

前回大会からの変更点

関門 給水所 救護所

■第1関門、第4給水所、救護所

【撫岳荘キャンプ場】▶【山中湖駐車場】

■第3関門、第13給水所(往路)、第26給水所(復路)、救護所

【西浜小中学校】▶【足和田出張所】

※詳細は、P6の「関門」、P7～8の「コースマップ」、P9の「関門・給水所インフォメーション」をご確認ください。

開催可否

大会開催可否については、
4月23日(土) 21:00に大会公式ホームページにて告知いたします。

天変地異などの事象により、大会の中止もしくはコースを変更する場合がございます。地震・風水害・荒天・事件・事故等により大会が中止となる場合、原則として参加料は返金いたしません。表記事項以外でも主催者が、大会開催中止を決定する場合がありますが、その場合も同様に返金いたしません。

前夜祭

日 時：4月23日(土) 17:00～19:00
会 場：富士桜高原麦酒 レストラン・シルバンズ
参加費：4,000円(食事・飲み放題付)
申込み：富士急トラベルHP(先着順にて受付)

チャレンジ富士五湖 前夜祭

検索

<http://www.fujikyu-travel.co.jp/free/?no=47>

※ご家族や応援の方との参加も可能です。



大会公式ホームページ

<http://www.r-wellness.com/fuji5>

チャレンジ富士五湖

検索

大会公式Facebook

<https://www.facebook.com/fuji5.lakes>

事前の健康管理について

- 大会の参加に際しては、よく睡眠をとり、飲酒を控えるなど、事前の体調管理をしっかりおこなってください。また事前に健康診断の受診や、かかりつけの医師へ相談の上、大会にご参加ください。
- 以下のうち、該当するものが1つでもあれば、心停止のリスクが高くなると言われています。ご注意ください。

◇高血圧 ◇高血糖 ◇高脂血症
◇ニコチン依存症 ◇肥満(BMI値25以上)

選手説明

レースの諸注意・アドバイス等、大会に出場する上で重要な情報となっています。事前に必ずご確認ください。
※選手説明は、大会公式ホームページで4月初旬頃ご覧いただけます。

過去3年間の気象状況

| 大会回数 | 開催日 | 降水量 | 平均気温 | 最高気温 | 最低気温 | 平均風速 |
|------|------------|-------|------|-------|------|--------|
| 第25回 | 2015年4月19日 | 0.0mm | 9.9℃ | 18.0℃ | 0.8℃ | 1.5m/s |
| 第24回 | 2014年4月20日 | 1.0mm | 3.9℃ | 5.8℃ | 1.3℃ | 1.4m/s |
| 第23回 | 2013年4月21日 | 3.0mm | 3.6℃ | 7.6℃ | 1.0℃ | 2.6m/s |

荷物

■会場荷物置場 (富士北麓公園体育館メインアリーナ)

レース中に使用しない荷物を体育館にてお預かりいたします。貴重品等に関しては、各自で管理してください。紛失・損失があった場合、大会主催者側は一切責任を負いません。

受付方法

- ①ナンバーカード袋に同封されている荷札を取り出してください。
- ②預けたい荷物に荷札を取り付けます。外れないようにしっかり取り付けてください。
- ③大会当日、荷物置場に荷物をお預けください。

返却方法

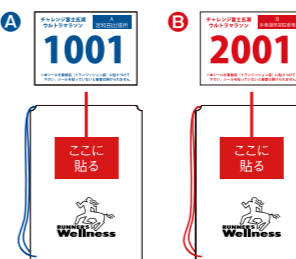
- ①レース後、荷物置場でナンバーカードを提示してください。
- ②スタッフがナンバーカードを照合して、荷物の返却をいたします。
※ナンバーカードが無いと返却が出来ませんので、途中で紛失しないようにお気を付けください。

■コース上荷物サービス (富士北麓公園体育館前)

下記、指定の給水所に着替えを置くことができます。本封筒に同封の「荷物袋」へ荷物を入れてください。トラックにて輸送する為、破損しやすい物はいれないようご注意ください。破損した場合、責任は負いません。

受付方法

- ①ナンバーカード袋に同封されている「荷物シール」を「荷物袋」に貼ってください。右記図をご参照ください。
- ②大会当日、富士北麓公園体育館前でお預けください。
- ③FUJI 5LAKESの部(118km)はA・B2ヶ所、FUJI 4LAKESの部(100km)FUJI 3LAKESの部(71km)はAのみ1ヶ所、お預けになれます。
- ④一度預けた荷物の取り出しは出来ませんので、お気を付けください。
※行き先が異なる場所へお預けにならないようご注意ください。



| 給水所名 | 足和田出張所[往路] | 本栖湖県営駐車場 |
|----------------|---|----------------------------|
| 記号 | A | B |
| 通過距離 | FUJI 5LAKESの部(118km) FUJI 4LAKESの部(100km) FUJI 3LAKESの部(71km) | 56.2km 56.2km 27.5km |
| 荷物袋のひも・荷物シールの色 | 青 | 赤 |

