

参加案内

2018年5月19日(土)

最寄り駅：小田急線「鵜沼海岸駅」

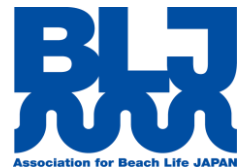
鵜沼海岸公園前ビーチ

- ・ゼッケンは当日お渡しです
- ・参加案内の事前郵送はありません

◆協賛



株式会社シーズン



主催 ネイチャー日本 (Nature Nippon)
〒168-0072 東京都杉並区高井戸東 3-18-4
Tel : 090-7219-6183 / 03-3335-4113
Fax : 03-3335-4113
E-mail : mail@n-nippon.net

Presented by

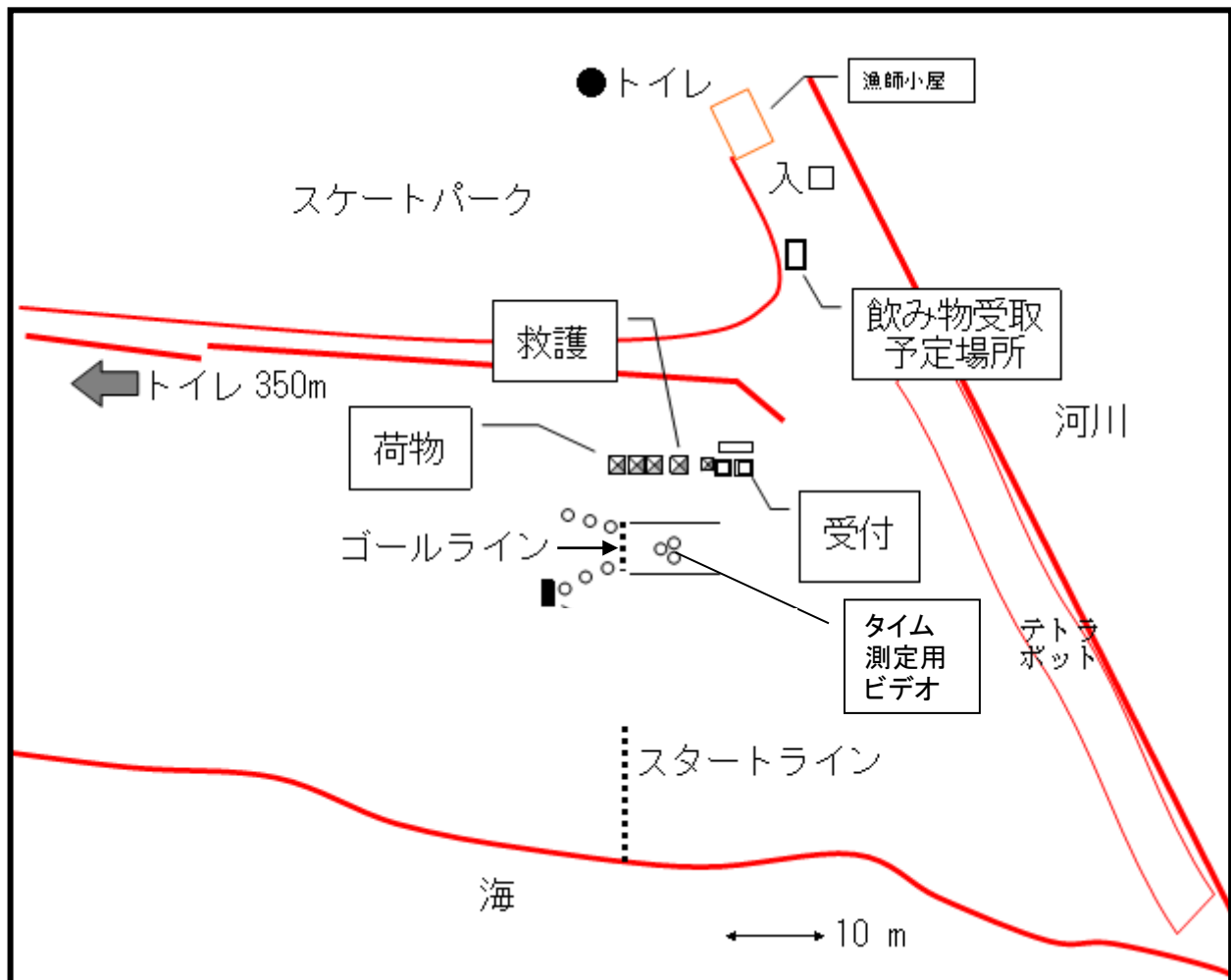
**Nature
Nippon**

受付

- 2018年5月19日（土）11時30分～12時50分受付／13時開会式
※印刷可能な方は「スタート前チェック」を印刷記入し、ご持参ください。受付の混雑緩和に、ご協力よろしくお願ひします。
※遅刻のご連絡は不要です。可能な限り受付対応をいたしますが、必ず余裕をもってお出かけください。

- ・ゼッケンは当日お渡しです
 - ・参加案内の事前郵送はありません
- <ご協力をお願いいたします>

受付・スタート・ゴール拡大図



スケジュール

※スケジュールは、状況により変更となる場合があります

11:30	受付開始(12:50受付終了)
13:00	開会式
13:30	親子&キッズスタート(制限時間無し)
14:00	5Kスタート(制限時間2時間)
14:15	10Kスタート(制限時間2時間)
14:20	親子&キッズ 表彰式予定
15:30	5K/10K 表彰式

場所

大会専用駐車場はありません

○鵜沼海岸公園前ビーチ(スケートパーク前)

交通：藤沢駅乗り換え又は、新宿駅直通 小田急線鵜沼海岸駅下車

住所：藤沢市鵜沼(くげぬま)海岸4-4-1

※鵜沼橋歩道橋の上から見て右手の海岸です。

※サーフサイドビレッジの海岸とお間違えないようお願いします

「鵜沼海岸駅(改札口は一カ所のみ)」から「受付」まで徒歩10分

①改札口を出て左、すぐ右。突きあたりタバコ屋を左折

②ファミリーマートとグリーンストアの十字路を右折

