

かわさき多摩川マラソン 2023

KAWASAKI TAMAGAWA MARATHON 2023

参加のご案内

この度は「かわさき多摩川マラソン2023」にお申し込みいただきまして、ありがとうございます。
当日のご案内をお送りいたしますので、よくお読みいただいた上でご参加ください。

**参加のご案内（本紙） 1部、プログラム1部、アスリートビブス（ナンバーカード）、
同封物 記録計測タグ、荷札、スタート前チェックシート1枚（提出不要）**

大会当日、同封のアスリートビブス（ナンバーカード）、記録計測タグを忘れずにお持ちください。
アスリートビブス（ナンバーカード）と記録計測タグをお忘れになった場合は、エントリー相談窓口にて
再発行手続きを行ってください。再発行手数料は、1,000円です。

開催日 2023年11月19日(日)

会場 川崎市等々力陸上競技場

スポーツくじ



スポーツ振興くじ助成事業



タイムスケジュール

※募集パンフレットから一部変更しております。

7:30	開場
8:40	ハーフマラソンスタート地点への整列開始
9:00	開会式
9:15	ハーフマラソンスタート、10kmスタート地点への整列開始
9:30	10kmスタート
11:00	3kmスタート地点への整列開始
11:20	3kmスタート
11:25	表彰式（ハーフマラソン・10km総合優勝）
11:30	ファミリーファンランニング（約1km）スタート地点への整列開始（補助競技場）
11:50	ファミリーファンランニング高学年（約1km）スタート
11:53	ファミリーファンランニング中学年（約1km）スタート
11:56	ファミリーファンランニング低学年（約1km）スタート
12:00	ファミリーファンランニング未就学児（約1km）スタート
12:15	車いすランスタート地点への整列開始
12:30	車いすランスタート
12:35	表彰式（3km・ファミリーファンランニング総合優勝）
13:30	表彰式（車いすラン）

ペースメーカーの導入

ハーフ・10kmにペースメーカーを配置します。多摩川のマラソンコースを走りなれたペースメーカーがみなさんの記録更新を後押しします。

●ハーフマラソン

ペース設定	ペースメーカー
4'15/km	きっしー
4'30/km	TOSHI
4'45/km	ひより
5'00/km	HARUHI
5'30/km	SHIOMI
6'00/km	やぶ
6'30/km	しげ
7'00/km	KABU

●10km

ペース設定	ペースメーカー
4'00/km	HIDE
4'30/km	WATARU
5'00/km	あおきんぐ
5'30/km	くっしー
6'00/km	ひーちゃん
6'30/km	MIO
7'00/km	すみれ

※表記しているペース設定は1キロのペースを記載しております。

HAGIさんチャレンジ オレを越えてみる！ ゲストランナー「HAGIさん」参加決定！

You Tuber「HAGIさん」が10kmに参加！

HAGIさんより成績上位者（10名）は次回大会招待選手としてお招きします。

※当日体調不良等により、欠席または棄権となった場合は、10km上位10名を招待選手といたします。

交通案内

【ご注意】会場周辺は駐車場が少ないため、公共の交通機関をご利用ください。

- ・東急東横線またはJR「武蔵小杉」駅よりバス(溝の口方面行き)で「市営等々カグラウンド入口」下車徒歩5分
- ・東急田園都市線「溝の口」駅またはJR「武蔵溝ノ口」駅よりバス(武蔵小杉方面行き)で「市営等々カグラウンド入口」下車徒歩5分
- ・JR 南武線「武蔵中原」駅より徒歩 15分
- ・東急東横線「新丸子」駅より徒歩 15分

スポーツ保険の加入について

主催者で加入している保険の補償内容は、次のとおりです。

◆死亡補償金	200万円
◆後遺障害補償保険金	最大200万円(程度に応じて)
◆療養補償保険金	入院日額(180日限度) 1,500円
	通院日額(90日限度) 1,000円

大会開催中に発生した事故・傷病への補償は、上記保険の範囲内となりますので、必要に応じて各自でスポーツ保険にご加入ください。

※代理出走が発覚した場合、保険は適用されません。

Tシャツ引換え

【場所】川崎市等々力陸上競技場2F通路Tシャツ引換所

【引換時間】7:30~12:30

- ・**アスリートビブスをお持ちいただき、確認後にお渡しとなります。**
- ・エントリー時にお申し込みいただいたサイズからの変更はできません。

〈当日、欠席された方へ〉

受付期間内にアスリートビブス(ナンバーカード)とランナーズチップを郵送いただき、確認が取れた方へ着払いにて、Tシャツとアスリートビブス(ナンバーカード)を発送いたします。

