

◆◆◆◆◆参加のご案内◆◆◆◆◆

この度は「北陸ふくい30K(サーティーケー)」にお申し込みいただき、ありがとうございます。
この参加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 健康チェック(RUNNET 内の My ページ)」もしくは本案内 P.6 の「健康チェックシート」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)と記録計測チップ(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(ナンバーカード)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 8/16 ~ 9/21 にモシコムで申し込みをした方です)

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。
- ・更衣室はありますが、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、参加者や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、RUNPO(=ランナースポイント)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、RUNPO(=ランナースポイント)にて返還いたします。

⑭緊急事態宣言等発令下でも、政府や自治体の定めるガイドラインに則り、開催の可否を判断していきます。

開催日

2022年 10月1日(土)

会場

足羽川河川敷泉橋東側
(福井県福井市)



お車でのご来場はできません。公共交通機関をご利用ください。

●徒歩の場合

JR 福井駅西口より徒歩約 10 分

※自転車可。会場に臨時駐輪場あり（鍵の管理など盗難防止にはご自身で十分に留意してください）。

●路面電車の場合

〔福井鉄道福武線〕足羽山公園口駅より徒歩約 5 分
商工会議所前駅より徒歩 10 分

大会スケジュール

- 8:00 会場オープン、受付開始
- 10:00 スタート（1分毎のウェーブスタート）
- 14:00 制限時間

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。
スタート整列時も含め、会場内ではマスクを着用してください。
※レース中は外していただいて結構です。

選手受付

- 一般エントリーの方（6/15～8/15に申し込みした方）
事前にアスリートビブス（ナンバーカード）を郵送します。当日受付はありません。
アスリートビブス、記録計測チップ（ランナーズチップ）を忘れずにご来場ください。
- レイトエントリーの方（8/16～9/21に申し込みした方）
アスリートビブス（ナンバーカード）および記録計測チップ（ランナーズチップ）は大会当日本部受付にてお渡しします。

重要事項

当大会への参加にあたり、9月17日(土)から「RUNNET健康チェックシート（スマホ）」もしくは、「健康チェックシート（紙）」への体温・体調記録の入力が必要となります。**大会当日の検温の際には、必ず「RUNNET健康チェックシート（スマホ）」の提示、もしくは「健康チェックシート（紙）」の提出をお願いします。**

※健康チェックシート（6ページ）はご自身でプリントしてください。詳細はP5以降をご覧ください。

スタートについて

コロナ対策

スタート時の密集を避けるために、下記表のように1分毎のウェーブスタートを実施します。

- 目標タイム別に6グループに分かれ、1分毎のスタートとなります。
- スタート整列時はマスクを着用してください（レース中は外していただいて結構です）。
- 第1グループ（4分15秒/km）より速いペースを予定されている方は、第1グループの先頭にお並びください。
- スタートマット通過時からのタイム（ネットタイム）を計測します。
- 必ずしもペースランナー（ペースグループ）と一緒に走行する必要はありません。当日の体調に合わせて、指定グループより前や後ろのグループからスタートすることも可能です。

スタート時間	目標タイム(ペースランナー)	アスリートビブスカラー
10:00	3時間15分以内 (4分15秒/km：フルマラソン3時間)	桃
10:01	3時間15分～3時間45分以内 (5分00秒/km：フルマラソン3時間30分)	緑
10:02	3時間45分～4時間15分以内 (5分40秒/km：フルマラソン4時間)	橙
10:03	4時間15分～4時間45分以内 (6分25秒/km：フルマラソン4時間30分)	青
10:04	4時間45分～5時間15分以内 (7分05秒/km：フルマラソン5時間)	クリーム
10:05	5時間15分～ ※ペースランナー設定なし	紫

過去の気象情報（10月1日の天気）

	2021	2020	2019
天候	雨時々曇	晴一時雨	晴時々曇
10時気温	25.1℃	22.4℃	25.5℃
最高気温	25.5℃	25.6℃	30.6℃

大会に関するお問い合わせ

北陸ふくい 30K 大会事務局（アールビーズ福井事業所内）

事前 大会HPの問い合わせフォームをご利用ください

前日・当日 TEL.070-1053-6145（大会本部）
※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10月1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://30k-series.com/>

更衣室・荷物置き場

●更衣室

コロナ対策

感染症対策のために一度に入ることのできる人数を制限いたします。できる限り各自ポンチョやバスタオルを用意するなど工夫してください。

●荷物預かり

会場内に手荷物置き場を設けていますのでご利用ください。
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。

