

24H GREEN CHARITY RELAY MARATHON

2019.6.1^土-2^日 *in TOYOSU*



—参加のご案内—

この度は「24時間グリーンチャリティリレーマラソン in TOYOSU」にお申し込みいただき誠にありがとうございます。
この案内には重要な情報が記載されております。大会までに必ずご一読ください。

開催日

2019年6月1日（土）～ 2日（日）

会場

豊洲ぐるり公園（東京都江東区）

| 種目 | ナンバーカード | タスキ | 人数 |
|-------------|---------|-----|-------------|
| 24時間チームの部 | 赤 | 赤 | 45チーム/495名 |
| 24時間個人の部 男子 | 白 | | 66名 |
| 24時間個人の部 女子 | | | 14名 |
| 12時間チームの部 | 橙 | 橙 | 20チーム/140名 |
| 12時間個人の部 男子 | 黄 | | 24名 |
| 12時間個人の部 女子 | | | 9名 |
| 6時間チームの部 | 青 | 青 | 110チーム/739名 |
| 6時間個人の部 男子 | 緑 | | 22名 |
| 6時間個人の部 女子 | | | 7名 |
| 4時間チームの部 | 紫 | 紫 | 97チーム/505名 |
| 4時間個人の部 男子 | 青 | | 12名 |
| 4時間個人の部 女子 | | | 5名 |

—お問い合わせ先—
グリーンチャリティリレーマラソン事務局

0120-846-024

5月31日(金)まで

090-8587-8448

大会当日連絡先6月1日(土)～2日(日)17時迄

TEL

MAIL



※6月1日(土)～2日(日)終日は、
メールでの返信はできません。

大会公式
HP



大会スケジュール

| 日付 | 時間 | 24時間 | 6時間 | 12時間 | 4時間 | その他イベント・サービス等 | 参加賞引換  |
|-----|-------|------------------|-------|------|-------|---------------|--|
| | | 個人の部 | チームの部 | 個人の部 | チームの部 | | |
| 6/1 | 8:00 | | | | | | |
| | 9:00 | | | | | | |
| | 9:30 | | | | | | |
| | 10:00 | | | | | | |
| | 10:30 | 受付 10:30 ~ 12:00 | | | | | |
| | 11:00 | | | | | | |
| | 12:00 | | | | | | |
| | 12:10 | 競技説明会（マネージャー会議） | | | | | |
| | 12:20 | | | | | | |
| | 12:30 | スタート式 12:30 | | | | | |
| | 13:00 | START 13:00 | | | | | |
| | 13:30 | | | | | | |
| | 14:00 | | | | | | |
| | 14:30 | | | | | | |
| | 15:00 | | | | | | |
| | 15:30 | | | | | | |
| | 16:00 | | | | | | |
| | 16:30 | | | | | | |
| | 17:00 | | | | | | |
| | 17:30 | | | | | | |
| | 18:00 | | | | | | |
| | 18:30 | | | | | | |
| | 19:00 | | | | | | |
| | 19:10 | | | | | | |
| | 19:20 | | | | | | |
| | 19:30 | | | | | | |
| | 19:50 | | | | | | |
| | 20:00 | | | | | | |
| | 20:30 | | | | | | |
| | 21:00 | | | | | | |
| | 21:10 | マネージャー会議 | | | | | |
| | 21:20 | | | | | | |
| | 21:50 | | | | | | |
| | 22:00 | | | | | | |
| | 23:00 | | | | | | |
| 6/2 | ~ | | | | | | |
| | 6:00 | | | | | | |
| | 7:00 | | | | | | |
| | 7:10 | | | | | | |
| | 7:30 | | | | | | |
| | 8:00 | | | | | | |
| | 8:10 | | | | | | |
| | 8:20 | | | | | | |
| | 8:45 | | | | | | |
| | 9:00 | | | | | | |
| | 9:30 | | | | | | |
| | 10:00 | | | | | | |
| | 10:20 | | | | | | |
| | 10:45 | | | | | | |
| | 11:00 | | | | | | |
| | 11:30 | | | | | | |
| | 12:00 | | | | | | |
| | 12:30 | | | | | | |
| | 13:00 | FINISH | | | | | |
| | 13:20 | 表彰式 | | | | | |
| | 14:00 | | | | | | |

