

フルマラソン一般の部／女子ビギナーの部

12月8日（日）

<参加のご案内>

— 事前の送付物（必ずご確認ください） —

11月末までに届かない場合は、必ず大会事務局へご連絡ください。

■大会プログラム

■ナンバーカード／計測チップ

【陸連登録者】

ナンバーカード、計測チップはそれぞれ1人2枚ずつです。必ずナンバーカードは胸と背中に、計測チップは左右それぞれのシューズに1枚ずつ装着してください。重ねたりすると記録が取れないことがあります。

【一般】

ナンバーカード、計測チップはそれぞれ1人1枚ずつです。必ずナンバーカードは胸に、計測チップは左右どちらかのシューズに装着してください。

【女子ビギナー】

ナンバーカードは1人2枚です（胸には必ず、背中は任意で装着）。計測チップ1人1枚ずつ、左右どちらかのシューズに装着してください。

※計測チップはポケットに入れたり、手に持っているとう記録が取れませんのでご注意ください。

※ナンバーカードの裏面は「緊急連絡先」を書く欄です。

必ずご本人以外の連絡先を記入してください。

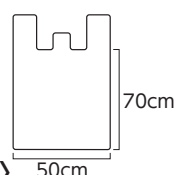
※計測チップはフィニッシュ後回収いたしますので、必ずご返却ください。

※未装着や他人の計測チップを装着した場合は、失格の対象となります。

■計測チップ返却用封筒（レース不参加時に使用）

■手荷物預かり用ビニール袋

手荷物を預ける際に使用してください。



■手荷物袋シール

手荷物預かり用ビニール袋へ貼り付けてください。

A1001

■参加賞〈Tシャツ〉



(前)



— 大会当日の受付はございません —

- レースで使用するナンバーカードと計測チップを事前送付しております。大会当日まで保管には注意し、忘れずにご持参ください。
- ナンバーカード、計測チップを紛失、忘れた場合は、大会当日の7:30～8:30に限り、けやきひろばに設置されたインフォメーションにて有料（2,000円）で再発行します。
- 計測チップはお帰りの際に回収します。

<レースに出走しない場合の計測チップ返却について>

会場にいられて未出走の方は、けやきひろばに設置されたインフォメーションに計測チップをご返却ください。都合により会場にいられない方は、大会終了後2週間以内に郵送にてご返却ください（同封の計測チップ返却用封筒をお使いください）。※ご返却がない場合、実費を請求させていただきます。

<計測チップ返送先>

〒152-8533 東京都目黒区原町1-31-9 ランナーズチップ事務局 ※ご返却の際は封筒に大会名を記載ください。

全体スケジュール

■開催日

12月8日（日）

■会場

さいたまスーパーアリーナ（埼玉県さいたま市中央区新都心8番地）

■アクセス

- ・JR京浜東北線・宇都宮線・高崎線「さいたま新都心」駅から徒歩約3分
- ・JR埼京線「北与野」駅から徒歩約7分

■タイムスケジュール

- 7:30 会場オープン
手荷物検査開始
- 7:40 ウォームアップエリア開放
手荷物預かり開始
- 9:00 スタート整列開始
- 9:10 代表チャレンジャーの部スタート（参考）

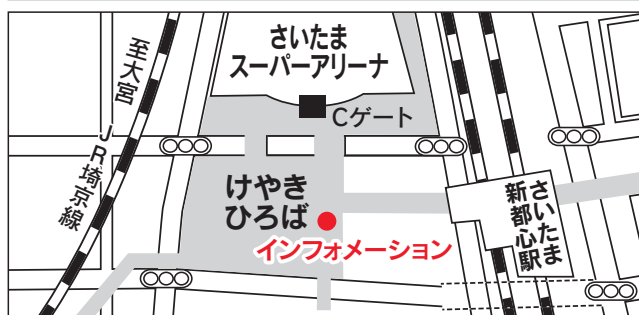
9:30 E1/E3/W1ゲート閉鎖（対象:A/B/C/D/Eブロック）

これ以降は全員W4ゲートからの最後尾に並ぶこととなります。※各ゲート位置はP3参照

9:40 フルマラソン一般の部/女子ビギナーの部スタート

これ以降はスタートできません。

インフォメーション（総合案内）について



※ご不明点のお問い合わせの際にご利用ください。

伴走者について

障がいのある方の伴走をされる方（エントリー時に申請いただいた方）は、エントリー者への送付物に伴走ゼッケンを同封しております。伴走をされる方で手荷物預かり用ビニール袋、手荷物袋シールが必要な方は、インフォメーションまでお越しください。また伴走ゼッケン着用がない方の伴走は認められませんので、忘れずにご持参ください。

