

本イベントのコースは占有利用ではありません。大会開催中も一般歩行者や自転車などがコース上を通行する場合がございます。譲り合いの精神を持ち、安全には十分注意してレースに参加してください。

大阪ヨロク

冬大会

2022年 1月15日(土)

会場 淀川河川公園西中島地区

主催 一般財団法人アールビーズスポーツ財団
協賛 味の素株式会社

◆◆◆◆◆ 参加のご案内 ◆◆◆◆◆

この度は「大阪 30K (サーティーケー) 冬大会」にお申し込みいただき、ありがとうございます。このご案内を大会当日までに、よくお読みいただいたうえでご来場ください。

「RUNNET 体調チェック(RUNNET 内のMyページ)」(P.6 参照)もしくは本案内 P.7 の「体調チェックシート」をプリントアウトして、ご記入のうえご来場ください。

※ 事前に送付している、アスリートビブス(ナンバーカード)と記録計測タグ(ランナースチップ)を大会当日、必ずご持参ください!

※ レイトエントリーで申し込みをした方は、当日大会本部にてアスリートビブスとランナースチップをお渡しします。(レイトエントリーとは12/16～12/31に申し込まれた方です)

新型コロナウイルス感染症防止特別参加規約

1、以下の事項に該当する場合は、参加の見合わせを求めます。

- ・37.5度以上の発熱がある場合
- ・強いだるさ(倦怠感)や息苦しさがある場合
- ・普段より咳、痰がある場合、咽頭痛などの症状がある場合
- ・味覚、嗅覚に異常を感じる場合
- ・同居家族や身近な知人に感染が疑われる場合
- ・糖尿病などの基礎疾患があり、当日の体調に不安のある場合
- ・過去14日以内に政府から入国制限、入国後の観察期間を必要とされている国、地域への渡航または当該在住者との濃厚接触者がある場合

2、大会運営は以下の対策を行います。

- ・会場にトイレはありますが、使用前後に際して主催者が指示する手指その他の消毒方法に従っていただきます。
- ・スタッフは常時マスクを着用します。
- ・特に参加者と対面するスタッフはフェイスシールドと手袋を着用します。
- ・更衣室はありませんので、各自更衣ポンチョやバスタオルを用意するなど来場服装等も工夫してください。
- ・スタート前に検温を行う場合があり、37.5度以上の方は出走をお断りし、会場からの退場を求めます。
- ・会場、コースともエイドステーションでの給水、給食の手渡しは行いません。
- ・途中収容された場合は、主催者指定の手指消毒とマスクを着用いただきます。

3、参加者は走行中以外の会場内ではマスクを着用してください。(スタート整列時含む)

4、来場する応援者は常時マスクを着用してください。

5、会場にゴミ箱はありません。必ず各自ゴミはお持ち帰りください。

6、こまめな手洗い、アルコール等による手指消毒を実施してください。

7、他の参加者、主催者スタッフとの距離(できるだけ2m以上)を確保してください。(障がい者の誘導や介助を行う場合を除く。)

8、イベント中に会場やコースにおいて大きな声で会話、応援をしないでください。

9、感染防止のために主催者が決めたその他の措置の遵守、主催者およびスタッフの指示に従ってください。

10、イベント終了後2週間以内に新型コロナウイルス感染症を発症した場合は、主催者に対して速やかに連絡し、同時に濃厚接触者の有無についても報告してください。

11、後日参加者、大会関係者の中から感染者が出た場合には、保健所などの聞き取り調査に協力していただきます。

12、参加者および同居人が開催日の2週間前以降に、発熱や感冒症状で病院受診や服薬等がある場合は参加をご辞退ください。その際、大会開催前に事務局へご連絡いただきました方には、参加料は参加賞発送などの諸経費と返金手数料を差し引き、参加料はRUNPO(=RUNNETポイント)にて返還いたします。