コース上での荷物受取

- ①会場で預けた荷物を上記給水所でお受け取りください。
- ②使用後の衣服等を返却場所にお預けください。

会場での荷物返却

- ①レース後、荷物置場でナンバーカードを提示してください。
- ②お預かり荷物を返却いたします。

※途中リタイヤ者への荷物返却は、17:30以降になります。交通状況などにより、返却が遅れる場合があります。お急ぎの場合は、荷物受付にて後日発送のサービスを行っています。(着払い)

脱ぎ捨てサービス

スタート時、着用していたウェアを「第1関門 山中湖駐車場」(16.9km)で脱ぎ捨てられるサービスです。※FUJI 3LAKESの部(71km)は対象外となります。

受付方法

- ①給水所内に脱ぎ捨てコーナーがあります。
- ②「白いひもの荷物袋」を配布しておりますので、スタッフからお受け取りください。
- ③脱ぎ捨てるウェアを荷物袋に入れて、ご自身のナンバーを荷物袋に記入し荷物をお預けください。

返却方法

- ①レース後、荷物置場でナンバーカードを提示してください。
- ②お預かり荷物を返却いたします。

アーリーTシャツの引換えについて

大会会場(富士北麓公園体育館)内にて、アーリーTシャツの引換えをおこなっております。本封筒に同封の「アーリーTシャツ引換証」をご持参の上、アーリーTシャツ引換所で交換してください。サイズ変更は出来ませんので、予めご了承ください。P.14の会場図をご参照ください。

引換受付時間:4月24日(日) 2:30～19:30

対象:2015年11月7日(土)までに参加申し込みをされた方

※当日引換えをされなかった場合、発送を希望する方は着払いとさせていただきます

スタートブロック時刻

ナンバーカードとランナーズタグは必ず装着してください。スタート時は暗いため、ペンライトやハンディライト・ヘッドライトをご持参ください。

▼各種目のスタートブロック時刻です。下記、表の通りにスタートしてください。

| 種目 | スタート時刻 | 性別 | ナンバー | ナンバーカードの色 |
|-----------------------|--------|----|-----------|-----------|
| FUJI 5LAKESの部(118km) | 4:00～ | 男子 | 0001～1051 | 赤 |
| | | 女子 | 2001～2126 | |
| FUJI 4LAKESの部(100km)① | 4:30～ | 男子 | 3001～3459 | 青 |
| | | 女子 | 3501～3537 | |
| FUJI 4LAKESの部(100km)② | 4:45～ | 男子 | 4001～4518 | 紫 |
| | | 女子 | 5001～5094 | |
| FUJI 4LAKESの部(100km)③ | 5:00～ | 男子 | 6001～6646 | 緑 |
| | | 女子 | 7001～7157 | |
| FUJI 3LAKESの部(71km) | 7:00～ | 男子 | 8001～8835 | 黄 |
| | | 女子 | 9001～9319 | |

FUJI 4LAKESの部のスタート順について

- 本大会は、時間差スタートを採用しております。必ずご自身のスタートブロックを確認して間違えないようスタートしてください。
- スタートブロックを間違えた場合は、正しく記録が取れないため失格となりますのでご注意ください。※スタートブロックの変更は出来ません。

スタート整列時刻 / スタート式

集合時間を目処に、スタート場所へ整列してください。スタート式は下記集合時間後におこないます。

場 所 富士北麓公園陸上競技場

| 種目 | FUJI 5LAKESの部 | FUJI 4LAKESの部 | FUJI 3LAKESの部 |
|------|---------------|----------------------|---------------|
| 集合時刻 | 3:45～ | ①4:15～ ②4:30～ ③4:45～ | 6:45～ |

参加案内

レース中の救護対応について

会場

富士北麓公園体育館
富士北麓公園陸上競技場

コース

山中湖駐車場／足和田出張所
旧精進小学校／西湖公民館

- 会場・コース上に救護所を設置しております。さらに、モバイルAED隊がコース上を巡回しております。
- 競技中に気分や体調に不安を感じた時点で、無理はせず競技を中止しリタイアしてください。
- 体調が悪そうな参加者を見つけた場合は、119番通報をする前にナンバーカードに記載されている大会本部(TEL:0555-21-5870)に連絡してください。但し、意識が無い等、緊急を要する場合は119番通報をしてください。
- 救護所及びコース上では、応急手当は行いますが、競技を続行するためのマッサージ・冷却スプレー・湿布・テーピングはおこないません。

トイレ

トイレは給水所に設置しております。その他、使用可能な常設トイレもございますので、屋外での排泄行為は禁止です。
(詳細はP9のトイレ情報をご確認ください)

