

「RUNNET体調チェック（スマホ）」(P.6)もしくは
「体調チェックシート（紙）」(P.7) ご記入のうえご来場ください。



2022年4月9日(土)

主催 一般財団法人アールビーズスポーツ財団
後援 遠野市
協賛 味の素株式会社

30Kシリーズ公式サイト



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

参加のご案内

この度は「遠野30K」にお申し込みいただき、ありがとうございます。
大会当日までによくお読みいただいたうえで来場ください。

世界中に猛威をふるう新型コロナウイルスによって、多くのマラソン大会が開催中止となっております。そのような中で私たちアールビーズスポーツ財団は、感染拡大防止策を徹底し、参加者数も例年より減らす形で開催いたします。参加される皆様には大会当日まで体調にご留意いただき、最高のコンディションでご出場ください。
※感染症予防のなどの安全対策上、参加者以外のご来場はご遠慮ください。
やむを得ず来場する場合には、参加者同様に検温と体調管理チェックシートの掲示もしくは提出を義務化します。

新型コロナウイルス感染症防止特別参加規約

- 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がある場合
- 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、各自更衣ボ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。
- 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)
- 来場する応援者は常時マスクを着用してください。
- 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。
- 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。
- 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。)
- 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。
- 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。
- 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。
- 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。
- 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、RUNPO(=RUNNETポイント)にて返還いたします。
- 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、RUNPO(=RUNNETポイント)にて返還いたします。

開催日

2022年4月9日(土) 雨天決行

会場

遠野運動公園 (岩手県遠野市青笹町糠前11番地)

大会スケジュール

9:00 2.5kmスタート ※駐車場は7:30オープン
9:30 5kmスタート
10:30 30kmスタート ※設定ペースごとにウェーブスタート
14:30 レース終了

選手受付

アスリートビブス (ナンバーカード) とランナーズチップは事前発送のため、当日の受付はございません。

レイトエントリーの方は、大会本部にお越しください。来場時、検温を指定場所にて行いますのでご協力をお願いします。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)」の提示もしくは提出を必ずお願いします。検温OKの目印として、リストバンドをお渡ししますので、必ず手首に装着してください。

※体調チェックシート(P.7)はご自身でプリントしてください。

ランナーサービスのご案内

味の素株式会社

「アミノバイタル®」が遠野30Kをサポート！

大会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」をスタート前に配布します。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。フィニッシュ後には「アミノバイタル®GOLD」と「アミノバイタル®GOLD2000ドリンク」の両方を提供します。フルマラソン再開の時を見据え、30km走の効果を最大化すべく、「アミノバイタル®」を上手に活用しましょう！

※配付商品は現時点での予定です。後日変更となる可能性があります。

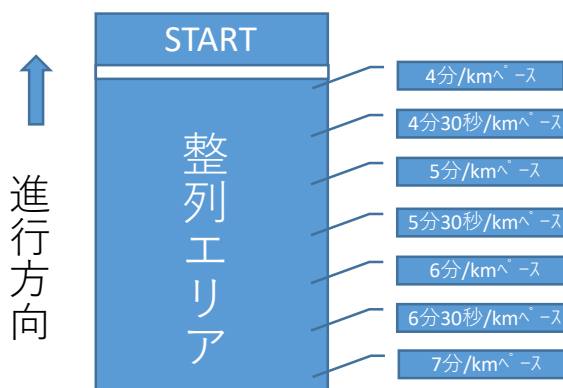


スタートについて

スタート時の密集を避けるため、設定ペースごとにウェーブスタートを行います。各グループは、前後の間隔を保った状態で整列いただき、そのままスタートラインを通過していただきます。

なお、記録はスタートマット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・順位の不利はありません。

- ◆ スタート整列時はマスクを着用してください。(レース中は外して頂いても結構です)
- ◆ アスリートビブスは、エントリー時の申告タイム順となっております。
- ◆ エントリー時のペースメーカー希望タイムの速い方からスタートします。
- ◆ ペースグループでの走行を希望されない方は、ご自身の予想タイム付近のエリアにお並びください。



記録速報・記録証について

大会当日は、ランナーズアップデートで速報タイムを確認できます。レース終了後、下記QRコードからWEB記録証をダウンロードできます。



ランナーズアップデート



WEB記録証

開催中止の際のお知らせ

悪天候や災害により大会を中止する場合のみ、大会当日朝5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。