【受付期間】2023年11月20(月)~11月30日(木)

【送付先】〒211-0051 川崎市中原区宮内4-1-2

公益財団法人川崎市スポーツ協会 かわさき多摩川マラソン実行委員会事務局

〈大会終了後にランナーズチップを返却されていない方〉

ランナーズチップを返却されていない場合は、必ず返送用の封筒にて11月30日(木)までに送付をお願いいたします。返送されない場合には実費を負担していただくこととなりますのでご注意ください。

返送用封筒はアスリートビブスなどと一緒に同封している茶封筒になります。

【ランナーズチップ返送先】〒152-8533 東京都目黒区原町1-31-9

株式会社アールビーズ 西小山事業所

※計測タグ在中、こわれ物在中 機械区分厳禁と記入してお送りください。



アスリートビブス(ナンバーカード)

【ハーフマラソン:白】【10km:青】【3km:緑】【ファミリーファンランニング低学年:黄】【ファミリーファンランニング中学年:オレンジ】【ファミリーファンランニング高学年:紫】【ファミリーファンランニング未就学児:白】【車いすラン:桃】

※アスリートビブス(ナンバーカード)は、1人1枚です。ファミリーファンランニングも1人1枚ずつ胸の位置につけてください。

ランナーズチップによる記録計測

・記録は、アスリートビブス(ナンバーカード)に同封しているランナーズチップ(記録計測タグ)にて計測します。ランナーズチップは、種目ごとに登録されていますので、2種目に参加される方はアスリートビブス(ナンバーカード)とランナーズチップをレース前に必ず付け替えてください。違う種目のランナーズチップを装着すると失格となります。

・ランナーズチップは、フィニッシュ後回収します。**出走されない方は同封の返送用封筒にて11月30日(木)までにご返送ください。**



ランナーズチップを返却されない、または紛失した方には実費をいただくこととなりますので、ご注意ください。

※ファミリーファンランニングにご参加の方は、必ず保護者の方がランナーズチップを装着し、お二人同時にフィニッシュしてください。

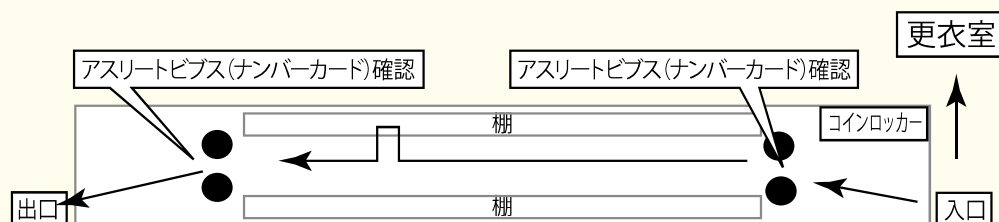
【ご注意】アスリートビブス(ナンバーカード)・チップの当日再発行には、1,000円の手数料がかかります。

更衣室・授乳室

- ・競技場内荷物預かり入口付近に1ヶ所ずつ男・女更衣室、バックスタンド2F通路中央に授乳室を設けています。

荷物預かり

- ・競技場内バックスタンド下(室内練習場)で行います。荷物を預ける際、又は引き取る際には、アスリートビブス(ナンバーカード)の提示が必要です。荷物は必ず一つにまとめていただき、アスリートビブス(ナンバーカード)同封の荷札を取り付けて預けてください。
 - ・ご自分で棚に荷物を置いていただく方式となっておりますので、下の図を御確認ください。
 - ・貴重品は、お預かりできませんので各自で管理をお願いいたします。
- なお、コインロッカー(有料100円)を設置しております(数に限りがあります)。



スタート

【重要】部門によってスタート位置集合時刻が異なります。

部門	集合場所	整列開始	スタート
ハーフマラソン	競技場トラック内	8:40	9:15
10km	競技場トラック内	9:15	9:30
3km	競技場トラック内	11:00	11:20
ファミリーファンランニング	補助競技場	11:30	11:50~
車いすラン	競技場トラック内	12:15	12:30

※ファミリーファンランニングの集合は、補助競技場となります。ご注意ください。

給水所

- ・給水ポイントは、大会会場【2ヶ所】とコース上にハーフマラソン【7ヶ所】、10km【3ヶ所】あります。3km、ファミリーファンランニング、車いすランは、【会場内のみ】設置しています。
- ・熱中症、脱水症防止のため、レース前・レース中・レース後は、必ず給水を行ってください!