13、参加者および同居人が開催日の2週間前以降に、感染拡大している地域や国に訪問した場合は参加をご辞退ください。この際、大会開催前に事務局にご連絡いただきました方には、参加料は参加賞発送などの諸経費と返金手数料を差し引き、参加料はRUNPO(=RUNNETポイント)にて返還いたします。

開催日

2022年 1月15日(土)

会場

淀川河川公園 西中島地区野球場
(大阪市淀川区)

交通のご案内

- JR 東海道本線 新大阪駅より徒歩約 15 分
 - 地下鉄御堂筋線 西中島南方駅より徒歩約 5 分
 - 阪急京都線 南方駅より徒歩約 5 分
- ※参加者用の駐車場・駐輪場はございません。
公共の交通機関をご利用ください。



大会スケジュール

- 7:30 会場 オープン
参加賞(Tシャツ)のお渡し(15:30 終了)
- ①レイトエントリーの受付(8:30 終了)
※アスリートピブスのお渡し
- 9:00 ①スタート(1分毎のウェーブスタート ~ 9:11)
- 9:30 ②レイトエントリーの受付(11:00 終了)
※アスリートピブスのお渡し
- 11:30 ②スタート(1分毎のウェーブスタート ~ 11:41)
- 13:00 ①レース終了(制限時間 4 時間)
- 15:30 ②レース終了(制限時間 4 時間)
※①フルマラソン目標タイム4時間未満でお申し込みされた方
②フルマラソン目標タイム4時間以上でお申し込みされた方

コロナ対策

密を避けるため、ウォーミングアップ、開会式は行いません。
走行時以外はマスクの着用をお願いいたします。

大会に関するお問い合わせ

大阪 30K 大会事務局 (アールビーズスポーツ財団内)

事前

大会HPの問い合わせフォームを
ご利用ください

【Mail】 event-osaka@runners.co.jp

TEL.080-9580-3476 (大会本部)

前日・当日

※緊急時以外はご遠慮ください。

開催可否についてのお知らせ

開催中止決定の告知については、大会当日1月15日(土)早朝6時に大会HPにてお知らせします。電話でのお問い合わせはご遠慮ください。



HP <https://runners.30k-series.com/osaka-winter/>

会場図



選手受付

- 一般申し込みの方(11/12 ~ 12/15 に申し込みした方)
事前にアスリートピブスを郵送します。当日受付はありません。アスリートピブス、記録計測タグ(ランナーストップ)を忘れずにご来場ください。
- レイトエントリーの方(12/16 ~ 12/31 に申し込みした方) アスリートピブスおよび計測タグは受付の際に配布します。

コロナ対策

来場時、検温を上記会場図の検温所にて行いますのでご協力お願いいたします。検温はスタートの20分前までにお済ませください。また、検温の際には「体調チェックシート(スマホもしくは紙)」のご提示、ご提出を必ずお願いいたします。

※紙で提出される方は、体調管理チェックシート(7ページ目)をご自身でプリントアウトしてください。

スタートについて

スタート時の密集を緩和するために、1分毎に約50人ずつスタートするウェーブスタートです。

コロナ対策

前後2mの間隔を保った状態で整列いただき、整列時にマスク着用(スタート後は不要)です。

ご自身のグループでスタートできない場合は、異なるグループの最後尾に合流願います。なお、記録はスタートライン通過後の自動計測となりますので、スタート時間の遅れによるタイム・順位の不利益はありません。

スタート時間	ナンバー	スタート時間	ナンバー
9:00 スタート	1001 ~ 1050	11:30 スタート	2001 ~ 2050
9:01 スタート	1051 ~ 1100	11:31 スタート	2051 ~ 2100
9:02 スタート	1101 ~ 1150	11:32 スタート	2101 ~ 2150
9:03 スタート	1151 ~ 1200	11:33 スタート	2151 ~ 2200
9:04 スタート	1201 ~ 1250	11:34 スタート	2201 ~ 2250
9:05 スタート	1251 ~ 1300	11:35 スタート	2251 ~ 2300
9:06 スタート	1301 ~ 1350	11:36 スタート	2301 ~ 2350
9:07 スタート	1351 ~ 1400	11:37 スタート	2351 ~ 2400
9:08 スタート	1401 ~ 1450	11:38 スタート	2401 ~ 2450
9:09 スタート	1451 ~ 1500	11:39 スタート	2451 ~ 2500
9:10 スタート	3001 ~ 3050	11:40 スタート	4001 ~ 4050
9:11 スタート	3051 ~	11:41 スタート	4051 ~

