



特別ゲストによる講習会開催  
西田隆維 / 吉澤永一  
(元 世界陸上代表選手)



# 第2回 パークらんマラソン<sup>®</sup> in 彩湖・道満グリーンパーク

都心から近く、アクセスも良く、安心して美しい「彩湖・道満グリーンパーク」を走るマラソン大会です。コースは彩湖湖畔を反時計回り一周5km・最大高低差約4mの周回コース。車の心配もなく、自分の体力とタイムに挑戦する絶好の大会です！

また、元世界陸上代表選手の「西田隆維」・「吉澤永一」さんが、マラソンシーズンにおける効率の良いレッスン方法の講習会を開催！トップアスリートから直接指導を受ける事ができるこの機会に、一人でも多く参加されることをお待ちしております！！一人でモクモクと、みんなでワイワイとベストシーズンの「パークらんマラソン」にチャレンジ！！

**【日にち】** 2月4日(土)

**【会場】** 彩湖・道満グリーンパーク (埼玉県戸田市重瀬745)

- ※JR武蔵野線『西浦和駅』徒歩約30分(約2.2km)
- ※JR武蔵野線・埼京線『武蔵浦和駅』バス約12分下車徒歩5分
- ※駐車場1260台(2時間まで200円以後1時間100円増、5時間以上1時間200円増)
- ※駐車場混雑のため、駐車に時間がかかる場合もあります。早めのご来園をお願いします。

**【主催】** パークらんマラソンin彩湖・道満グリーンパーク実行委員会  
**【主管】** (株)オーランド、ビーアシスト(株)、ファンダフルマラソン実行委員会

- 【種目】**
- (A) 5kmの部(男子・女子) [参加資格]中学生以上の健康な男女  
[参加費用] 3,400円 ※制限時間1時間
  - (B) 10kmの部(男子・女子) [参加資格]中学生以上の健康な男女  
[参加費用] 3,600円 ※制限時間1時間30分
  - (C) ハーフマラソンの部(男子・女子) [参加資格]高校生以上の健康な男女  
[参加費用] 4,400円 ※制限時間3時間
  - (D) 30kmの部(男子・女子) [参加資格]高校生以上の健康な男女  
[参加費用] 4,600円 ※制限時間4時間30分

**【受付場所】** 公園内「多目的広場」特設テント受付

**【開会式】** 9:30

**【表彰】** 総合1位～3位(種目別・男女別)

※年代別1位(ハーフ・30kmのみ:男女別29歳以下、30歳台、40歳台、50歳台、60歳以上)

**【参加資格】** (A)5km・(B)10kmは中学生以上、(C)ハーフマラソン・(D)30kmは高校生以上の健康な男女

※20歳未満の方は保護者の同意が必要

**【参加賞】** フランクショータータオル、ファイテン エナジードライ ※予定

**【講習会】** 競技にも役立つTOPアスリートによる無料ランニング講習会をおこないます！お楽しみに！！



大会スケジュール	
8:45～	選手受付 ※各スタート時間15分前まで
9:30	開会式
9:35	ランニング講習会[これからの季節の練習方法] I
10:00	ランニング講習会終了
10:15	(C)ハーフマラソン スタート
10:30	(D)30km スタート
11:20	(A)5km/(B)10km スタート
12:00ごろ	(C)ハーフ 表彰式
12:30ごろ	(A)(B)5km・10km 表彰式
13:00ごろ	(D)30km 表彰式
15:00	競技終了
15:30	荷物置場終了

<競技>

**【スタート】** (A) 5km=11:20 (B) 10km=11:20 (C)ハーフ=10:15 (D) 30km=10:30

**【コース】** 彩湖・道満グリーンパーク内の特設コース(園内道路を使用した反時計回りに一周5kmを周回する特設コース)

**【ルール】**

- ・この大会は大会に関するすべての人の「安全」を最優先します。
- ・コース内は一般入場者の立入制限がありません。自らの責任において接触事故等の防止に注意を払うこと。
- ・競技規則は、平成28年度日本陸上競技連盟規則及び本大会申し合わせ事項による。
- ・コースは反時計回り一周5kmの周回コース。走者は必ず左側を走行し、追い越す選手は右側から抜くこと。
- ・競技は15:00を持って終了とする。
  - ※14:30以降は、計測地点より新たに周回コースへ走り始めることはできません。
  - ※14:30以降は、コース撤収の為スタート地点より順次コース利用ができなくなります。
- ・大会は、荒天等(台風・積雪・災害など)により会場の使用が不可能と判断した場合は中止することがあります。中止するか微妙な場合は、当日の朝(6:00a.m.～)よりホームページをご確認ください。