制限時間

※募集パンフレットからハーフマラソン関門時間を変更しております。

・ハーフマラソン……スタートより2時間48分

※等々力 (17km・2時間14分以内) と下野毛 (18.5km・2時間25分以内) に関門を設置します。

・10km……スタートより1時間20分

※10時05分に交通規制が解除されるため、10kmは北見方 (スタートより3km・25分以内) に関門を設置します。

・3km……スタートより50分

・ファミリーファンランニング……12時30分まで

・車いすラン……スタートより1時間

※制限時間を超えた場合は、次のようにお願いします。

①大会の係員にランナースチップを返却してください。

②等々力、北見方の場合は徒歩で、下野毛の場合は選手収容車両で等々力まで移動後、徒歩で競技場にお戻りください。

伴走

・伴走者と一緒に参加される方は、必ず「伴走ゼッケン」をつけてください。

大会当日、エントリー相談窓口で伴走者用のゼッケンをお渡しいたします。

記録

完走した方はWEB記録証を大会HPよりダウンロードいただけます。

フィニッシュ後約10分でタイムは確認できますが、正式順位はレース終了後の公表となります。

表彰式

- | | |
|--------------------|-------------------|
| ・ハーフマラソン・10km | 11:25 (予定) 総合優勝のみ |
| ・3km・ファミリーファンランニング | 12:35 (予定) 総合優勝のみ |
| ・車いすラン | 13:30 (予定) 1～3位 |

【表彰対象】ハーフマラソン・10km・3kmは種目ごとに総合優勝者(男女)、ファミリーファンランニングは優勝者(未就学児・低学年・中学年・高学年)を表彰し、部門別1～8位までは、賞状・賞品交付場所にて賞状をお渡します。

車いすランは1～3位は表彰し4～8位は賞状をお渡します。

※号砲からの記録を計測するグロスタイムで表彰します。

※表彰対象者は放送でも呼びますが、10分前にはステージ前に集合してください。

※表彰対象者の順位記録張り出しは10番ゲート付近の記録掲示板に各部門の入賞者が確定次第張り出します。

ゴミステーションについて

・本大会では環境への配慮のため、会場内に「ゴミステーション」を設置します。

ゴミの分別にご協力ください。

熱中症に気をつけましょう！

11月でも、湿度が高く運動強度が強ければ、熱中症の危険性が高くなります。特に熱射病は、意識障害が起こり、死亡率が高い危険な障害です。給水所では、積極的な給水を心がけましょう！
競技中、体調がすぐれない場合は、競技をやめる勇気が大切です。

健康に関する注意事項

- ・体調に万全を期して参加しましょう！
- ・安全を第一としてマイペースで走り、自分の健康は自分で守りましょう。
(あらかじめ医師の診断を受け、万全を期してください)
- (1) 次に該当する方は、当日の参加をご遠慮ください。
 - ・お酒の飲み過ぎ、寝不足の自覚症状がある場合
 - ・風邪、下痢気味の場合
 - ・心臓、肺に病気をもちの方
 - ・高血圧の方(脳出血、脳血栓をおこしやすいので危険です)
 - ・脈拍数が通常より多い場合
 - ・胸がしめつけられる場合
 - ・頭がボーッとしてのぼせるような場合
- (2) 競技中の事故については、応急処置のみ行いますが、それ以外の責任は負いません。
- (3) レース前のウォーミングアップ、レース後のクールダウン等は、十分行ってください。
- (4) レース前、レース中、レース後の水分補給に努めましょう。※念のため健康保険証を各自ご持参ください。
- (5) 計画的にトレーニングを重ね、大会に参加してください。
- (6) 競技中、体調がすぐれなくなった場合は、競技をやめる勇気が大切です。