スタート会場(さいたまスーパーアリーナ)



階層	利用時間	利用内容
5F		男性ランナー専用更衣エリア
4F		フリースペース(スタンド利用可)
3F		女性ランナー専用更衣エリア
2F		入場口
1F	7:40~9:30	各ブロック手荷物預かり所
	7:40~8:55	ウォームアップエリア
	9:00~	スタートブロック

スタート後閉鎖

■ 自転車でのご来場に関する注意事項

- ・ 自転車でご来場の場合、さいたま新都心駅東口の「高沼遊歩道」の臨時駐輪場をご利用ください。
- ・ 近隣商業施設等への駐輪は、他のお客様の迷惑となります

ので絶対に駐輪しないようにご協力をお願いします。

- ・ 駐輪スペースには限りがございますので公共交通機関でのご来場をお願いいたします。

*** さいたまスーパーアリーナの駐輪場はご利用になれません。**

ウォームアップエリア

- ・ 7時40分から8時55分まで、さいたまスーパーアリーナ西側・北側道路に設けます。
- ・ さいたまスーパーアリーナの場外から直接入ることはできません。2Fコンコース外階段からか、1FのNゲートまたはW4ゲートからアクセスください。

手荷物検査(7:30~)

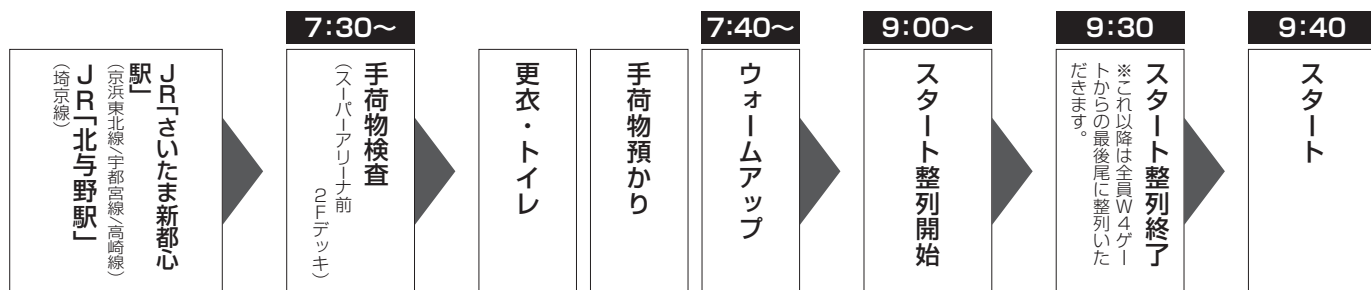
- ・ さいたまスーパーアリーナ前2Fデッキ上にて手荷物検査を行います。
- ・ 手荷物の無い方は専用レーンを設けます。
- ・ 入場時は混雑が予想されますので時間に余裕を持ってご来場ください。
- ・ さいたまスーパーアリーナ内にはランナーの方のみご入場できます。ランナーの方はナンバーカードで確認いたします。**ナンバーカードをお持ちでないと入場することができません**のでご注意ください。
- ・ 場内に持ち込める荷物は事前に送付した手荷物預かり袋のみです。入りきらない荷物は持ち込めませんのでご注意ください。手荷物預かり袋にバッグ等を入れている場合は、バッグの中身も検査の対象です。手荷物は必要最小限とし、スムーズな手荷物検査にご協力ください。

持込禁止物

火薬類・引火性液体・毒物・可燃性物質・ガス類・有害物質等の物質的危険物。はさみ・ナイフ・カッター等の刃物。ゴルフクラブ・バット・鉄パイプ等の本大会に関わりのない道具類。