大会に関するお問い合わせ先

メールにてお問い合わせください。件名に必ず「遠野30Kについて」と記載してください。

30k@runners.co.jp

TEL: 070-1053-6211 (電話は4/8~9のみ)

※緊急連絡以外のご遠慮ください。

給水所

- ◆ 2.5km周回コース内上1カ所に給水所を設置します。
※ 2.5kmの部は、コース上の給水の提供がございません。
- ◆ 水、スポーツドリンクは紙コップでの提供です。
- ◆ フィニッシュドリンク（スポーツドリンク）をご用意しております。

更衣室

密回避のため、更衣室のご用意はありません。ご了承ください。

手荷物預かり（セルフ方式）

会場に手荷物預かりスペースを設置します。
手荷物預かり所で配布する荷札にナンバーカード番号を記入し、荷物に取り付けてから、ご自身で指定場所においていただくセルフ方式となります。貴重品のお預かりはできませんので、ご了承ください。

トイレ

遠野運動公園内の常設トイレをご利用ください。

- ◆ 使用後は、手洗い、アルコール消毒の徹底をお願いいたします。
- ◆ 2m間隔をあけて整列願います。

参加賞（サコッシュ）

フィニッシュ後、ランナーズチップと引き換えで、大会オリジナルサコッシュをお渡しします。引換えには必ずナンバーカードをご持参ください。

- ◆ 受渡し場所はフィニッシュ給水付近になります。
- ◆ 当日来場し出場されない方は本部でお渡しします。
※引換可能時間：当日15:00まで

救護所

メイン会場（集いの広場）に設定しています。大会競技中の怪我・急病については、救護スタッフが応急処置を行います。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。

過去3年間の気温情報

	2021	2020	2019
平均気温	10.1℃	10.3℃	10.0℃
最高気温	15.5℃	15.2℃	15.3℃
最低気温	5.1℃	5.7℃	5.0℃

会場アクセス

遠野運動公園内に約350台の無料駐車場がございます。自家用車にてご来場の際は、マップをご参考に会場へお越しください。※8時会場オープン



注意事項

- ◆ 地震・風水害・降雪・事件・事故・疫病等により開催縮小・中止を判断する場合があります。参加料返金については、開催中止判断の時期により、申込手数料を除いた下記の返金率にて対応いたします。なお、新型コロナウイルスによる、開催時の社会事情、政府や開催都道府県、公園管理者などからの、指導・要請により、やむなく開催中止となった場合は、参加賞の発送費用、返金手数料を差し引き、RUNPO（＝RUNNETポイントにて返金いたします。開催中止判断の時期による申込手数料を除く参加料の返金率について開催予定日の2週間前に中止を判断した場合：10%～20%、以降：0%）
- ◆ 競技中は競技役員の指示に従って、安全に競技に参加してください。
- ◆ 大会開催中の怪我に関して、主催者加入の損害保険の範囲のみ補償となります。
- ◆ 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。また、体調チェックリストを活用し、体調がすぐれない場合は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。
- ◆ スタート時刻に間に合わなかった際は、失格となる場合がありますのでご注意ください。
- ◆ 感染症予防などの安全対策上、参加者以外のご来場はご遠慮ください。やむを得ず来場する場合には、参加者同様に検温と体調管理チェックシートの提出を義務化します。
- ◆ 参加者はエントリー時の参加規約に則り、大会開催中の事故、紛失、傷病に関し、主催者の責任を免除し、損害賠償等の請求を行わないものとします。また、参加者の家族・親族、保護者（参加者が未成年の場合）が本大会への参加と参加規約について承諾しているものとします。
- ◆ ランナーズチップ（記録計時用チップ）を紛失した場合は、実費（1,000円）を負担していただきます。