注意事項

- ・雨天決行。ただし、災害などで競技を中止する場合があります。その際の参加料は返金いたしません。
- ・河川敷マラソンコースは本大会専用のコースではありませんので、一般の方も多数いらっしゃいます。
コース上には監察員を配置しておりますが、走行には十分注意してください。
- ・競技中は競技役員の指示に従って、競技に参加してください。
- ・3km・ファミリーファンランニングの参加者は、指定の時間になりましたらスタート付近にお越しく下さい。
(3km 11:00、ファミリーファンランニング11:30 整列開始) ※会場図参照
- ・ハーフマラソン・10kmに参加の選手は放送が入りましたら、スタート整列集合場所に集合してください。
- ・車いすランは、12:15になりましたら誘導を開始します。
- ・大会開催中の怪我等に関しては、応急処置のみ行います。
- ・上記の怪我等に関しては、主催者加入の保険の範囲内でのみの補償になります。
- ・大会参加にあたっては、十分なトレーニング・ウォーミングアップを行い、健康状態に留意してください。
- ・体調不調の際は無理せず、勇気を持って棄権するよう心掛けてください。
- ・途中棄権した場合は、必ず大会役員にお申し出ください。
- ・大会出場中の映像、写真記事、記録のTV、新聞、雑誌、インターネットへの掲載権は主催者に属します。
- ・落し物は、事務局で2週間保管しますが、保管期間経過後は処分させていただきます。ご了承ください。
- ・係員の判断により競技を中止させることがあります。
- ・競技中にJアラートが発動された場合は、競技役員の指示に従い競技を中断してください。
(その場で安全な姿勢をとり、身の安全を確保してください)