アスリートビブス（ナンバーカード）とランナーズチップ

- 今大会で使用するアスリートビブスとランナーズチップは事前に送付しています。
アスリートビブス、ランナーズチップをお忘れになった場合、再発行手続きが必要になります。
大会本部内の再発行窓口にて手続きを行ってください。再発行手数料は1000円です。
大会当日まで保管には十分に注意し、お忘れにならないよう、くれぐれもご注意ください。
- ランナーズチップは、シューズに正しく装着してください。
アスリートビブスは前から見えるよう胸に付けてください。
- レイトエントリーの方は、アスリートビブスとランナーズチップを当日大会本部でお渡しします。（P2会場図参照）

レースに出場しない場合のランナーズチップ返却について

- 大会当日、来場する場合
ランナーズチップを大会本部にご返却ください。
- 大会当日、来場しない場合
ランナーズチップは、大会終了後2週間以内に同封の返却用封筒でご返却ください（返却先は返却用封筒に印字されています）。
※ランナーズチップが返却されない場合、実費を請求させていただきます。

更衣室・荷物預かり

- 更衣室
会場内に更衣テントを設けています。密を避けてご利用ください。
コロナ対策
感染症対策のため通常より規模を縮小し、一度に入ることが出来る人数を制限いたします。できる限り、各自更衣ポンチョやバスタオルを用意することや、ご来場する際の服装の工夫をお願いします。
- 荷物預かり
「荷札」を必ず荷物につけてから荷物預かり所にお預けください。貴重品はお預かりできません。ご自身での管理をお願いします。盗難について主催者は一切の責任を負いませんのでご了承ください。

給水・トイレ・救護所

- 給水所
コース上2カ所に給水所を設置します。（2.5km毎）
熱中症・脱水症予防のために、スタート前・レース中は必ず給水を行ってください。
給水所では、水、スポーツドリンクを提供します。
コロナ対策
・手渡しは行いません。
・給水で出たゴミは、必ず設置されたゴミ箱へ捨ててください。
- トイレ
トイレの設置場所は会場図・コースマップをご確認ください。
コロナ対策
・使用後は、手洗い・アルコール消毒の徹底をお願いします。
・2m間隔をあけて整列願います。

- 救護所
1カ所設置（メイン会場）
大会競技中の怪我・急病については、応急処置を救護スタッフが行います。応急処置での対応が難しいと判断した場合、救急車の出動を要請して病院へ搬送します。
応急処置以降の治療については、各自の責任・判断において行ってください。

制限時間・関門

制限時間は4時間です。
関門は、25km地点で3時間30分です。
4時間経過後はレースを続行することができません。

参加賞

- 大会オリジナル Tシャツ（一般エントリーの方）
- 大会オリジナル ランナーマスク（レイトエントリーの方）
- 一般エントリーの方（12/15までに申込された方）は**事前に発送します封筒と引換にTシャツをお渡しします。**
- レイトエントリーの方は大会当日に受付でお渡しします。

表彰

本大会は、ペース走をメインとした大会となるため、順位表彰は行いません。

記録

- 記録計測は事前に送付しているランナーズチップで行います。チップがないと計測できませんので、大会当日必ず持参し、正しくシューズに装着してください。
- 靴ヒモのないシューズで走る方は、大会本部へお越しください。
- 大会当日は、「応援 navi」でパソコン・スマートフォンからフィニッシュタイムを確認できます。
※ウェブスタート方式でスタート時間が固定ではありませんので、ネットタイムが完走タイムとなります。
※グロスタイムは第1スタートは9:00、第2スタートは11:30からの設定となります。



ナンバーや氏名からランナーの位置情報を予測し、地図上に表示するアプリが応援 navi です。



写真入りweb完走証を簡単に作成!