伴走者登録

- 障がいのある方で単独走行が困難な方は、伴走者をつけることができます。
- 伴走者の出走は、登録が必要となりますので、事前に大会事務局にお問合せください。
TEL:0120-846-024(平日10:00～17:30)
- 登録後、富士北麓公園体育館内にある総合案内にて伴走ゼッケンをお渡しいたします。
- 伴走者登録をしないで走行した場合、マラソン保険の対象外となります。
- 伴走者の単独走行を発見した場合は走行を中止していただきます。
- 伴走者はランナーに対して2名まで登録可能です。中継ポイントは各自安全な場所でおこなってください。
※2名同時で伴走することは禁止です。

持ち物チェックリスト

- | | |
|------------------------------------|--------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 当封筒一式 | <input type="checkbox"/> 腕時計 |
| <input type="checkbox"/> 飲料 | <input type="checkbox"/> 防寒着 |
| <input type="checkbox"/> ハンディライト | <input type="checkbox"/> 健康保険証(コピー可) |
| <input type="checkbox"/> ポケットティッシュ | <input type="checkbox"/> _____ |
| <input type="checkbox"/> 携帯電話 | <input type="checkbox"/> _____ |
| <input type="checkbox"/> 帽子 | <input type="checkbox"/> _____ |
| <input type="checkbox"/> 手袋 | <input type="checkbox"/> _____ |
| <input type="checkbox"/> 絆創膏 | <input type="checkbox"/> _____ |
| <input type="checkbox"/> ランニングウェア | <input type="checkbox"/> _____ |
| <input type="checkbox"/> ランニングシューズ | <input type="checkbox"/> _____ |

リタイア

- リタイアは最寄りの関門所で申告してください。
- 会場へのリタイアバスを準備しておりますが、交通状況等によりお待たせする場合がありますので、予めご了承ください。
- 無理はせず、体調不良の方は早めのリタイアをしてください。
- 会場に着きましたら富士北麓公園大駐車場のリタイア受付 Tent にて、ランナースタグと交換で参加賞をお渡しします。事前にランナースタグの取り外しをおこなってください。

記録計測

- ランナースタグを使用し、10km毎にラップタイムを計測します。計測地点は安全確保を最優先とするため、正確な10km毎の地点から前後している事がありますので、予めご了承ください。
- ランナースタグは2枚封入されています。両足に1枚ずつ装着してください。予備ではございません。装着方法については、ナンバーカード袋に同封されている説明書をお読みください。
- 次の方は、制限時間内で完走しても記録が出ない場合があります。ご注意ください。
 - ①ナンバーカード・ランナースタグを正しく装着せずに出走された方
 - ②ナンバーカード・ランナースタグを途中で紛失した方
- ランナースタグは、フィニッシュ付近で回収いたします。大会に参加できなくなった場合は、同封のタグ返却用封筒にてご返却ください。紛失または返却されなかった場合は、実費(500円)を請求いたします。
- 大会当日に返却を忘れてしまった場合は、大会終了後1週間以内に同封のタグ返却用封筒にてご返却ください。

保険

主催者は、大会開催中スポーツ傷害保険に加入します。競技中、事故・怪我をした場合、保険が適用される場合がございますので、大会終了後、事務局までご連絡ください。
保険内容については次の通りです。
死亡・後遺障害:100万円
入院日額:3,000円
通院日額:1,500円



関門

- 競技運営上、関門を設置しております。
- 各関門閉鎖時刻までに到達出来なかった場合は、その時点でリタイアとなります。
- 閉鎖後10分を過ぎても関門で止まっている方はリタイアと見なしリタイアバスに乗っていただきます。

| FUJI 5LAKES 118km | スタート (経過時間) | 関門① (2時間10分) | 関門② (4時間45分) | 関門③ (7時間00分) | 関門④ (9時間30分) | 関門⑤ | 関門⑥ (12時間25分) | 関門⑦ (14時間15分) | フィニッシュ (15時間00分) |
|-------------------|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|-----|---------------|---------------|------------------|
| 地点 | 富士北麓公園 | 山中湖駐車場 | 富士北麓公園上 | 足和田出張所 | 本栖湖県営駐車場(往路) | | 西湖公民館 | 河口湖ステラシアター | 富士北麓公園 |
| 距離 | 0km | 16.9km | 38.7km | 56.4km | 75.0km | | 98.9km | 113.1km | 118.3km |
| 時刻 | 4:00 | 6:10 | 8:45 | 11:00 | 13:30 | | 16:25 | 18:15 | 19:00 |