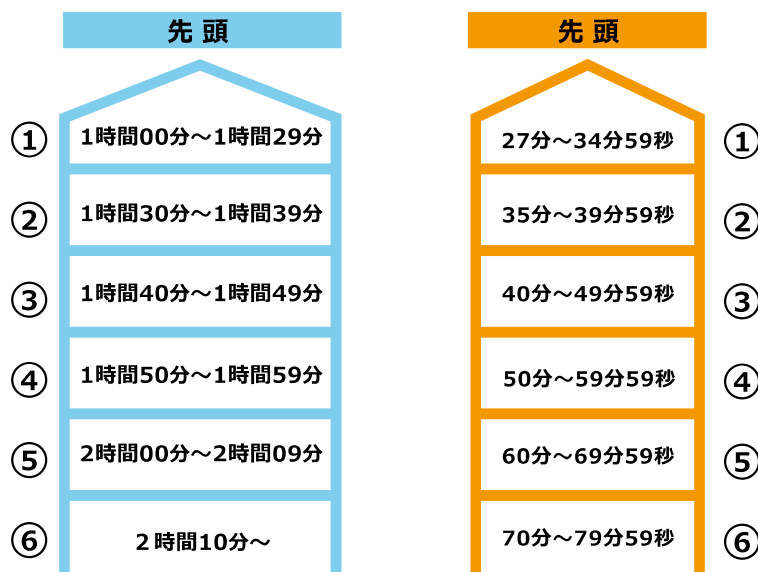
会場図

(重要) ハーフマラソン・10kmの 集合について

集合の際は、予想タイムのプラカードの位置に下記の通り整列してください（競技場内ステージ前）。
係員及び誘導員の指示に従ってください。

ハーフマラソン	
【整列開始】	8:40
【スタート】	9:15

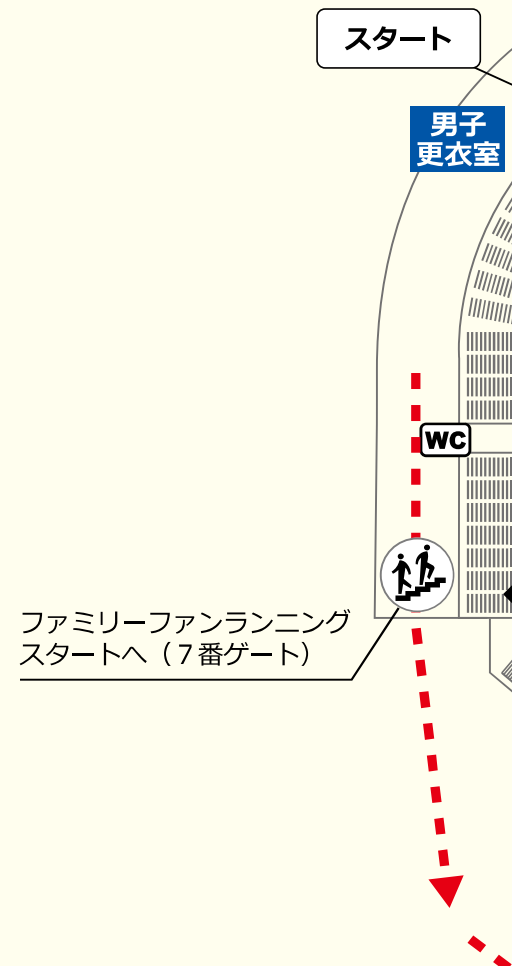
10km	
【整列開始】	9:15
【スタート】	9:30



注) 集合時刻に間に合わなかった方は、最後尾からのスタートになります

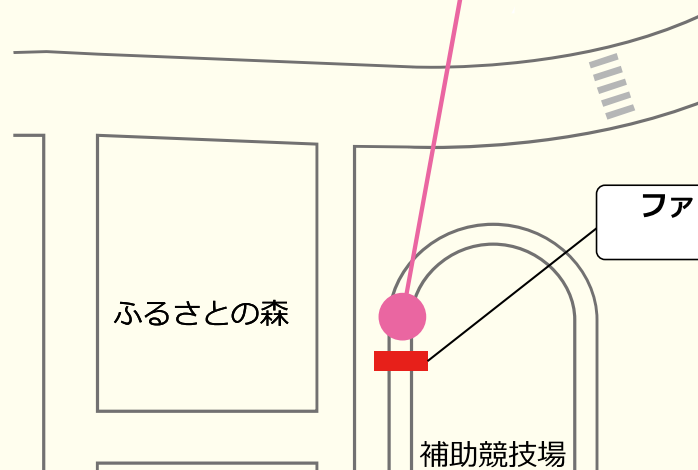
退場口について

フィニッシュ後は
フィールド出入口(↑)から退場し
競技場からは
10番ゲートからお帰りください。



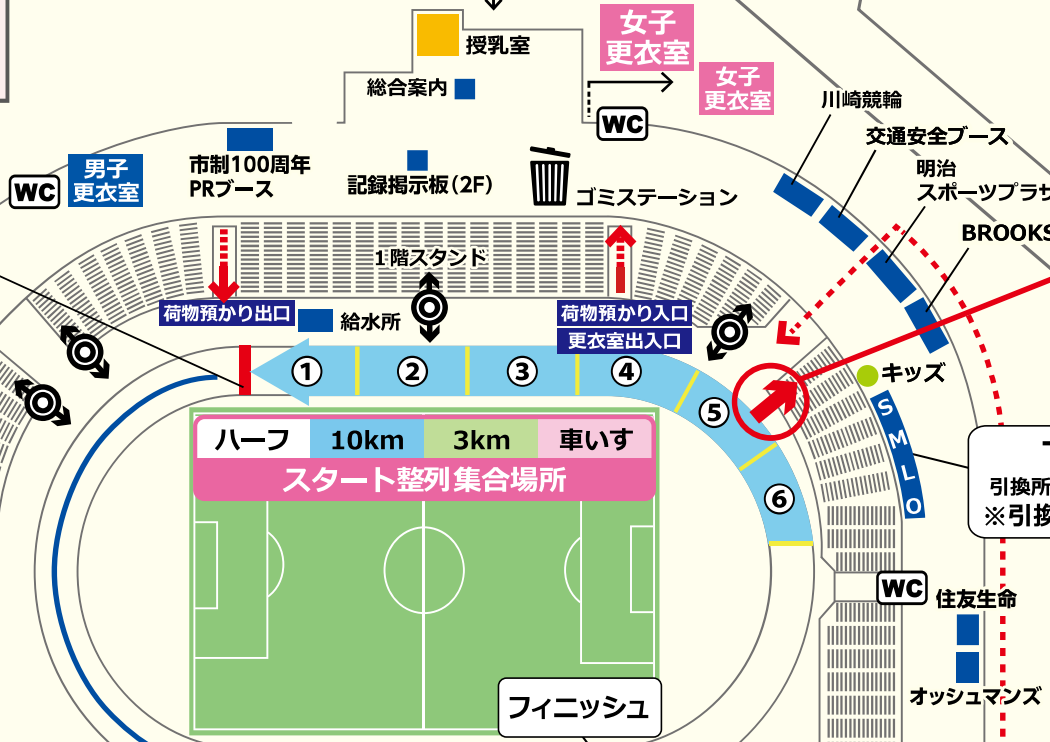
ファミリーファンランニング 集合場所【補助競技場】

【集 合】 11:30
【スタート】 11:50



至新丸子駅

参加者出入口
【10番ゲート】



フィニッシュ後は、こちらからご退場ください。
(荷物、シートを置かないでください)

Tシャツ引換所
引換所はサイズ別に設置しています
※引換時間 7:30~12:30

**参加者入口
【13番ゲート】**
※9時以降 閉鎖

**参加者入口
【Aゲート】**
※9時以降 閉鎖

← ◎ → **フィールド出入口**

ミリーファンランニング