— スタートについて —

スタートまでの流れ



注意事項

- ・ 手荷物検査には時間がかかります。早めに会場へお越しください。
- ・ スタート整列時のゲートの閉鎖時刻にご注意ください。9:30を過ぎると、最後尾に並んでいただくことになります。
- ・ 9:40を過ぎるとスタートできません。

★ 更衣(7:30~)

- 男性の更衣は5F、女性の更衣は3Fとなります。4Fは男女フリースペース（スタンド利用可）です。
- 4Fの座席に荷物を置いたままスタートすることはできません。スタート後は3F~5Fを閉鎖します。フィニッシュ後に戻ることにはできませんので荷物がある方は必ず1Fで荷物をお預けください。
- スーパーアリーナ内のコンコース（通路）を走ることは禁止いたします。

スーパーアリーナ内には下記トイレ台数があります。

1F	男性	女性	2F	男性	女性	3F	女性	計	男性	女性
	小58 大28	86		小74 大38	64		13		小172 大86	208
4F	男性	女性	5F	男性	女性			計	男性	女性
	小30 大11	37		小10 大17			小172 大86		208	466

- 他にも1Fスタートブロック脇には仮設トイレを男女兼用で125台設置予定です。

フルマラソン一般の部/ ★ 女子ビギナーの部スタート整列(9:00~9:30)

■ 整列時の注意事項

- 以下のゲートの閉鎖時刻によりスタートブロックが後ろになる場合がありますのでご注意ください。

9:00 スタート整列開始

※会場内の看板に従って、各ゲートからスタートブロックへ整列してください。

9:30 E1/E3/W1ゲート 閉鎖(対象:A/B/C/D/Eブロック)

この時刻以降は全員W4ゲートから出て最後尾に並ぶことになります。

9:40 スタート

W4ゲート 閉鎖 (対象:全てのランナー)

これ以降はスタートできません。

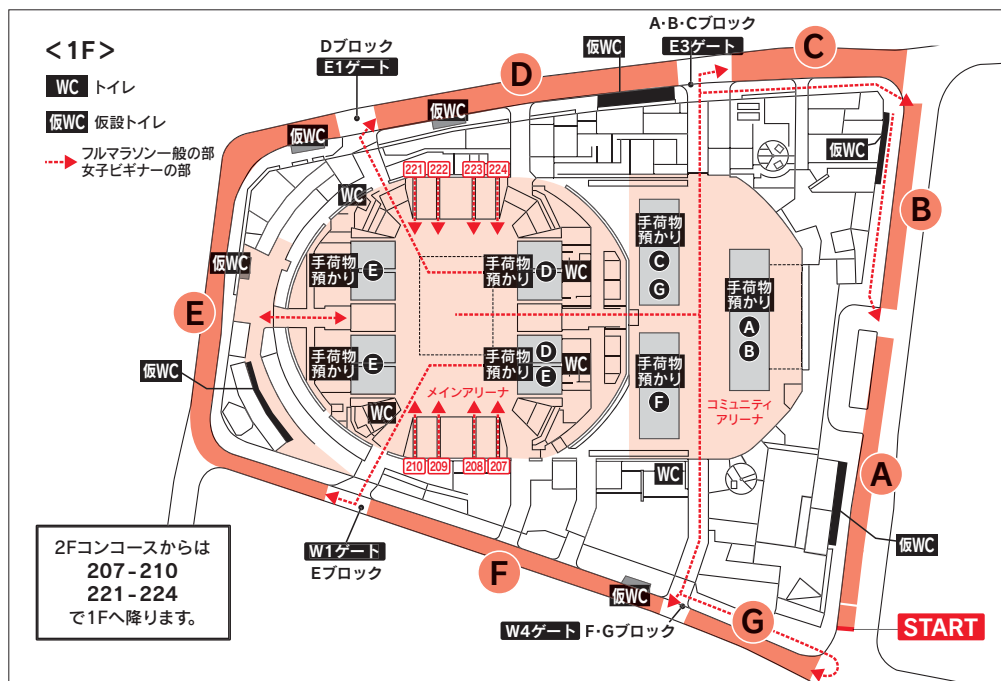
— 手荷物預かり・スタートブロック案内図 —

★ 手荷物預かり(7:40~9:30)