【ちびっこマラソン】
9:00～
10:00 受付

11:00
スタート



【6・24時間の部】
参加賞引換
10:30
～
15:00

パスタサービス
14:00
～
19:00

パスタサービス
14:00
～
17:00

FINISH

表彰式

受付 20:00～21:00

競技説明会（マネージャー会議）

スタート式 21:50

START 22:00

フードサービス 21:00～23:00

【12・24時間の部】
給湯サービス
【個人の部】
夜食サービス
22:00
～
6:00

6:00

朝食サービス
6:00
～
10:00

マネージャー会議

朝食サービス
6:00
～
10:00

マネージャー会議

受付
7:00～8:00

競技説明会（マネージャー会議）

スタート式

START 9:00

FINISH

表彰式

【4時間の部】
参加賞引換
7:00
～
10:00

参加賞

JAM HOME MADEさんデザインの
大会会場以外でも普段使いできる お洒落なTシャツ◎

「デザインテーマは『繋ぐ』みんなで走ることから繋がろう！！」

お互いに励ましあい、みんなで繋がってそれぞれのゴールに向かって走りきりましょう！！！
肩を組み笑いあえば、新しい何かが生まれるかも…！！



大会スケジュールのポイント



| | |
|-----------------------|---|
| 選手受付 | ナンバーカード引換証をお持ちのうえ受付にお越しください。 ※メンバー変更がある場合はメンバー登録をお済ませのうえ受付にお越しください。 【持ち物】ナンバーカード引換証 |
| 参加賞引換 | 受付時にお渡しする『参加賞引換券』を持って、参加賞引換テントにお越しください。 参加賞Tシャツのデザインは、上記2種類からランダムでのお渡しとさせていただきます。 ※お渡しする物が多いのでチームの部の方は2～3名でお越しください。 |
| 競技説明会 (マネージャー会議) | 大会中の注意事項等をお伝えします。マネージャー、個人の方は必ずご出席ください。 |
| START | 第1走者はスタート10分前までにスタート地点にお集まりください。 |
| パスタサービス | 6時間・24時間の部を対象に、オーマイパスタ（1人1杯）を配布します。人数の多いチームは、複数名でお越しください。 【持ち物】パスタ券 |
| フードサービス | 12時間の部は、おかゆ（1人1杯）を配布します。人数の多いチームは、複数名でお越しください。 【持ち物】フード券 |
| 給湯サービス ・ 夜食サービス | 12時間・24時間の部を対象に給湯サービスをいたします。個人の部の方には夜食（カップ麺）サービスもあります。 【持ち物】特になし |
| 朝食サービス | 12時間・24時間の部の方を対象に温かいうどんを配布します。人数の多いチームは、複数名でお越しください。 【持ち物】特になし |
| ゴミ回収 | 大会会場にて出たゴミのみを回収します。必ず分別をしてゴミステーションまでお持ちください。 分別がされていない場合、その場で分別をしていただきます。分別の方法は受付の際にご案内いたします。 【場所】ゴミステーション |
| 表彰式 | 表彰対象は各種目上位1位～3位です。表彰式は競技終了後、約20分後を予定しております。 ※表彰対象者の集合の遅れ等により、表彰式の開始が遅れる場合がございます。 |

大会当日（競技開始）まで

事前準備

◆チームの部にご参加の代表者様

①寝袋貸出

締切：5月26日（日）

追加申込等必要な方は大会公式HPの問い合わせ
フォームにてご連絡ください。

※寝袋レンタルは

24・12時間のみとなります。

※寝袋は、大会当日

総合案内横にて配布いたします。



②テント隣り合わせ申込

（24時間チームの部ご参加の方）

締切：5月26日（日）

大会公式HPの

「テント隣り合わせ申込フォーム」

より申請してください。



③出走メンバー登録について

エントリー時からメンバー変更がある方は、

大会当日受付の前までにメンバー登録をお済ませください。



※郵便振替でお申込みの方は必ず
メンバー登録をおこなってください。

※メンバー登録は出走時の保険、大会終了後の記録証
に反映されますので
必ず当日出走するメンバーをご登録ください。

開催可否判断について

・大会の開催・中止に関する発表は、下記の日時と方法で行います。

●最終決定日時 **6月1日（土）5:00頃**

●発表方法 大会公式ホームページ/大会公式Facebook

●URL <http://www.r-wellness.com/tokyo24/>

※荒天その他の理由により大会開催に影響が発生する場合、
上記日時に関わらずお知らせいたします。

受付についての注意事項

・受付には、ナンバーカード引換証を必ずお持ちください。ナンバーカード一式（計測タグ・安全ピン・各引換券等）参加者袋（大会プログラム等）をお渡しします。

- ・参加賞のTシャツは、エントリー時に入力されたサイズでのお渡しとなります。サイズの変更はできません。
- ・マネージャーは事前にお申込みされた方のみ対象となります。