スタート地点

至市営等々カグラウンド入口
バス停

等々力球場

駐輪場

駐輪場

交通案内（バス乗り場など）

1. 東急東横線または JR 武蔵小杉駅北口バスターミナルからバスで約7分
2. 東急田園都市線 溝の口駅北口(ノクティ側)バスターミナルからバスで約21分

◆1番乗り場から川崎市バス

[杉 40]中原駅前行き、市民ミュージアム行き、
[溝 05]溝の口駅行きのいずれかに乗車
「市営等々カグラウンド入口」下車徒歩 5分

◆2番乗り場から東急バス

[溝 02][川 31]溝の口駅行き「市営等々カグラウンド入口」
下車徒歩 5分

◆3番乗り場から川崎市バス

[溝 05]小杉駅前行き「市営等々カグラウンド入口」下車徒歩 5分

◆5番乗り場から東急バス

[溝 02・03]小杉駅前行き、[川 31]川崎駅西口北行きの
いずれかに乗車「市営等々カグラウンド入口」下車徒歩 5分



3. JR南武線 武蔵中原駅から徒歩15分
4. 東急東横線 新丸子駅から徒歩15分

大会当日、会場でお楽しみください！

★ 各種ブース

明治スポーツプラザ、オッシュマンズ、BROOKSなどのブースを設けています。
大会当日に、是非お立ち寄りください！！

大会に関するお問い合わせ先

〒211-0051 川崎市中原区宮内4-1-2

公益財団法人川崎市スポーツ協会

■11月17日(金) 17:00まで

TEL 044-739-8844

■11月18日(土)

TEL 080-4166-9622

■11月19日(日)