# 世界陸上元日本代表がゲストに決定！スタート前にレッスンを開催！



世界陸上元日本代表の西田隆維さん、吉澤永一さんがゲストに決定！これからの暑くなる季節のレッスンや注意事項など、「役立つレッスン」をスタート前に開催します(無料)。また、MCは元オリオンガールの上條さんが務めます。

### 【西田隆維さんプロフィール】

駒澤大学時代、大学三大駅伝(出雲、全日本大学、箱根)の初優勝に貢献。社会人では世界陸上マラソン代表。現在は西田ランニングくらぶ代表など活躍中！  
DIADORAランニングアドバイザー



### 【吉澤永一さんプロフィール】

長野県出身 明治大学卒  
パリ世界陸上20km競歩日本代表  
アジア選手権20km競歩金メダル  
W杯競歩20km競歩日本代表  
関東インカレ1000m競歩3連覇  
日本インカレ1000m競歩2連覇など



### MC

### 【上條恵奈美さんプロフィール】

那覇市首里出身  
元オリオンビールキャンギャル  
タレント、CM、舞台、TVリポーター  
パーソナリティなどで活躍中。  
DIADORAランニングアドバイザー



## ▼その他

※最終要項は開催一週間前迄にメール添付し送付いたします。

※ナンバーカード(ゼッケン)は当日受付時に交付し、競技終了後ナンバーカード裏のチップのみ返却(返却されない場合は実費3,240円が申込者に請求されます)。

※最後まで走った方は完走証を発行します。成績表(リザルト)とともにホームページからの発行となります。

※エイドステーションではドリンクと簡単な補給食をご用意いたします。十分に対応できない場合がありますので、必要に応じて各自でご準備ください。

※大会競技規則及び競技役員の指示に従わない場合失格とします(全ての種目が対象)。

※申し込み後の種目変更・キャンセルはできません。また、荒天や不慮の事故、天災地変等により止むを得ず大会を中止、または競技の変更があっても参加申込金等の一切の返金は行いません。

※荷物は荷物置場を利用するか、各自責任を持って保管する。主催者は紛失等一切の責任を負いません。

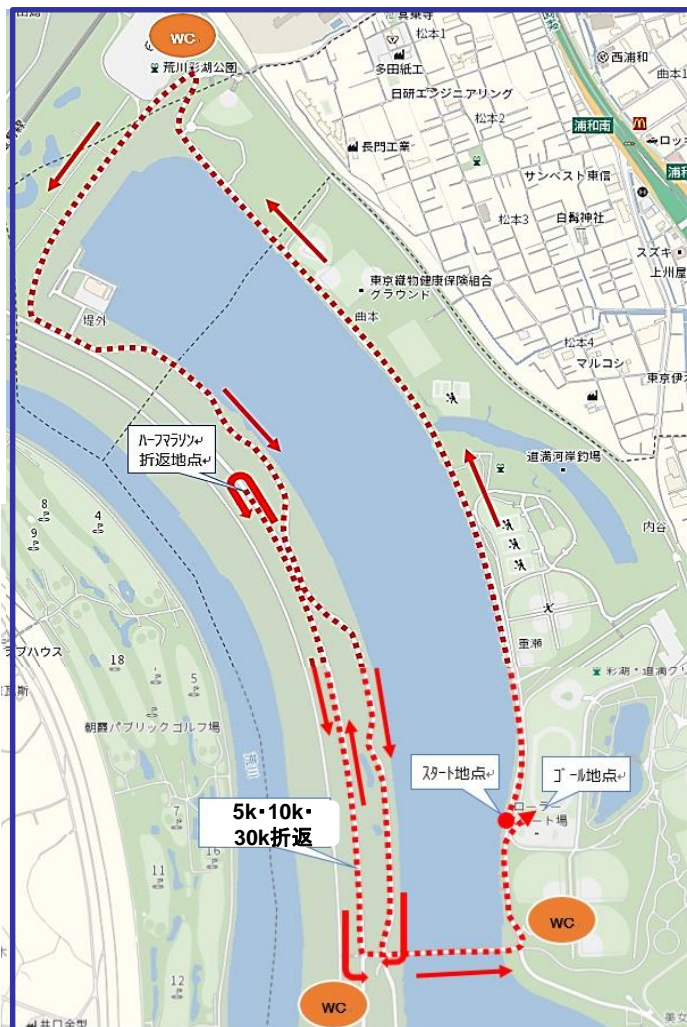
※主催者側でスポーツ保険に加入いたします。保険内容は、通院日額1,000円/入院日額1,500円/死亡、後遺障害100万円となっております。保険