スマートフォンの操作で、写真入りweb完走証を作成できます。大会終了後、下記のQRコードをスマホで読み取り、作成サイトにアクセスしてください（大会当日までアクセスできません）。スマホの写真フォルダにあるご自身で撮った写真も選択できます。



「アミノバイタル®」が大阪30K冬大会をサポート！

味の素株式会社

大阪 30K 冬に参加される皆様には、総合コンディショニングの「アミノバイタル® プロ」と、長時間エネルギー持続の「アミノバイタル® パーフェクトエネルギー®」をスタート前に配付します。

コース途中 20km の給水所でも「アミノバイタル® パーフェクトエネルギー®」を用意し、レース後半の粘りをサポート。

ゴール後には「アミノバイタル® GOLD」、「アミノバイタル® GOLD2000ドリンク」の両方を提供。

フルマラソン再開の時を見据え、30km 走の効果を最大化するべく、「アミノバイタル®」を上手に活用しましょう！

<http://www.ajinomoto.co.jp/aminovital/>



注意事項

- 当大会はRUNNET 大会中止保険～悪天候・天災時補償～付帯「大会中止サポートパック」導入大会です。
- 雨天決行します。
- 競技中はスタッフの指示に従って、安全に競技に参加してください。
- 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。また、体調不良の場合は無理せず、勇気を持って棄権するよう心掛けてください。
- 天候が急変することも予想されます。雨具の用意を忘れないようにしてください。
- 大会出場中の映像・写真記事・記録のテレビ・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。
- 会場内は禁煙です。喫煙場はありません。
- 制限時間は4時間です。途中25km関門があります。(3時間30分)

コロナ対策

- ・会場内ではソーシャルディスタンスの確保マスクの着用、こまめな手洗いをお願いいたします。
- ・ゴミは各自でお持ち帰りください。

傷害保険について

大会開催中のケガ等に関しては主催者加入の傷害保険の範囲のみの補償となります(応急処置は主催者で行います)。もし、走行中に気分が悪くなるなどの異変を感じた場合、無理をせず近くのスタッフに声をかけてください。応急処置以降の治療については、各自の責任・判断において行ってください。

※最新情報は大会HPにアップします。



新型コロナウイルス感染予防のため下記のご協力をお願いします。



厚生労働省提供の**新型コロナウイルス接触確認アプリ**
"COCOA"のインストールをお願いします!
COVID-19 Contact Confirming Application

iOS 用



Android 用



大阪30K参加者は厚生労働省の新型コロナウイルス接触確認アプリ「COCOA」のインストールをお願いします。

「COCOA」をインストールすることで、以下2点の対策を講じることができます。

- ①大会前に新型コロナウイルス陽性者との濃厚接触がなかったか
- ②大会後に参加者内で新型コロナウイルス陽性者が確認された場合参加者内で濃厚接触者がいなかったか

新型コロナウイルス対策事前チェック

1 大会前までに

- 新型コロナウイルス接触確認アプリ「COCOA」(厚生労働省)のインストールをお願いします。
- 事前に参加案内P.1の「新型コロナウイルス感染症防止特別参加規約」のご確認をお願いします。

2 来場時に

- 来場の際は、マスク着用をお願いします。
- 受付時にRUNNET体調チェックの画面提示または体調チェックシートのご提出をお願いします。
- 来場者には全員に検温を実施します。
- RUNNET体調チェックおよび体調チェックシート で異常が見られる方、検温時に37.5℃以上の方はご参加をお断りさせていただきます。

※1 体調チェックに関してはP6～P7参照

3 大会中

- 走行時以外は、マスク着用にご協力をお願いします。
- スタートでは、前後2mの間隔をあけて整列をお願いします。
- 待機時は、ソーシャルディスタンスの確保をお願いします。
- トイレご利用時は、手洗い、アルコール消毒の徹底をお願いします。

