km 地点 11時（120分）

折返し地点について

海岸堤防途中にある10km・ハーフの折返し地点には、大型のカラーコーンを設置いたします。**左側通行**にご協力ください。

また、コース上は複数のコースのランナー様が混在する形となります。手前が10km、奥がハーフとなりますので、お間違いないようにご注意ください。



救護について

コースの中間地点に医師が常駐し、最寄りの消防署と連携しながら救護対応を行います。また、5km毎に救命救急講習受講済みのスタッフがAEDと共に待機しています。体調に違和感があつた際は、お近くのスタッフまでお声がけください。

救急車両の走行時は、通路の確保にご協力ください。

緊急時の避難誘導

大会当日に自然災害やミサイルの発射等が起きた場合は、大会を中止・中断し、避難を行います。地震の際は、原則最寄りの避難の丘や避難場所に設定された高台へ向かいます。コーススタッフが誘導いたしますので、落ち着いて指示に従って行動してください。

シャトルバス乗車中の場合、バス乗務員の判断のもと、地下鉄荒井駅もしくは仙台駅にお送りします。指示に従い行動してください。

各コースのスタート時間

- 各コース、スタート時間の5～10分前を目安にスタート地点にお集まりください。
- 申告いただいたタイム順にゼッケン番号を割り振っております。お互いに確認し合い、概ね番号の若い順にお並びいただくとスムーズです。

