

# 新潟 30K

## 新潟30K大会

### 参加のご案内 2019年9月8日(日)

主催 一般財団法人アールピーズスポーツ財団  
後援 新潟市  
新潟日報  
新潟アルビレックスランニングクラブ  
協賛 味の素株式会社

この度は「新潟 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ご来場ください。  
非常に暑さの厳しい頃ですが、万全の体調で会場にお越しください。



事前にお送りしている新潟30K大会のご案内メールから参加票を発行して大会当日ご持参ください。  
(印刷してお持ちいただくか、スマートフォンの画面でご提示ください。)

#### 開催日

2019年9月8日(日)

#### 会場までのアクセス

会場／コース：新潟市陸上競技場／信濃川やすらぎ堤

##### ■バスでお越しの場合

- \* 萬代橋ライン・C4(東堀通線)・C5(西堀通線) →  
「市役所前」下車 → 徒歩 10分  
主要乗り場：「新潟駅前」・「万代シティ」・「入船営業所」・「西部営業所」
- \* C10 → 「陸上競技場前」下車 → 徒歩 2分  
主要乗り場：「新潟駅南口」・「県庁前」

##### ■電車でお越しの場合

新潟駅発 (JR 越後線) 「白山駅」下車 徒歩 10分

##### ■車でお越しの場合

北陸自動車道 西料金所より新潟バイパス → 桜木ICを左折後昭和太橋  
まで直進、橋を渡り終え交差点左折 300m 先左側  
駐車場：250台 (有料)

##### ■タクシーをご利用の場合

新潟駅万代口(北口)より約 15分



#### 大会に関するお問い合わせ

新潟30K 大会事務局 (株式会社アールピーズ 群馬事業所)  
TEL: 027-320-7040 (営業時間平日 10:00~17:00)  
MAIL: event\_gunma@runners.co.jp

最新情報は大会ホームページを CHECK! >> <http://30k-series.com/niigata/>

Facebook アカウントはこちら >> <https://www.facebook.com/rbsgunma/>

#### 開催可否についてのお知らせ

荒天・災害時により開催中止となる場合の告知は、9月8日(日)朝5時30分頃までに大会HPにてお知らせいたします。  
開催の場合は告知いたしません。  
※お電話でのお問い合わせはご遠慮ください。

#### 選手受付

事前にお送りしている新潟30K大会のご案内メールから参加票を印刷して持参するか、スマートフォンの画面をご提示ください。受付ではナンバーカードと参加賞をお渡しします。

<https://runnet.jp/runpassport/>

#### 大会スケジュール

- 06:00 受付開始
- 07:30 準備体操～オープニングセレモニー
- 08:00 スタート
- 11:30 クリーンアップ活動
- 12:00 レース終了 (制限時間 4 時間)

#### スタートについて

新潟30Kでは、安全に、スムーズに走行していただけるよう、エントリの際にいただいた申告タイム別にグループを設定いたします。  
スタートはグループ毎に並んでのスタートを予定しております。目標ペース(申告タイム)の位置へお並びください。

##### グループ

##### 目標ペース

|       |              |          |
|-------|--------------|----------|
| グループ① | フルマラソン3時間    | 約4:15/km |
| グループ② | フルマラソン3時間30分 | 約5:00/km |
| グループ③ | フルマラソン4時間    | 約5:40/km |
| グループ④ | フルマラソン4時間30分 | 約6:20/km |
| グループ⑤ | フルマラソン5時間    | 約7:00/km |

- ❗ 体調が悪くなった場合などは申告ペースのブロックから変更しても構いません。無理せず、安全にイベントへご参加ください。
- ❗ 計測はグロスタイムのみ、1周(約5km)ごとのラップタイムとなります。ご了承ください。



## 更衣室・荷物預かり

- **更衣室**  
新潟市陸上競技場内の更衣室をご利用ください。
- **荷物預かり**  
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。
- 駐車場は近隣のコインパーキングをご利用ください。(有料)

## 給水・トイレ・救護所

- **給水所**  
コース上2ヶ所に設置いたします。  
水・スポーツドリンクをご用意いたします。
- **トイレ**  
公園内(やすらぎ堤)常設トイレをご利用ください。
- **救護所**  
メイン会場に1ヶ所設置いたします。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。