- 手荷物袋シールが貼られているか確認してください。
- 袋は、しっかり閉じてください。
- 貴重品は入れないようにしてください。
- ナンバーカードに記載されている荷物預かり番号に向かってください。
- 一度お預かりした荷物は、フィニッシュ後までお返しすることはできませんので、ご注意ください。
- 手荷物はフィニッシュ後、同じ場所で返却いたします。
- 手荷物預りの場所は、スタートブロックがA・B・C・F・Gのランナーはコミュニティアリーナ、スタートブロックがD・Eの方はメインアリーナになります。
- 1度スタート整列に向かって外に出るとスーパーアリーナ内に戻ることにはできません。
- E1/E3/W1ゲート(対象:A/B/C/D/Eブロック)は9:00まではオープンしません。

ナンバーカードに表示されているアルファベットのブロックにお並びください。

スタートブロック
手荷物番号
スタート地点への使用ゲート



よりスムーズなスタートにご協力ください!

16,000人もランナーが一齐にスタートする本大会では、より安全に、よりスムーズにランナーがスタートできるように各ブロックの誘導を行ってまいります。当日は競技役員の方の指示に従って動いていただきますようお願いいたします。

【東京大学・西成活裕教授（渋滞学）によるアドバイス！】

「群衆は固まったら負け！前に詰めすぎると、結果的にスタートは遅くなります」

→本大会では各ブロックの間隔を段階的につめることで、全体の流動性を確保し、ランナーの皆さんがよりスムーズなスタートが切れることを目指します。皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

— レース中について —

★ 走路・距離表示

- コース上は交通規制が行われますが、大会関係車両・緊急車両が並走・横断する場合があります。係員が進路変更や走行停止を指示する場合がありますので、十分注意の上、指示に従ってください。
- 距離は1kmごと及び中間点、残り5km地点から先は、残りの距離も1kmごとに表示します。

★ 給水所

- コース上の下記地点に給水所を設けます。レース中は水分補給をしっかりと行ってください。
- 給食物品は準備した数量がなくなり次第、終了となります。

距離	水	スポーツドリンク	その他	給食
5.2km	○	○		
10.2km	○	○		
15.2km	○	○		○
20.3km	○	○		
22.7km	○	○		○
25.2km	○	○		
28.2km	○	○		○
30.5km	○	○		
32.9km	○	○	コカ・コーラ	○
35.4km	○	○		
38.0km	○	○	狭山茶	○
40.5km	○	○		

給食内容	15.0km	22.7km	28.2km	32.9km	38.0km
バナナ		○		○	○
塩飴	○	○	○	○	○
パン		○	○	○	
十万石まんじゅう		○			
彩果の宝石		○	○		
ちちぶまゆ			○		
トマトベリー				○	
奈良漬					○
みかん			○		○
煎餅					○
あんこ玉					○
芋ようかん					○
チョコくまクッキー					○
うなぎの蒲焼き					○
一口チョコ	○				

※女子ビギナーの部・専用エイドを26.5km地点に設けます。

★ 救護所

- コース上に10ヶ所設置しています。
- 各救護所には医師、看護師が待機していますので、レース中に体調の異常を感じたら、無理をせず勇気をもってリタイアしてください。
- 冷却スプレーはありません。

	名称	距離
1	駒場体育館救護所	7.1km
2	浦和大学救護所	12.4km
3	埼玉スタジアム2002(北口)救護所	17.2km
4	尾ヶ崎新田救護所	14.9km/20.0km/26.2km
5	神明町救護所	23.1km
6	浦和ルーテル学院救護所	28.2km
7	大間木救護所	33.2km
8	ポリテクセンター埼玉救護所	35.4km
9	埼玉りそな銀行本社救護所	37.4km
10	与野中央公園救護所	39.9km
フィニッシュ救護所(マラソン)	さいたまスーパーアリーナ コミュニティアリーナ内	42.195km