| FUJI 4LAKES 100km① | スタート (経過時間) | 関門① (2時間10分) | 関門② (4時間45分) | 関門③ (7時間00分) | 関門④ | 関門⑤ (9時間30分) | 関門⑥ (11時間00分) | 関門⑦ (13時間15分) | フィニッシュ (14時間00分) |
|--------------------|-------------|--------------|--------------|--------------|-----|--------------|---------------|---------------|------------------|
| 地点 | 富士北麓公園 | 山中湖駐車場 | 富士北麓公園上 | 足和田出張所 | | 旧精進小学校 | 西湖公民館 | 河口湖ステラシアター | 富士北麓公園 |
| 距離 | 0km | 16.9km | 38.7km | 56.4km | | 72.2km | 80.6km | 94.8km | 100km |
| 時刻 | 4:30 | 6:40 | 9:15 | 11:30 | | 14:00 | 15:30 | 17:45 | 18:30 |

| FUJI 4LAKES 100km② | スタート (経過時間) | 関門① (2時間10分) | 関門② (4時間45分) | 関門③ (7時間00分) | 関門④ | 関門⑤ (9時間30分) | 関門⑥ (11時間00分) | 関門⑦ (13時間15分) | フィニッシュ (14時間00分) |
|--------------------|-------------|--------------|--------------|--------------|-----|--------------|---------------|---------------|------------------|
| 地点 | 富士北麓公園 | 山中湖駐車場 | 富士北麓公園上 | 足和田出張所 | | 旧精進小学校 | 西湖公民館 | 河口湖ステラシアター | 富士北麓公園 |
| 距離 | 0km | 16.9km | 38.7km | 56.4km | | 72.2km | 80.6km | 94.8km | 100km |
| 時刻 | 4:45 | 6:55 | 9:30 | 11:45 | | 14:15 | 15:45 | 18:00 | 18:45 |

| FUJI 4LAKES 100km③ | スタート (経過時間) | 関門① (2時間10分) | 関門② (4時間45分) | 関門③ (7時間00分) | 関門④ | 関門⑤ (9時間30分) | 関門⑥ (11時間00分) | 関門⑦ (13時間15分) | フィニッシュ (14時間00分) |
|--------------------|-------------|--------------|--------------|--------------|-----|--------------|---------------|---------------|------------------|
| 地点 | 富士北麓公園 | 山中湖駐車場 | 富士北麓公園上 | 足和田出張所 | | 旧精進小学校 | 西湖公民館 | 河口湖ステラシアター | 富士北麓公園 |
| 距離 | 0km | 16.9km | 38.7km | 56.4km | | 72.2km | 80.6km | 94.8km | 100km |
| 時刻 | 5:00 | 7:10 | 9:45 | 12:00 | | 14:30 | 16:00 | 18:15 | 19:00 |

| FUJI 3LAKES 71km | スタート (経過時間) | 関門① | 関門② (1時間20分) | 関門③ (3時間45分) | 関門④ | 関門⑤ (6時間30分) | 関門⑥ (8時間00分) | 関門⑦ (10時間05分) | フィニッシュ (11時間00分) |
|------------------|-------------|-----|--------------|--------------|-----|--------------|--------------|---------------|------------------|
| 地点 | 富士北麓公園 | | 富士北麓公園上 | 足和田出張所 | | 旧精進小学校 | 西湖公民館 | 河口湖ステラシアター | 富士北麓公園 |
| 距離 | 0km | | 9.8km | 27.5km | | 43.3km | 51.7km | 65.9km | 71.1km |
| 時刻 | 7:00 | | 8:20 | 10:45 | | 13:30 | 15:00 | 17:05 | 18:00 |

完走証

大会当日、会場内にて完走証を発行します。フィニッシュ後、発行所に必ずお立ち寄りください。後日発行はいたしません。完走証は最終記録のみの印字となります。順位とラップについては、大会翌日以降大会ホームページでご覧になれます。

表彰

- 各種目(男女別)で1位～6位までが表彰対象となります。
- 表彰式は、各種目の6位までの順位が確定してから概ね30分後に開始する予定です。
- 年代別表彰は各年代の6位までが対象となります。対象者には、表彰状を大会終了後、1ヵ月ほどで郵送いたします。
- グループトライアル表彰は各年代の3位までが対象となります。対象者には、表彰状を大会終了後、1ヵ月ほどで郵送いたします。

連絡先

大会全般に関するお問い合わせは、下記までお願いします。

■大会前当日【4月23日(土)・24日(日)】
TEL:090-8587-8448

■上記期間以外
TEL:0120-846-024(営業時間/平日10:00～17:30)
FAX:0463-70-6266
(株)ランナース・ウェルネス内 チャレンジ富士五湖大会事務局
〒259-0111 神奈川県中郡大磯町国府本郷438
E-mail: fuji5@r-wellness.com
HP: http://www.r-wellness.com/fuji5
facebook: https://www.facebook.com/fuji5.lakes

チャレンジ富士五湖

検索