内容に不安な方は、個人的に保険にご加入ください。

※大会出場中の映像・写真・記事・記録等は主催者に帰属する。

※駐車場は公園ならびに周辺にあります。駐車場混雑のため駐車に時間がかかる場合もあり、遅刻(救済処置はありません)には十分ご注意ください。

(公園の駐車場利用は7:30a.m.~/普通車2時間以内200円、5時間まで1時間ごと100円増、5時間以上1時間200円増、最大1100円)



## 申込方法【締切り:平成28年1月15日(日)】

大会ホームページ <http://www.park-run.com>

### 【インターネットでのお申込】

- ・RUNNET(ランネット) <http://runnet.jp>
- ・SPORTS ONE(スポーツワン) <http://sportsone.jp/taikai/>
- ・SPORTS ENTRY(スポーツエントリー) <http://www.sportsentry.ne.jp>
- ・MSPO(エムスポ) <http://www.msपो.jp> 【msपोのみ1/18(水)23:59まで受付!】

【注】締切日前でも定員になりしだい終了いたします

### 【電話でのお申込】

SPORTS ENTRY(スポーツエントリー)  
TEL 0570-550-846(平日10:00~17:00)

### 【お問合せ先】

〒190-0013 東京都立川市富士見町4-10-10  
「パークランマラソン彩湖・道満グリーンパーク」実行委員会  
e-mail: [mail@beeassist.jp](mailto:mail@beeassist.jp)



# 【申込書】パークランマラソン in 彩湖・道満グリーンパーク

種 目 (参加種目に○ ※ハーフのみ年齢欄も記入)	(A) 5km男子 ・ 5km女子			
	(B) 10km男子 ・ 10km女子			
	(C) ハーフ男子 ・ ハーフ女子 [29歳以下・30歳台・40歳台・50歳台・60歳以上:大会当日年齢]			
	(D) 30km男子 ・ 30km女子 [29歳以下・30歳台・40歳台・50歳台・60歳以上:大会当日年齢]			
氏 名	性 別	男・女	生年月日	年 月 日
住 所	〒 -			
E-mail:	☎ ( ) -			

## << 誓 約 書 >>

- 1.自己都合による申込後の種目変更、キャンセルはできません。また、過剰入金・重複入金のご返金はいたしません。
- 2.地震・風水害・降雪・事件・事故・疫病等による開催縮小・中止は、その都度主催者が判断し決定します。なお、その場合の一部、または全部のご返金はいたしません。
- 3.心疾患・疾病等なく、健康に留意し、十分なトレーニングをして大会にご参加願います。なお、傷病、事故、紛失等に対し、自己の責任において大会に参加願います。
- 4.大会開催中において、主催者より競技続行に支障があると判断された場合、主催者の競技中止の指示に従ってください。また、その他、主催者の安全管理・大会運営上の指示には必ず従ってください。
- 5.大会開催中に傷病が発生した場合、応急手当を受けることに異議が無く、その方法、経過等について、主催者の責任を問わない。
- 6.大会開催中の事故、紛失、傷病等に関し、主催者の責任を免除し、損害賠償等の請求を行わない。
- 7.大会開催中の事故・傷病への補償は大会側が加入した保険の範囲内であることを了承します。なお、不足と思われる場合は、ご自分で保険の加入をお願いいたします。
- 8.家族・親族、保護者(参加者が未成年の場合)、またはチームメンバーは、本大会への参加条項を承諾して参加する。
- 9.年齢・性別等の虚偽申告、申込者本人以外の出場(代理出走)はいたしません。それらが発覚した場合、出場・表彰の取り消し、次回以降の資格はく奪等、主催者の決定に従います。また、主催者は、虚偽申告・代理出走者に対して救護・返金等一切の責任を負いかねます。
- 10.大会の映像・写真・記事・記録等(において氏名・年齢・性別・記録・肖像等の個人情報)が新聞・テレビ・雑誌・インターネット・パンフレット等に報道・掲載・利用されることを承諾願います。また、その掲載権・使用权は主催者に属します。
- 11.大会申込者の個人情報の取扱いは、別途記載する主催者の規約に則ります。
- 12.上記の申込規約の他、主催者が別途定める大会規約に則ります(齟齬がある場合は大会規約が優先します)。

平成 年 月 日

参加者氏名(代表者氏名)

印

\* 保護者氏名(20才未満の参加者の場合)

印