★ 関門閉鎖について

- 関門の500m手前に関門をお知らせする看板があります。
- 競技運営上、下記地点で関門閉鎖を行います。閉鎖時刻までに各関門を通過できなかった場合、競技を続けることはできません。
- 関門閉鎖前でも、審判員が明らかに閉鎖時間までに到達できないと判断した場合は、競技中止を指示することがあります。その場合は、競技を中止し、速やかに歩道に上がり、審判員の指示に従ってください。
- 最後尾に6時間を目標タイムとしたペースランナーを配置しています。6時間ペースランナーより前を走るようにしてください。

名称	場所	距離	閉鎖時刻
第1関門	さいたま新都心駅東口	2.9km	10:29
第2関門	駒場体育館	7.1km	11:03
第3関門	浦和大学	12.4km	11:45
第4関門	埼玉スタジアム2002(北口)	17.2km	12:22
第5関門	神明町	23.1km	13:09
第6関門	浦和ルーテル学院	28.2km	13:49
第7関門	ポリテクセンター埼玉	35.4km	14:46
第8関門	埼玉りそな銀行本社	37.4km	15:02
第9関門	与野中央公園	39.9km	15:22

※制限時間が90分のため、15:40に競技終了となります。

★ トイレ

トイレはコース上各所に用意しております(既設トイレ、または仮設トイレ)。コース上に看板表示がありますので、必ず所定の場所をお願いします。住宅地や空き地での小用は、住民に多大な迷惑を及ぼし、今後の開催に大きく影響しますので、絶対にお止めください。

★ ペースランナー

目標タイムの参考になるペースランナーが、皆さまと一緒に走ります。設定時間は3時間30分、4時間、4時間30分、5時間、5時間30分、6時間となっています。なお、設定時間は、グロスタイムを対象としていますので、ご注意ください。

★ 競技注意事項

- 2019年国際陸上競技連盟(IAAF)並びに日本陸上競技連盟競技規則及び本大会規則によります。
- 本人以外の代理出走は禁止いたします。
- 競技中の事故については応急処置のみ行います。大会開催中の事故、傷病への補償については、大会側が加入した保険の範囲内になります。
- ナンバーカード、計測チップを装着していないランナーは失格の対象となります。**
- 計測チップは、必ずシューズに取り付けてください。
- 天候に関わらず、脱水症防止のため、レース前後は、こまめに水分補給をしてください。

▲ ルールとマナーについて(重要)

- ・緊急時にスタッフの指示が聞こえないなどの危険があるため、ヘッドホン、イヤホン等で両耳を塞ぐことはご遠慮ください。
- ・スタート直前は各ブロックとも混雑します。スタートの合図が鳴っても、慌てることなく前のランナーを押さないよう注意してください。
- ・スタート後、追い越すためにコースをはみ出したり、歩道に乗り上げるような行為は大変危険ですので、絶対にお止めください。このような行動を発見した場合は、失格処分とします。今後の開催にも影響が出ますので、ご理解・ご協力をお願いします。
- ・様々な大会で、ランナーからのゴミの散乱が問題となっております。本大会では、会場内や給水所に、ゴミ箱を設置しております。走路に紙コップを放り投げず、極力ゴミ箱へ捨てていただきますよう、ご協力をお願いします。
- ・着用するウェアや持ち込むバッグ等に表示されている商標は、日本陸上競技連盟が定める「競技会における広告および展示物に関する規程」に準拠して実施します。
- ・会場及びコース周辺におけるドローン等の飛行行為は大変危険ですので、お止めください。
- ・不審な物を見つけた時は速やかに付近の警察官又はスタッフにお知らせください。
- ・スタート前に投げ捨てた衣類等は、ごみとして処分いたします。

▲ 服装及び禁止行為に対するガイドライン

本大会では、下記のような行為は認めておりません。大会が定める規則、その他の法令及び公序良俗に反するような仮装はもとより、次の1から9は認めません。主催者側がこれらに該当すると判断した場合は大会への参加を認めず、スタート後であっても競技を中止させることがあります。これに対する異議は一切認められないことをご了承ください。

[禁止事項]