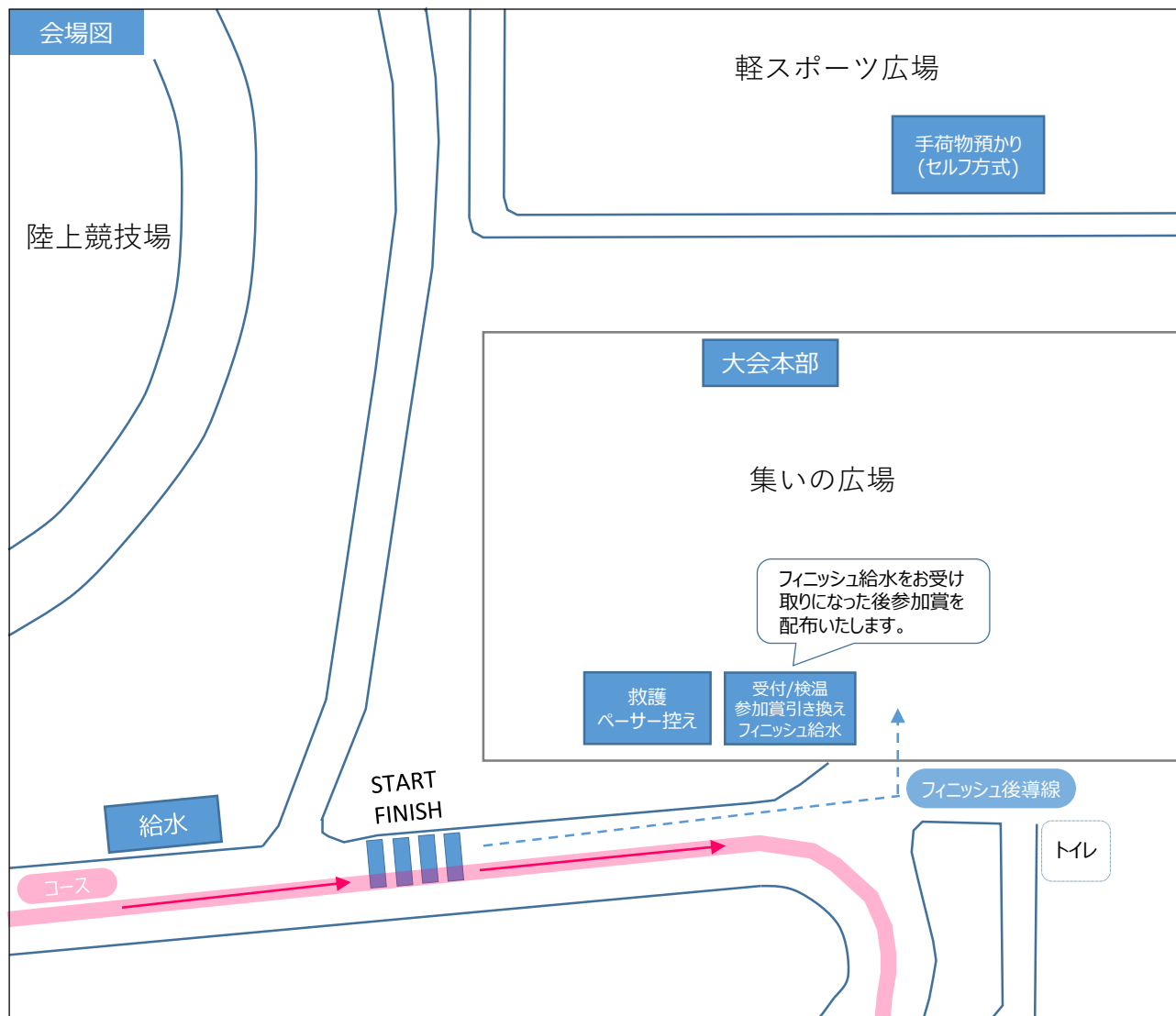
コースマップ



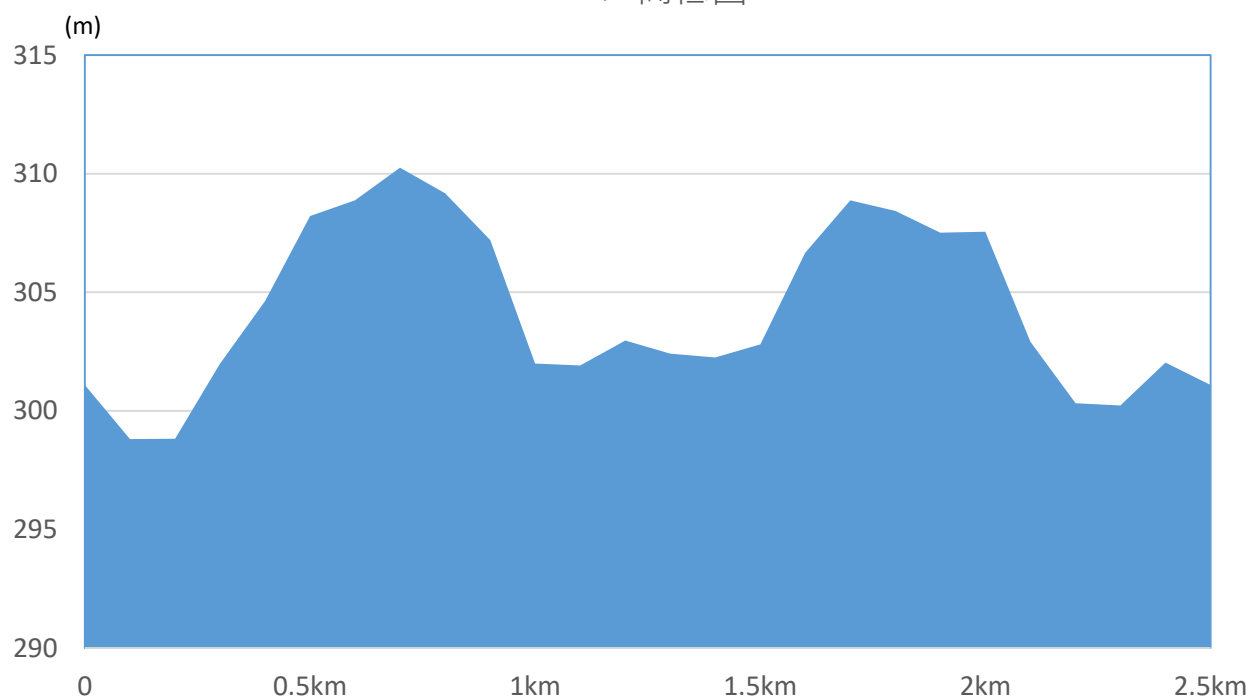
コースについて

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。

- ◆ コースは左側走行をお願いします。前のランナーを追い抜く場合は、必ず”右側”から追い抜くようにお願いします。
- ◆ コースは大会専用（占有）ではありません。一般歩行者、自転車も通行しますので十分に気をつけて走るようにお願いします。コース幅は全幅6m、狭い場所です3mです。
※狭い場所は、十分注意して走行願います。
- ◆ 前のランナーや一般歩行者の無理な追い抜きは大変危険です。追い抜く際は一声かけるなどご配慮ください。
- ◆ 3名以上が横に並んで走ることがないようにしてください。
- ◆ ツバ吐きは禁止です。
- ◆ 周回管理は、ご自身でおこなってください。
- ◆ 途中で棄権される場合は、お近くのスタッフに声をかけてください
- ◆ 可能な限りソーシャルディスタンスを保つように走ってください。
- ◆ スタートまで、マスクの着用をお願いします。
※レース中は、外していただいて構いません。
- ◆ 会場内、コース上での応援はご遠慮ください。
- ◆ 陸上競技場は、使用できません。



コース高低図



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。④⑤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。
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。

- ④ 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。
- ⑤ 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。

「RUNNET体調チェック」を利用していない方

【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

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ご連絡のためにのみ利用します。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。ただし、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。

検温チェック

スタッフがチェックします。



提出日：4月9日

ナンバー	
氏名	
連絡先(電話番号)	
☐ 個人情報の取得・利用・提供に同意する (同意のチェック✓を入れて下さい)	

↓ 該当項目に当てはまる場合は、チェックを入れてください。

大会前日 大会当日

チェックリスト		3/26	3/27	3/28	3/29	3/30	3/31	4/1	4/2	4/3	4/4	4/5	4/6	4/7	4/8	4/9
1	のどの痛みがある															
2	咳（せき）が出る															
3	痰（たん）がでたり、からんだりする															
4	鼻水、鼻づまりがある ※アレルギーを除く															
5	頭が痛い															
6	体のだるさなどがある															
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）															

※新型コロナウイルスワクチン接種による副反応（倦怠感や発熱など）は記載の必要はありません。

- ・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、RUNNET お問い合わせフォームより必ず大会事務局へご連絡をお願いします。

RUNNETお問い合わせフォーム▶



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