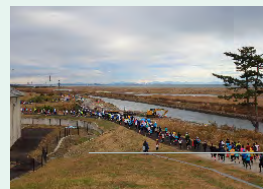
ハーフマラソン 9：00 一斉スタート（約350名）

5 km 9：20 一斉スタート（約270名）

10 km 9：30 一斉スタート（約440名）

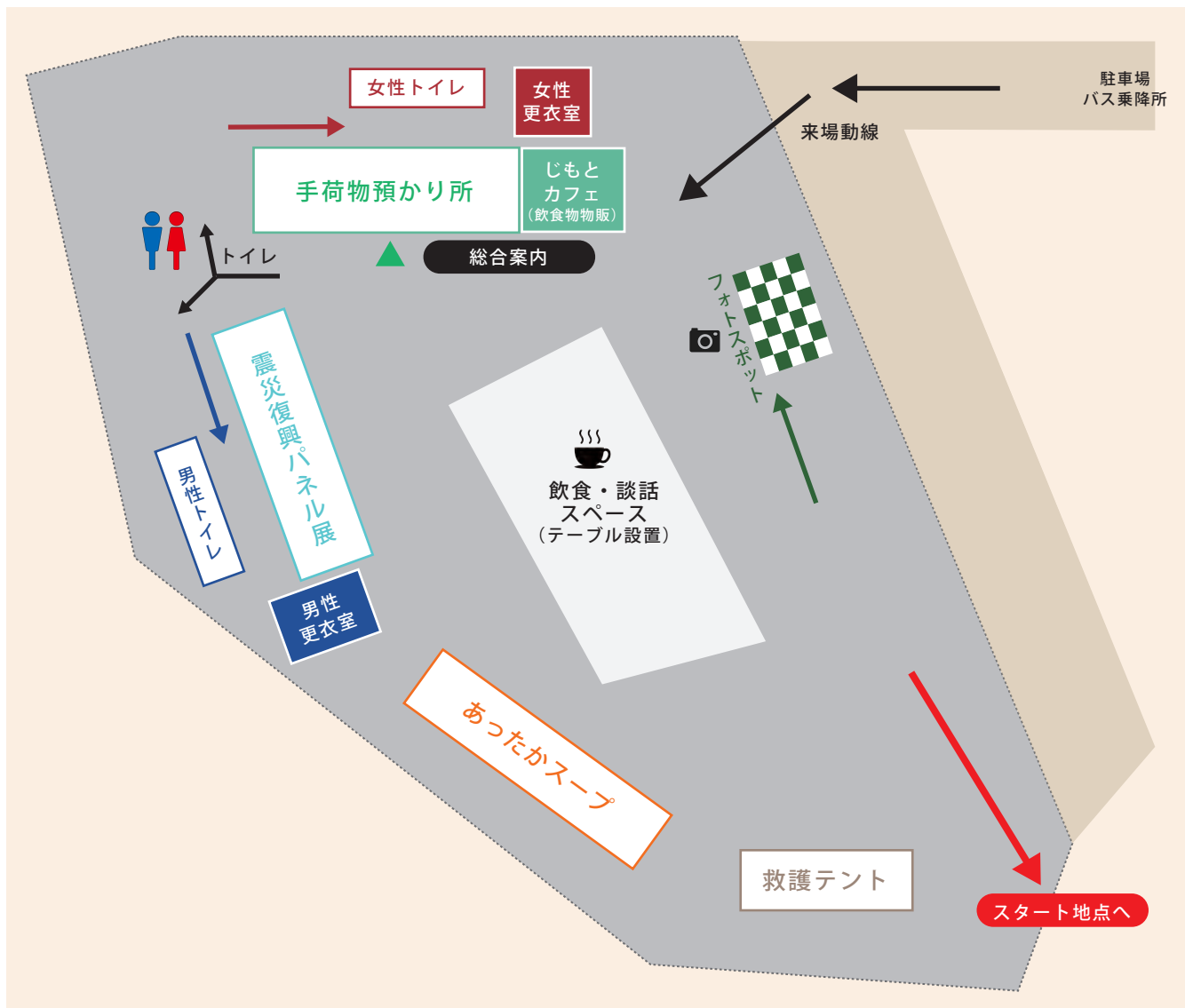
（参考）昨年の大会の様子

- サイクリングロードなど道幅が狭い箇所があります。
- 堤防に抜ける際、一部砂利道を挟みます。（10km・ハーフ）
- 海岸堤防沿いは海風がとても強いです。



大会本部

アスファルト舗装された駐車場スペースを大会本部としてお借りしています。



上位者表彰について



当日、会場にて各コースの男女 1 位～ 3 位の方の表彰式を行います。該当者には、ゴール地点でスタッフより集合時間等の案内がありますので、時間になりましたら総合案内前までお越しください。

賞状授与 / プレゼント贈呈 * / 写真撮影

* 昨年は、地元野菜の詰め合わせをお渡ししました。

WEB 記録証について

順位とタイムの記載された記録証は、後日 WEB 上での提供となります。大会 3 日後を目安に下記にアクセスし、各自ダウンロードをお願いします。

* 期日前アクセス等で Cookie が残っていると、公開日を過ぎても「準備中」表記となる場合があります。ページの更新をお試しください。

* android の一部でエラーが報告されています。端末や検索ブラウザを変えてお試しください。

ゼッケン No. 必要



手荷物預かりサービス

封のされたお荷物に、ご自身で「荷物預かり用タグ」(同封)を見える位置に貼付け、手荷物預かり所までお持ちください。預け時・受取時にはゼッケンが必要です。



右下に署名シテープ等で貼付け

【OK】

- チャックやジップで閉じられたもの (リュック・圧縮袋等)
- 1人1つまで



【NG】

- 貴重品
- 封をしていないもの
- 複数の荷物



* 詳細は「荷物預かり用タグ」をご確認ください。

トイレ・更衣室

大会本部内と、コース上 2.5km・5km 地点にトイレを設置しています。スタート直前は混雑が予想されます。予めご了承ください。また、男女別の更衣室を用意しています。スペースに限りがございますので譲り合ってください。お荷物・ゴミなどは全て持って出てください。

フォトスポット

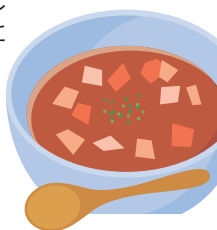
大会本部の一角にフォトスポットを用意しています。大会参加の記念に是非ご利用ください。また、当日はフォトスポットやコースにて、運営スタッフによる写真撮影も行っています。後日大会 HP や、Facebook のアルバムにて公開させていただきますので、宜しければそちらもご覧ください。



スープの引換について

ランナー様へ、地元野菜を使ったあたたかいスープをご用意しています。引換にはゼッケンが必要です。装着したままで結構ですので、見えるようにご提示ください。

- 9:40 以降提供開始予定
- お一人様一杯まで
- 総合案内にて追加購入可能 (300 円)



じもとカフェ (プチ飲食物販コーナー)

