



| 大会概要

[HOME](#) > [大会概要](#)

開催期日

2023年8月20日（日）（小雨決行）

重目

種目	番号	参加資格
ハーフ	1	男子10～20歳代
	2	男子30～40歳代
	3	男子50～60歳代
	4	男子70歳以上
	5	女子10～20歳代
	6	女子30～40歳代
	7	女子50～60歳代
	8	女子70歳以上
10km	9	男子高校生
	10	男子10～20歳代
	11	男子30～40歳代
	12	男子50～60歳代
	13	男子70歳以上
	14	女子高校生
	15	女子10～20歳代
	16	女子30～40歳代
	17	女子50～60歳代
	18	女子70歳以上
5km	19	男子中学生
	20	男子高校生
	21	男子10～20歳代
	22	男子30～40歳代
	23	男子50～60歳代
	24	男子70歳以上
	25	女子中学生
	26	女子高校生
	27	女子10～20歳代
	28	女子30～40歳代
	29	女子50～60歳代
	30	女子70歳以上
3km	31	男女小学校3年生以上
1km	32	男女小学校3年生以上



マイページから当大会のエントリー履歴
やレース記録を見ることができます



種目	番号	参加資格
	33	男女小学校2年生以下

開会式 8月20日（日）8時30分
根室市青少年センター前庭

スタート 各種目とも根室市青少年センター
ハーフ 9:00
1km 9:05
3km 9:30
10km 9:35
5km 9:40

ゴール 各種目とも根室市青少年センター

表彰式 区分毎の順位が確定次第、根室市青少年センター前庭で行います。

競技規則 1. 2023日本陸上競技連盟競技規則及び開催要項により行います。
2. ハーフはスタート後2時間50分で打ち切りとし、次のとおり各関門毎に制限時間を設けます。

ハーフの各関門の制限時間（スタートからの時間）

5km関門：37分

10km関門：1時間15分

15km関門：1時間53分

20km関門：2時間40分

ゴール：2時間50分

⚠ 制限時間内に関門を通過できない場合は、その時点で競技終了となりますので、審判員等の指示に従って下さい。

3. コース上に給水・給食・スポンジポイントを次の地点に設置します。

ハーフ

給水：5km

スポンジ：7.5km

給水：10km

スポンジ：12.5km

給水給食：15km

スポンジ：17.5km

給水：19km地点

10km

給水：5km

8km地点

5km

給水：3km地点

⚠ 3km・1kmには給水等はありません。

4. 伴走車（走）は一切認めません。
5. 競技者は道路の左側走行。
6. 助力は禁止とする。

参加資格 1. 年齢区分の年齢は大会開催日の満年齢とする。
2. ハーフは18歳以上（高校生除く）で健康な人。

- 10kmは15歳以上（中学生除く）で健康な人。
- 5kmは中学生以上で健康な人。
- 3kmは小学校3年生以上で健康な人。
- 1kmは年齢制限はありません。ただし、小学校2年生以下は保護者と参加すること。
⚠ 小学校2年生以下の保護者は、別途申込みが必要になります。

参加料
傷害保険料を含む)

ハーフ・10km・5km 大人 5,500円、高校生 2,500円、中学生 2,500円
3km・1km 一人 1,500円

表彰

(1) ハーフ・10km・5km

- ①優勝・2位・3位にメダルを授与します。
- ②優勝～6位までに賞状を授与します。
- ③完走者全員にWEB完走証を交付します。
- ④優勝～6位（各部門）に副賞（根室特産品）を贈呈します。

(2) 3km・1km

順位の表彰はありませんが、完走者全員にWEB完走証を交付します。

参加記念品

ハーフ・10km・5km

フェイスタオル

⚠ 前日及び当日の受け取り、お渡しいたします。

完走賞

全ての種目（ハーフ・10km・5km・3km・1km）

完走者に花咲カニ丸ごと1杯

⚠ 完走（ゴール）後、お渡しいたします。

抽選会

参加者の中から事前抽選会を行い、根室市青少年センター内において発表いたします。

記録計測

1. ランナーズチップ（RSタグ）を使用してタイム計測を行います。
当日、シューズにしっかりと装着してください。
外れると記録が計測されません。
2. ランナーズチップ（RSタグ）は完走証を受け取る際に、各自が必ずご返却してください。
紛失された場合は、実費（300円）を負担していただきます。

ナンバーカードの
交付

(1) 大会前日交付

日時：8月19日（土）午後3時～午後5時まで（場所：根室市青少年センター）

(2) 大会当日交付

日時：8月20日（日）午前7時30分～午前8時50分まで（場所：根室市青少年センター）

交通規制

- 道道根室半島線愛の家グループホーム根室付近からマルシヨウ水産付近まで
- 市道牧の内3号線根室高等学校付近から北浜牧の内線中川牧場付近まで
- 道道友知牧の内線マルシヨウ水産付近から根室ゴルフ場付近まで
- 道道根室半島線根室ゴルフ場付近から孝仁会デイサービスセンター付近まで
- 市道縦9号甲線孝仁会デイサービスセンター付近から花咲小学校付近まで
- 市道横13号線花咲小学校付近から市道駒場1号線愛の家グループホーム根室付近まで
- 市道明治団地12号線パティスリーはしや付近から明治公園付近まで
- 市道牧の内横1号線明治公園付近から孝仁会デイサービスセンター付近まで

- 市道牧の内縦6号線道営パークタウン付近から啓雲中学校付近までは片側通行又は通行止め等の交通規制が敷かれます。

大会開催時の
留意事項

- ベストコンディションで走れるように気をつけて下さい。
- 体調が悪くなかったら勇気をもって、棄権をしてください。
- マラソン中、変調を感じた場合は、無理をしないですみやかに近くにいる監視員・救護係員に申し出て、救急処置をうけてください。
- 自己のペースで走り、楽しいマラソンにしてください。
- 走行は道路の左側を走行して下さい。なお、左側を走行できない場合は、競技役員・警察・大会関係者の指示に従って下さい。
- 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すること承諾願います。

主催 根室市・根室市教育委員会・釧路地方陸上競技協会

後援 ネムロニュース株式会社・株式会社釧路新聞社根室支社・株式会社北海道新聞社根室支局・株式会社ねむろ市民ラジオ

主管 最東端ねむろシーサイドマラソン実行委員会

協力 北海道警察釧路方面根室警察署・根室交通株式会社・JA道東あさひ根室支所・歯舞漁業協同組合・北浜町会・千島町会・駒場第一町会・駒場中央町会・駒場第二町会・駒場望洋町会・明治第三町会・明治団地町会・こんこう町会・光洋新生町会・友知第一町会・友知第二町会