●コンビニは、この駅近のみです。大会会場付近にはございません

③直進し突きあたりを右折し、すぐ左

④グランドメゾン鵜沼の横を抜け、鵜沼橋歩道橋を渡る

⑤海を見て右手にある鵜沼橋を渡り、スケートパーク手前の川沿いが入口



表彰・参加賞など

○参加賞<ゴール時にお渡しします>

- ・成人：江の島ビールと江の島サイダー（合計2本）
- ・親子：江の島ビールと江の島サイダー（1組につき）
- ・キッズ：江の島サイダー

○表彰

カテゴリー	競技部門	ファン部門
10K	男・女別 1~5 位	笑顔ランナー(20名) 水着ランナー(10名)
5K	男・女別 1~5 位	笑顔ランナー(20名) 水着ランナー(10名)
親子	1~5 位	笑顔ランナー(子ども全員)
キッズ	1~5 位	笑顔ランナー(子ども全員)

※親子カテゴリーは、親子一緒にゴールすること

※表彰式にご欠席の場合は、表彰及び賞品の授与は行われません

～ 江の島アイランドスパ 特別割引 ～
ゼッケンを受付で見せると、30%off
・大人 3,120 円が **2,229 円**
・小学生 1,512 円が **1,058 円**



ぜひ憧れのスパ!にどうぞ。 ※大会当日ご本人のみとなります

天変地異時の中止告知

○当日の午前10時ごろに、中止の判断を、

ホームページ/フェイスブック/ツイッターにて告知いたします

<大会ホームページ> <http://n-nippon.net/shonan/>

<大会FBページ> <https://www.facebook.com/naturenippon1>

<大会ツイッター> <https://twitter.com/naturenippon>

※個別にメールなどでは通知されません。ご注意ください

当日の連絡先	090-7219-6183	大会本部
	070-4192-4063	安全本部

コース

- コース上に、河川や工事などによる迂回が生じる場合があります。
ご協力お願いいたします。

＜大切＞サイクリングロードや段差のあるところでは、
「徒歩程度のスピードまで速度を落とし」徐行で走行してください。

○折り返し地点

- ・親子&キッズ折返(500m地点) 松波交差点前
- ・5K折返(2.5km地点) 辻堂海岸
- ・10K折返(①1km地点, ②4km地点)