- 1.他の競技者を傷つけたり、転倒させたりする恐れがあるなど、他のランナーに対して危険と思われる服装や携行品を身に着けたり、顔全体を覆うこと。
(例)
 - ・剣や棒、甲冑、リベットを打ちつけた服など、接触により他のランナーを傷つける恐れのある服装、着ぐるみなど。
 - ・のぼりや旗など、長いものや大きいものを持ちたり、背負ったりすること。
 - ・裾の長いスカートや着物など、転倒の恐れが高いもの。
 - ・複数のランナーが連なるなど、他のランナーの進路を妨害する可能性の高いもの等。
- 2.法令や公序良俗に反するような服装、他のランナーや観戦者を不快にさせるなど、スポーツ大会にふさわしくな

い服装。

(例)

- ・裸あるいはそれに近い下着姿・裸を連想させるようなコスチューム等。
- 3.政治的、宗教上の主張をPRするものや広告宣伝等を目的とした服装。
 - 4.大会主催者が認めていない個人の名前、特定の地域・団体などをPRするものや広告宣伝等を目的とした服装。
(例)
 - ・「〇〇商店街」などとプリントされた服の着用等。
 - 5.他のランナーがスタート合図と誤認し、大会運営に混乱を招くおそれのある物（強い光、閃光等を発生する照明器具、ホイッスルもしくは警笛又は破裂音や爆発音を発生させる花火など）や、他のランナーの妨げになるような大音量を発生する器具の使用。
 - 6.スタートラインやフィニッシュライン付近のほかコース上で、踊り、演技、演奏などをしたり、立ち止まったりするなどの遅延行為。
 - 7.募金、署名等を求めるもの。
 - 8.競技中、コースの一部で一般の方の横断をさせる場合があり、これを妨げようとするもの。
 - 9.その他、1～8以外で主催者が大会参加にふさわしくないと判断したもの。