●トイレ

トイレの設置場所は会場図をご確認ください。

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。
・1m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。

制限時間

記録計測は制限時間の4時間までです。

また、最終周回(25km地点)通過の制限時間は3時間40分となります。

参加賞

●大会オリジナル ロングスリーブ Tシャツ

フィニッシュ後、記録計測チップ(ランナーズチップ)と引換えでお渡しいたします。



(表)



(背中)

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。

記録速報・記録証について

●本大会の記録証は「WEB 記録証」です。競技終了後、下記 QR コードから記録証をダウンロードできます。

●大会当日は、「応援 Navi」・「ランナーズアップデート」でパソコン・スマートフォンからフィニッシュタイム(速報)を確認できます。

WEB 記録証 WEB CERTIFICATE SERVICE



スマートフォンの操作で、WEB 記録証(速報)を作成。画像を保存し、ご自宅の PC 等から印刷できます。

<https://runnet.jp/record/userRaceTopShowAction.do?racelid=303474>

ランナーの現在地は? (📍)
応援navi

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。



https://runnet.jp/ouen_navi/hokurikufukui30k20221001.php

今年も「アミノバイタル®」が北陸ふくい30Kをサポート!

●味の素株式会社

北陸ふくい30Kに参加される皆様には、トータル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」の両方を提供します。

フルマラソン本番に向けて、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!

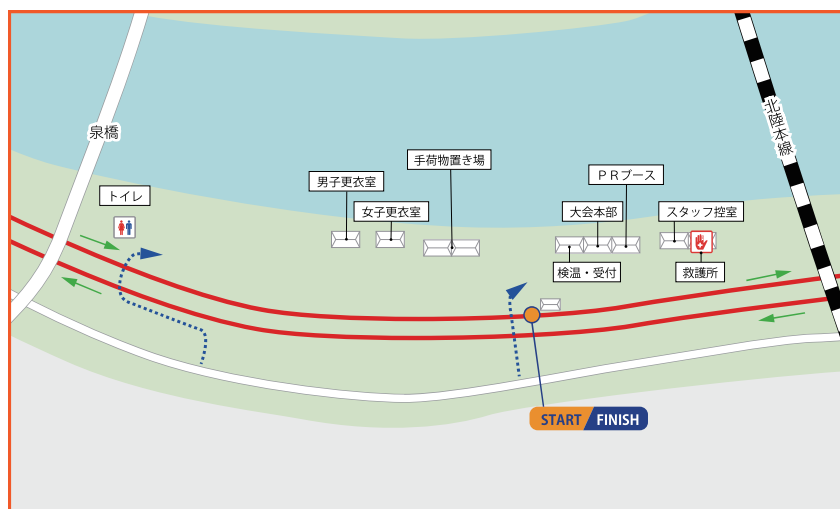
<http://www.ajinomoto.co.jp/aminovital/>



コースマップ



会場案内図



<ランナーのマナー>

- 前のランナーや一般歩行者の無理な追い抜きは危険なため、禁止です。一声かけるなどご配慮をください。
- 3名以上が横に並んで走ることの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。スタッフは管理しません。
- 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。
- 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。
- 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結構です。

コロナ対策

- ・会場内ではできる限りソーシャルディスタンスの確保、こまめな消毒、マスク着用をお願いします。
- ・ゴミは各自お持ち帰りください。

新型コロナウイルス感染症についての 健康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、「RUNNET健康チェックシート」の提示、または「健康チェックシート」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。尚、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のMYページ上で健康チェックを登録し、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『健康チェックシート』をご自身でプリントし、ご記入の上ご持参ください。

※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。

「健康チェックシート」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健康チェックシートの操作方法

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
健康チェックを選択



スマートフォンにて
RUNNETにログイン。
MYページ上の「RUNNET健康チェックシート」を選択してください。

STEP2

健康チェックを行う



大会当日の日付を確認し、RUNNET健康
チェックシートの設問に教えてください。
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
健康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健康チェックシートを使用しない場合

次ページの健康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健康チェックシート

1つでも異常のある方、当日の体温が37.5℃以上の方は、参加ができ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、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。

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	9/17	9/18	9/19	9/20	9/21	9/22	9/23	9/24	9/25	9/26	9/27	9/28	9/29	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