- キロ表示：1Kmごとに「キロのぼり」を設置予定です。

- 給水所(エイドステーション)1.5Km付近と3.5Km付近に設置

- 給水のゴミは、小テント(ゴミ箱)に捨ててください。

- トイレ：スタート、350m・1.9Km・2.8Km・5.1Km付近あります。

※詳しくはスタッフにお尋ねください

○コース案内

5Km ビーチランコース図



- スタート時刻：14:00スタート

- 走路順序(A→B)

スタート：スケートパーク裏

折返地点：2.5km地点 辻堂海岸

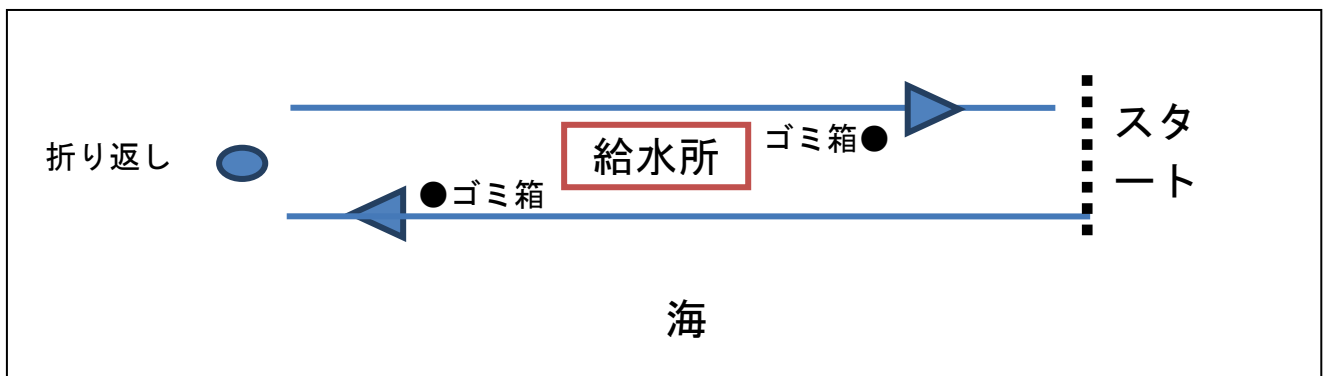
ゴール：スケートパーク裏

10Km ビーチランコース図



- スタート時刻：14：15スタート
- 走路順序（A→B→C→D）
 - スタート：スケートパーク裏
 - 折返地点①：1km 地点 辻堂東海岸
 - 折返地点②：スタート地点
 - 折返地点③：4km 地点 茅ヶ崎ゴルフクラブ川手前
 - ゴール：スケートパーク裏

○コース「左側通行」＜行きは海寄り、帰りは陸寄りを走行下さい＞



ご案内

- ゼッケンは、胸または、パンツ前面に取り付けてください
 - ※ゴールでゼッケンをビデオ撮影し、タイム測定をしています
- ランナーの撮影は、ご家族・ご友人による撮影以外はご遠慮ください
- 共同荷物置き場
 - 共同の荷物置き場（小テント）を設置しています。各自、自己管理にてご利用ください。
- 荷物の一時預かり
 - 「コンビニ袋小サイズ」の大きさまでのお預かりとなります。
 - ※紛失・破損等の場合の補償は、1万円を限度とします
 - ※小袋をご用意します。荷札をつけてお預けください

※貴重品はお預かりできません。必ず自己責任にて管理下さい

○更衣

会場に更衣室はございません

※ご自宅からランウェア着用をお願いいたします。

次は近くの公共更衣施設です。一般利用となり混雑いたします。

1) 県立湘南なぎさパーク・サーフビレッジ (会場より徒歩5分)

藤沢市鵜沼海岸 1-17-3 営業時間 8:30 ~ 17:30

コインロッカー／コインシャワー数機／男女更衣室

2) 鵜沼海浜公園駐車場スケートパーク横 (会場より徒歩1分)

藤沢市鵜沼海岸 4-4-1 営業時間 6:00 ~ 18:30

コインロッカー／コインシャワー2機／男性更衣室

○タイム記録<当日、タイム記録の配布はありません>

約1か月後、ホームページにゼッケン番号とタイムを公開します。

○湘南の5月の気温<気象庁調べ・辻堂>

平均最高 22.1 度、平均最低 14.8 度、日中平均 18.3 度

○持ち物 (例)