さいたま国際マラソン

大会公式Webサイト

<https://saitama-international-marathon.jp/>

【大会開催可否の最終決定について】

災害・悪天候等による大会の中止、縮小等に関する発表は下記日時と方法で行います。

最終決定日時 2019年12月8日(日) 5:00

発表方法 大会公式Webサイト

【大会及びう回・交通規制に関するお問い合わせ先】

さいたま国際マラソン大会事務局

TEL 048-832-2561 平日 10:00~18:00

FAX 048-832-2582

12月7日(土) 10:00~18:00

12月8日(日) 6:00~17:00

※さいたまスーパーアリーナへのお問い合わせは、ご遠慮ください。

テレビ放映

日本テレビ系で生中継

12月8日(日) 9:00~11:50

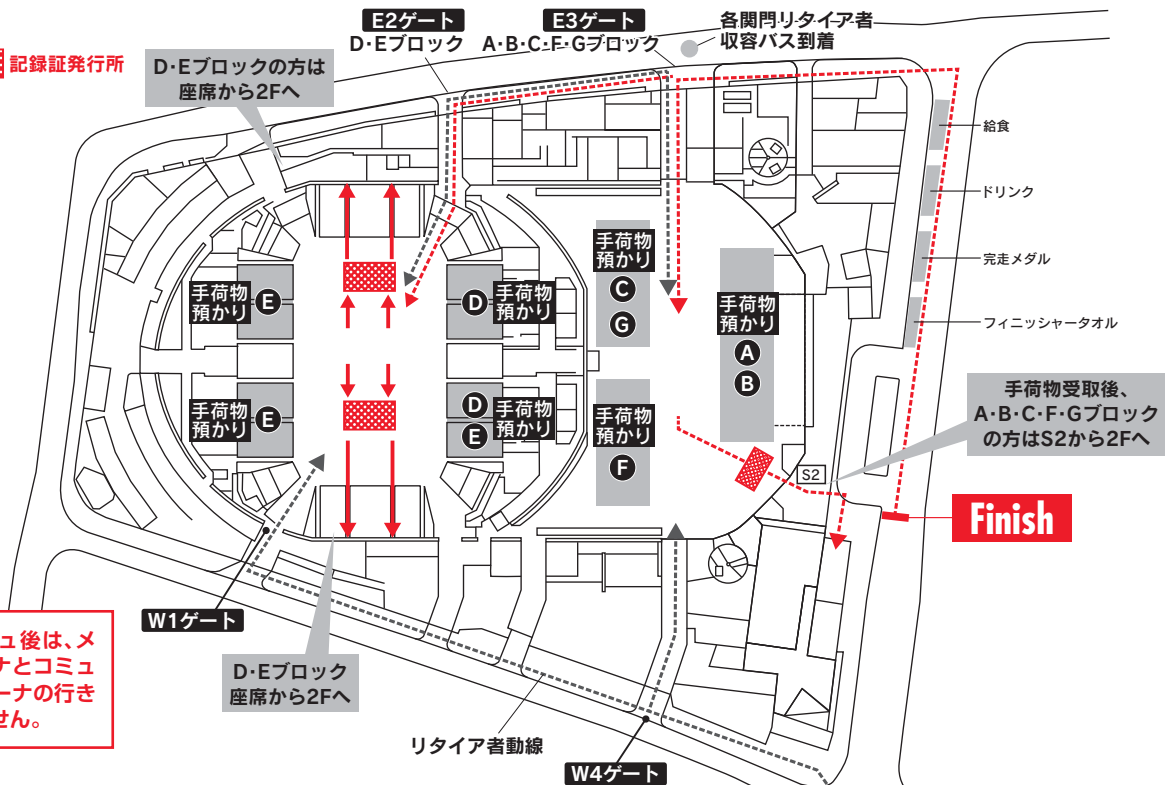
※詳しくは大会公式Webサイトをご覧ください。

— フィニッシュ後(リタイア後)の流れ —

▲ フィニッシュしてから(計測チップは回収いたします。)

<1F>

記録証発行所



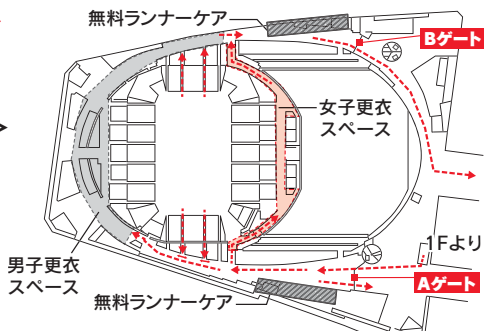
フィニッシュ後は、メインアリーナとコミュニケーションアリーナの行き来はできません。

1Fで手荷物を受取り後、2Fの更衣スペースでお着替えいただき、2Fから退出となります。

出口となる「Aゲート」、「Bゲート」にて計測チップを回収しますので、必ずご返却ください。

<2F>

鍼灸やマッサージ、ストレッチなどの専門家が無料でランナーのケアを行います。(混雑時は順番をお待ち頂くことがあります)



▲ 計測チップの回収

レース終了後、計測チップを回収いたします。

1. フィニッシュ後アリーナ内にて手荷物を受け取る。
2. 受け取り後記録証発行所にて記録証を受け取る。
3. そのまま2Fへ上がり、出口となる「Aゲート」または「Bゲート」にて計測チップを回収します。

※紛失や未返却の場合は実費をご請求させていただく場合がございます。必ずご返却いただきますよう、お願いいたします。

▲ 表彰

会場 けやきひろば特設ステージ
 時間 13:00開始(予定)
 対象 フルマラソン一般の部(男女別) 総合1~8位

▲ 記録速報(応援ナビ/ランナーズアップデートサービス)

■ 応援ナビ

パソコンやスマートフォン、タブレットで、ランナーの予測位置を地図上でチェックすることができます。また、複数のランナーを選択できますので、応援するご家族やお仲間にメッセージを入力することもできます(スマートフォン用のアプリもあります)。



応援ナビ

■ ランナーズアップデートサービス

ナンバーカードまたは氏名を入力し検索することで、5kmごとの通過タイムを調べることができます。



ランナーズアップデート

※いずれのサービスも大会当日のみご利用いただけます。
 ※右記QRコードをご利用ください。

▲ 記録証

[大会当日] 速報記録としてグロスタイム(号砲からのタイム)の他に、参考としてネットタイム(スタートライン通過時刻からのタイム)を記載した記録証を発行いたします。

[後日] 公式記録(グロスタイム)の他に、参考としてネットタイムと、5kmごとに計測したスプリットタイムを記載した記録証をWEBにてダウンロードすることができます。

※記録証は制限時間に完走できなかったランナーには発行いたしません。