TEL 080-4166-9622

モバイルサイトは
こちらから

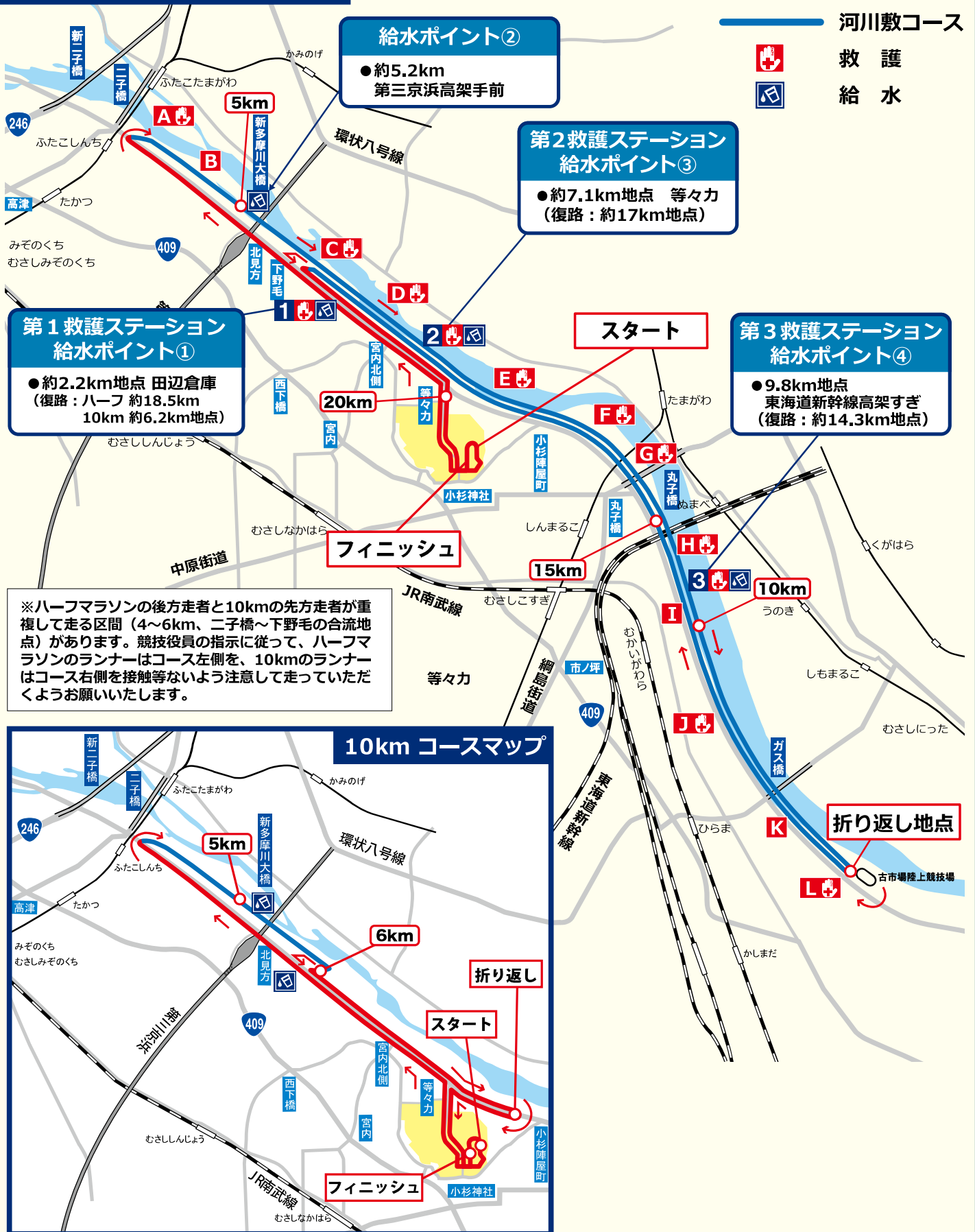
大会開催可否は大会ホームページをご覧ください。(11月19日午前6時00分以降)

インターネット・携帯 URL <https://tamagawa-run.jp/marathon/>



コースマップ

ハーフマラソンコースマップ



- 公道コース
- 河川敷コース
- 救護
- 給水

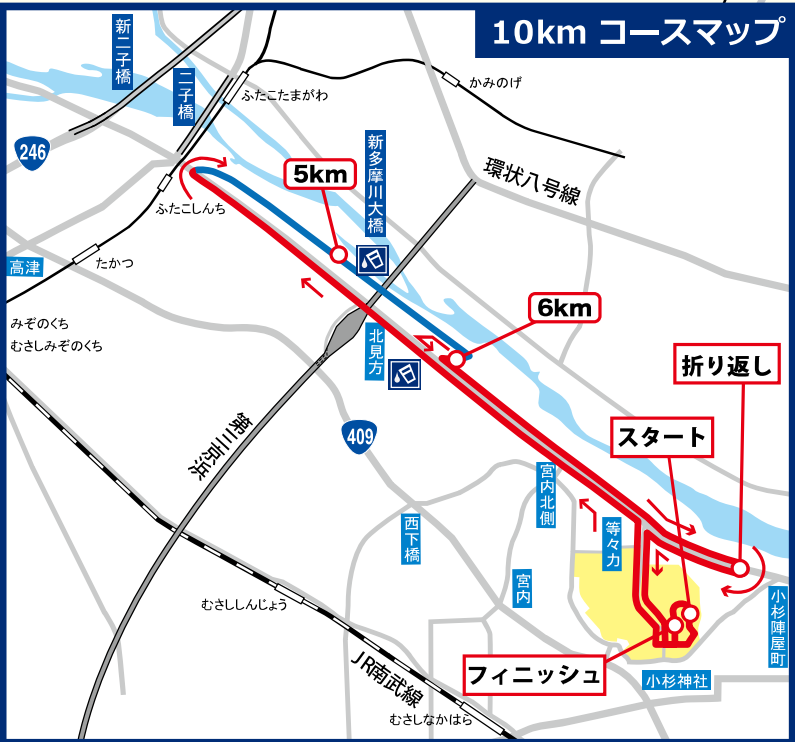
第1 救護ステーション 給水ポイント①
 ●約2.2km地点 田辺倉庫
 (復路: ハーフ約18.5km 10km約6.2km地点)