4 大会終了後

- 表彰式は行いません。
- 大会終了後は速やかに解散をお願いします。 ※同会場での打ち上げは禁止いたします。
- ゴミは各自お持ち帰りをお願いします。

新型コロナウイルス感染症についての 体調チェックシートに関して

本大会は、新型コロナウイルス感染症予防対策として、「体調チェックシート」の提出をお願いしております。A④いずれかの方法でご自身の体調をご確認いただき、ご来場ください。なお、1つでも異常のある方、当日の体温が37.5℃以上の方は、参加できませんのでご了承ください。

A④ RUNNET上で体調チェックのうえ、会場の検温エリアで結果画面をご提示ください。

B④ 次ページの『体調チェックシート』をご自身でプリントし、ご記入のうえご持参ください。

※会場にご入場の際は、すべての方の検温および体調チェックを行います。

「体調チェックシート」をご自身でプリントし、2週間の体調をチェックしてから会場にご持参ください。

ご協力をお願いいたします。

A RUNNET体調チェックの操作方法

RUNNET体調チェックページは
右のQRコードからアクセス



STEP1

Myページから
体調チェックを選択



スマートフォンにて
RUNNETにログイン。
マイページ上の「イベント
参加・チェックシート」
を選択してください。

STEP2

体調チェックを行う



大会当日の日付を確認し、イベント参加体調チェックシートの設問に答えてください。大会2週間前～当日までの入力が必要です。

STEP3

チェック画面を会場で提示



検温チェックエリアにて、上記画面の提示をお願いします。

大会当日を含む2週間の体調チェックで該当症状がある場合、上記画面が表示されます。

※画面はイメージとなります。

B RUNNET体調チェックを使用しない場合

次ページの体調チェックシートをご自身でプリントし、
2週間の体調をチェックしてから会場にご持参ください。

【大会当日提出必須書類】

受付時に必ず提出をお願いします

提出日： 月 日

検温チェック
スタッフがチェックします。

新型コロナウイルス
感染症についての

体調チェックシート

1つでも異常のある方、当日の体温が37.5℃以上の方は、参加が出来ませんのでご了承ください。

本チェックシートは新型コロナウイルス感染症の拡大を防止するため、参加者の健康状態を確認することを目的としています。本チェックシートに記入いただいた個人情報については、厳正なる管理のもとに保管し、健康状態の把握、来場可否の判断および必要なお連絡のためのみ利用します。また、個人情報保護法等の法令において認められる場合を除きご本人の同意を得ずに第三者に提供いたしません。但し、大会会場にて感染症患者またはその疑いがある方が発見された場合に必要範囲で保健所等に提供することがあります。

ナンバー	
氏名	
連絡先 (電話番号)	

同意のチェックを入れてください。 個人情報の取得・利用・提供に同意する

↓ 該当項目にあてはまる場合はチェックを入れてください。

チェックリスト	日付	1/1	1/2	1/3	1/4	1/5	1/6	1/7	1/8	1/9	1/10	1/11	1/12	1/13	大会前日	大会当日
1	のどに痛みがある															
2	咳(せき)が出る															
3	痰(たん)が出たり、からんだりする															
4	鼻水(はなみず)、鼻づまりがある ※アレルギーは除く															
5	頭が痛い															
6	体にだるさなどがある															
7	発熱の症状がある															
8	息苦しさがある															
9	味覚異常(味がしない)															
10	嗅覚異常(匂いがしない)															
11	体温 体温は2週間分記入してください。	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃
12	薬剤の服用 解熱剤を含む上記症状を 緩和させる薬剤															

- ・ 走行時以外はマスクの着用をお願いします。
- ・ 待機時にもできるだけソーシャルディスタンスの確保をお願いします。
- ・ 大会2週間以内に新型コロナウイルス感染症を発症した場合、必ず大会事務局へご連絡をお願いします。

公益財団法人日本陸上競技連盟「新型コロナウイルス感染症についての体調管理チェックシート」より

[Mail] event-osaka@runners.co.jp