宮城の美味しいものを集めた販売コーナーです。お土産にも最適な厳選食材をお届け！

- 生鮮専果 SHOJI
アップル&スイートポテトパイ
 - 社の都のチーズ工房 yuzuki
スティックチーズケーキ
 - 一般社団法人 MYRO(マイロ)
こだわりの煮卵 就労継続支援事業 他、ドリンク等
- カード (VISA/Master) / PayPay 可



お子様向け「間違い探し」

ご家族の応援で来場されたお子様に向けて、ミニゲーム「間違い探し」を用意しています。9:00 以降に総合案内で問題用紙を配布予定です。お菓子のプレゼントがありますので、答えが分かったら再度総合案内にお越しください！

(対象年齢：小学生以下の方)



震災復興パネル展



本大会のコースの大部分は東日本大震災により被災した場所です。サイクリングロードや海岸堤防の周りには住宅や農地、防潮林、海水浴場などがあり、豊かな自然と活気あふれる生活が広がっていました。パネル展では、震災以前の街の様子や、震災時の光景、復興・再生への歩みを写真中心に展示しています。震災の経験を語り継ぐことで、一人でも多くの方の防災意識を高めるきっかけとなれたら幸いです。

あの日、何してた？

3がっ11にちも
わすれないためにセンター

パネル展の一角に、当時を振り返るワークショップシート (東日本大震災での体験や考えに関する 12 の質問/匿名記入) を設置予定です。是非みなさまの経験を共有してください。

- その日の夜、どのように過ごしましたか？
- 災害の全容や被害について、いつ、どうやって知りましたか？ 等

会場までのアクセス

お車でお越しの方

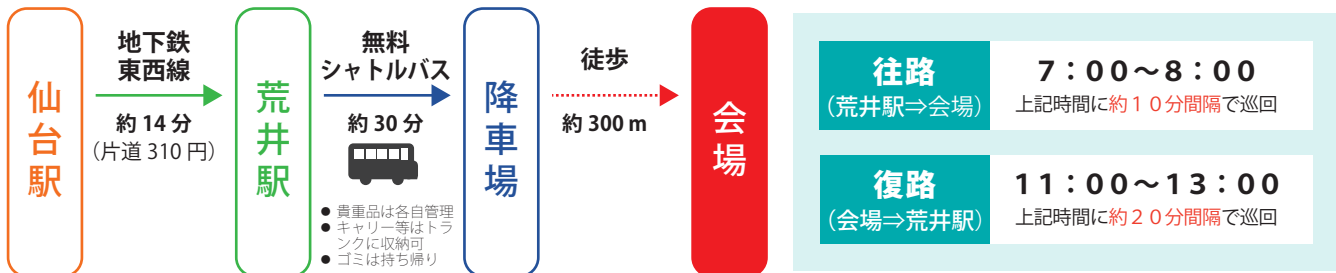
アクアイグニス様の少し先に、十分な台数の駐車場所をご用意しております。周辺に複数の誘導スタッフが待機しておりますので、案内に従ってお進みください。駐車場から会場までは徒歩数分（約 200～300 m）になります。駐車場所の大部分は舗装されておりません。草刈りをしてありますが、天候によっては足下が悪い場合がありますのでご了承ください。



(注意)
アクアイグニス様も通常営業
されております。マルシェや
飲食・温浴施設があり、屋上
(避難場所に指定) 展望台も
ございます。ぜひお立ち寄り
いただきたいのですが、施設
を利用しない方が施設内を横
切ったり、駐車場やトイレな
どを利用することはお控えく
ださい。

シャトルバスご利用の方

本年は「仙台市地下鉄(東西線)荒井駅」より会場近くまでの無料シャトルバスを運行いたします。荒井駅改札付近に誘導スタッフがおりますので、案内に従ってご乗車ください。事前のアンケートの結果からバスの台数等を調整しておりますが、お並びの順に乗車となりますので、必ずしも回答いただいた時間のバスに乗車できるわけではないことを予めご了承ください。遅い時間の便ほど混雑が予想されますので、お時間に余裕をもってお越しください。バス降車場(復路の乗り場も同様)は、アクアイグニス様の施設横(↑マップの★印)となります。





**WAKABAYASHI MIYAGINO
SEASIDE MARATHON**