！約2.5km毎に1回給水ができます。熱中症・脱水症予防のために、スタート前、レース中はこまめな給水を行ってください。

## 記録

- 記録計測は、受付時にお渡しす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、正しくシューズに装着してください。
- 本大会の完走証は「WEB完走証」です。レース終了後、作成サイトよりダウンロードができます。詳しくは3ページの「WEB完走証」欄をご参照ください。
- タイムを競うイベントではないため表彰はございません。あらかじめご了承ください。
- **大会結果**  
大会当日は、「ランナーズアップデート」でPC・スマホサイトからフィニッシュタイムを確認できます。  
※記録は速報のため、参考タイムです。  
<http://runnet.jp/record/>



## ナンバーカードとランナーズチップ

- ランナーズチップは、ナンバーカードセットに同封の取扱説明書を参考に、シューズに正しく装着してください。ナンバーカードは前・後から見えるよう付けてください。
- ランナーズチップは、レース終了後必ずご返却ください。途中で棄権した場合も大会本部までご返却ください。

## 公園クリーンアップ活動にご協力を

新潟30K当日は、11時30分頃より大会会場を中心にゴミ拾い活動を行います。  
出したゴミは必ずゴミ箱へ、公園を『来た時よりも美しく!』活動にご協力お願い致します。

## 注意事項

- 大会当日は相当の暑さが想定されます。大会中は基本キャップを着用してください。また、熱がこもらないようにノースリーブシャツとランニングパンツをお勧めします。日焼けが気になってもロングタイツなどの着用は中止してください。水分をこまめに補給し、くれぐれも熱中症にはご注意ください。
- 雨天決行。但し、地震・風水害・降雪・事件・事故・疫病等による開催縮小・中止、参加料返金の有無・額、通知方法等についてはその都度主催者が判断し、決定します。
- 公園内は占有ではございません。コースとなっている園路は一般の方も利用します。2列縦隊で走行し、一般来場者とぶつからないよう声を掛け合いましょう。
- 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内のみの補償となります。
- 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。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下さい。
- 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。喫煙所はありません。
- スタート時刻に間に合わなかった際は、失格となります。



# 新潟 30K

## 新潟30K イベント&大会サービス

### 大会ゲスト

がんばれゆうすけさん&小宮ひろあきさん

お笑いコンビ「ランナーズ」（よしもとクリエイティブエージェンシー所属）



◆がんばれゆうすけさん

栃木県下都賀郡出身。  
作新学院学院高校から東洋大に進学、  
駅伝部で活躍され在学中は2度箱根駅  
伝メンバーに選ばれる。  
最近では金栗四三さんのモノマネでもお  
なじみ？  
普段は芸人「ランナーズ」として活躍中。  
テレビ番組にも多数出演、芸能人最速！  
との呼び声高い実力派ランナー。



◆小宮ひろあきさん

大阪府四條畷市出身。  
がんばれゆうすけさんとコンビを組む  
お笑い芸人。  
風船を自由自在に操る「走るバルーン  
師」として子どもに大人気！  
2015年東京マラソンでは3時間15分  
51秒で完走。

#### ●ベストタイム

フルマラソン 2時間25分09秒

ハーフマラソン 1時間04分59秒

#### ※出演実績

TBS オールスター感謝祭

赤坂5丁目ミニマラソン

テレビ朝日 ビートたけしのスポーツ大将

TBS 珍種目 NO1 は誰だ！ピラミッドダービー

NHKBS1 ラン×スマ

熊本朝日放送 スポーツ一家言

### WEB完走証

写真入り WEB 完走証を会場で作成！

●会場での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、作成サイトに登録してください（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でも選択できます。



画像で保存して、  
ご自宅の PC 等から  
印刷できます



写真に写ったナンバーカードで本人を認識します。  
ナンバーが隠れないようにご注意ください。

詳しくはこちら <http://runtes.jp/runphoto/>

※『ランフォト+』は開催日になると見られるようになります。

### 「アミノバイタル®」が新潟30Kをサポート！

新潟30Kに参加される皆様には、筋肉の材料となるアミノ酸「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。

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」も提供！

目標レースに向けて走り込むランナーの皆様を「アミノバイタル。」シリーズでフルサポートいたします。



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