「スタート前チェック」「ゼッケン」

ランシューズ

飲料水、食べ物、糖分、塩分

レジャーシート (雨天時は2枚あると便利です)

サングラス、帽子、日焼け止め

靴下^{※1}、

着替え、下着、タオルなど

※シューズの隙間から細砂が入ります。ラン後の履き替え用靴下があると快適です。

※シート飛散防止用の空ペットボトル (重石用) / 日よけ傘 / 履き替え靴などがあると便利です。

注意事項（必ずご確認ください）



<全体>

- ゴミは各自でお持ち帰り下さい
- 海には、食べものを狙う鳥（トンビ）がいます。鳥が捕食する時に怪我の恐れもあります。砂浜でのお食事はお避け下さい
- 熱中症対策の為、水分・塩分の補給は十二分に行ってください
- 当日は、風雨により気温が下がる場合があります（海では体感温度が下がります）。防寒、防風対策をお願いします
- 津波注意報／警報が発令された場合は、速やかに避難してください。
- 大会スタッフの指示に従って下さい。状況によっては大会スタッフの判断により、参加中止を指示する場合があります

<ラン>

- サイクリングロードや段差部分は、必ず徒歩のスピードまで速度を落とすとして徐行してください
- 走行は、左側走行（キープレフト）を遵守下さい
- 一般公道での大会です。一般歩行者、サーファー、釣り人、キャンプの方、漁業従事者の邪魔とならないよう走行下さい 「ランナーが道を譲ります」
- ヘッドフォンは、安全確保のため片耳のみ使用可です（ステレオタイプのイヤホンは、片方を切り取るなどをして下さい）
- 素足走行（ベアフットラン）は、怪我を負う可能性が高くなります。海岸にはカミツキガメやエイ等の危険生物が居ることもあります。靴を履いて走行することを推奨致します。裸足走行する場合には、あくまでも自己責任で、十二分に安全に走行されるようお願い致します
- 事前に健康診断を受け、自己管理の徹底をお願いいたします。心身に異常を感じたら、自らの責任にて直ぐに中止するようにして下さい
- 各自、十二分なウォーミングアップをお願いします

迂回についてのお願い

河川、工事、地引網などのため、サイクリングロードへの迂回をお願いする箇所があります。安全確保と地域振興のため、ご理解ご協力よろしくをお願いします。

<大会・会規約>

1. 主催者・運営者（以下「開催者」と呼ぶ）は、疾病や紛失、その他の事故に際し、応急処置を除いて一切の責任を負いません。自己責任において十分な健康管理のうえ参加してください。
2. 開催者は保険に加入します。大会・会開催中の事故、傷病等への補償はこの保険の範囲内となります。
3. 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。
4. 年齢・性別の虚偽申告、申込者本人以外の出場（不正出走）、二重申込、複数種目出場は認めません。その場合は、出場が取り消されます。また、大会・会終了後に不正が判明した場合は記録が取り消されることがあります。
5. 地震・風水害・降雪・事件・事故・疫病などによる大会・会中止の場合において、参加料は一切返金いたしません。なお、開催者都合による中止の場合の返金金額、通知方法などについては、その都度開催者が判断し決定します。
6. 上記3・4または過剰入金・重複入金の返金はいたしません。
7. 大会・会の映像・写真・記事・記録・申込者の氏名、年齢、住所（国名、都道府県名まで）等のテレビ・新聞・雑誌・インターネット等への掲載権と肖像権は、開催者に属します。
8. 個人情報の取り扱いについて
 - ・開催者は、個人情報の重要性を認識し、個人情報の保護に関する法令及び関連法令等を厳守し、参加者の個人情報を取り扱います。
 - ・個人情報は参加者へのサービス向上を目的とし、要項送付、プログラム、成績記録（冊子及びホームページ）開催者が提供する各種サービス案内などに利用します。
 - ・開催者もしくは開催者の業務委託先から申し込み内容に関する確認連絡をさせていただくことがあります。
9. 開催者は上記の他、別途定める内規及び運用マニュアルに則って大会を開催します。

2012. 10. 19 制定
2017. 4. 6 改訂

「Nature Nippon」事務局