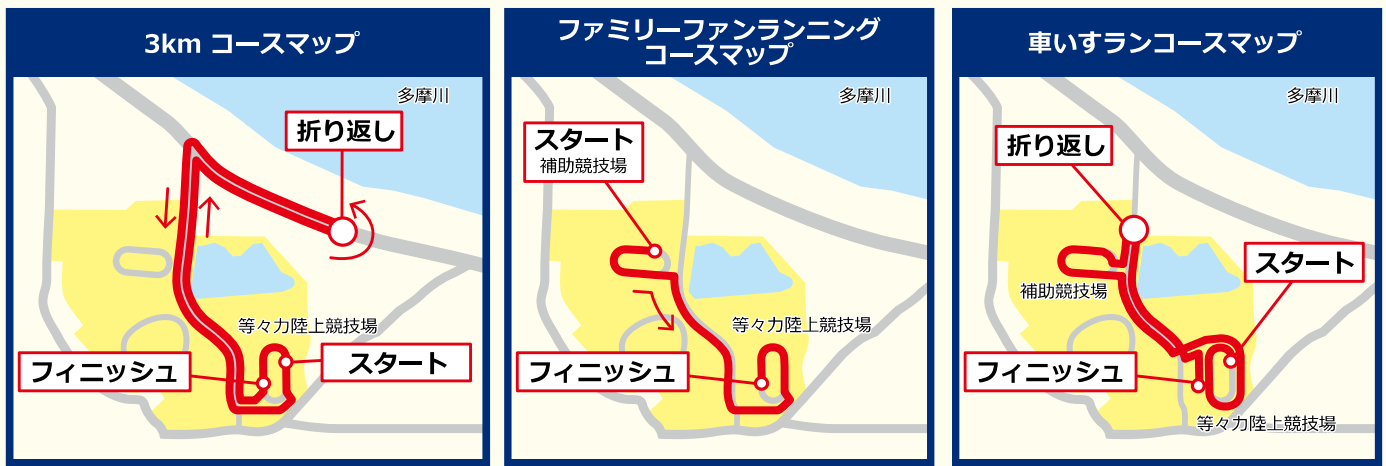
給水ポイント②
 ●約5.2km
 第三京浜高架手前

第2 救護ステーション 給水ポイント③
 ●約7.1km地点 等々力
 (復路: 約17km地点)

第3 救護ステーション 給水ポイント④
 ●9.8km地点
 東海道新幹線高架すぎ
 (復路: 約14.3km地点)

※ハーフマラソンの後方走者と10kmの先方走者が重複して走る区間(4~6km、二子橋~下野毛の合流地点)があります。競技役員の指示に従って、ハーフマラソンのランナーはコース左側を、10kmのランナーはコース右側を接触等ないように注意して走っていただくようお願いいたします。





会場アクセスマップ【銭湯案内】



銭湯入浴料金
 大人・・・500円
 (12歳以上)
 中人・・・200円
 (6歳以上12歳未満)
 小人・・・100円
 (6歳未満未就学児)

※その他施設等利用の場合、別途料金がかかることがあります。

●大会終了時（正午）に営業している銭湯

① 丸子温泉	中原区新丸子町675	Tel.044-711-3378	12時より営業
② 今井湯	中原区今井南町34-25	Tel.044-722-5136	7時より営業
③ たちばな温泉たちばな湯	高津区子母口403-1	Tel.044-788-4399	13時より特別営業
④ バーデンプレイス	高津区新作6-8-16	Tel.044-866-8576	11時より営業
⑤ 千年温泉	高津区千年新町20-4	Tel.044-766-6240	11時より営業
⑥ 里の湯	中原区上小田中3-25-28	Tel.044-766-5283	13時より特別営業

詳しくは、川崎浴場組合連合会オフィシャルサイトをご覧ください。

PCサイト <https://www.kawasaki1010.com>