交通機関について

・大会専用駐車場のご用意はございません。
当日は公共交通機関でお越しください。

競技説明会（マネージャー会議）※出席必須

- ・競技を行うまでの注意事項・夜間テントで過ごすまでの注意事項・ゴミ処理やレンタル品の片付け方等の注意事項を各時間にご案内いたします。
- ・個人の方・マネージャーは必ず出席してください。
- ・ステージ前にて行います。

荷物預かりについて

・個人の部にご参加の方は貴重品のみ、総合案内でお預かりいたします。

チームの部はチームのお荷物・貴重品は各自で管理していただきますようお願いします。

※会場内におけるお荷物・貴重品の紛失・盗難等は大会側では一切の責任を負いかねます。ご了承ください。

※近年、ランナーやチームメンバーの知人を装ってテント等に侵入し、金品を盗むという盗難事件が増えております。必ず1人はテントに残り、メンバーがいるときも十分にご注意ください。

ナンバーカードについて

- ・チームの部はメンバー1名につき1枚を胸に着けてください。
(安全ピン同封あり) 個人の部は2枚同封しておりますが1枚は着替え用にご使用ください。

大会当日競技中

スタート・フィニッシュ

- ・第一走者はスタート10分前にスタート地点にお集まりください。
ナンバーカードは必ず胸につけてください。
- ・全種目スタート直後の10分間と、競技終了直前の10分間は、安全管理のためタスキリレーが出来なくなります。
※競技終了時間前に競技を終了することも可能です。

コース上走行

- ・メンバーのうち1人が何回・何周走るかは、各チームで自由に決められます。走行順も途中で変更できます。
- ・競技時間内にレースを中断（周回を休む）することも可能です。その場合は中継所からコース外へ出て、再スタートの際は再び中継所からスタートをしてください。
(申告等は不要です。)
- ・競技場外の外周コースは要所をコーン・バー等で区切ってあります、大会専用路ではございません。一般来園者も通行しますので十分注意して走行してください。
- ・1周約1.5kmのコース上には500メートル毎に距離看板を設置します。
- ・コース上の要所に大会スタッフを配置・自転車による巡回を行っています。傷病・事故等、緊急時は速やかに近くのスタッフにお伝えください。
- ・ランナーを追い越す場合は、必ず外側から追い越してください。
無理な追い越し、すり抜けは事故を招く恐れがありますので、絶対に行わないでください。
- ・コース上の暗い場所には照明を設置しますが、夜間走行の際は足元や前方等に注意して走行してください。各自で懐中電灯等を適宜ご用意ください。
- ・コース上には凹凸や、狭くなる箇所があります。また夜間は足元が見にくくなりますので、無理な追い越しはせず、十分注意して走行してください。

フードサービス

- ・フードテントにて提供いたします。
- ・チームの部の方は引換券に記載されている時間、個人の方はP.1「大会スケジュール」をご確認の上、該当時間にお越しください。
- ・受け取りの際、チームの部の方は引換券を渡し、個人の部の方はナンバーカードをご提示ください。
- ・夜間(22:00～)に給湯サービスがございますのでポットをご用意いただると便利です。個人の部に参加の方には夜食サービスがあります。
- ・フードサービスはあくまでも軽食サービスです。
- ・食事を運ぶトレーなどは、出来る限り各チームでご用意ください。

記録計測について

- ・記録計測は記録計測タグで行います。記録計測タグはナンバーカードに同封されています。受付の際にメンバー分の個数を確認してください。
- ・記録計測タグをつけずに周回した場合はシステム上、周回としてカウントされません。必ず装着して競技に参加してください。
- ・記録計測タグは、チーム毎で登録しています。複数のチームでご参加の際には、チップの付け間違いにご注意ください。
- ・記録速報は毎時20分頃に各チーム周回数と走行距離を記録速報板（ステージ前）に張り出します。速報について異議のある場合は、速報発表後30分以内に記録本部にて異議申立を行ってください。
- ・順位は周回数で決定します。同周回の場合は、計測用マットを通過した時間の早い方を上位として集計します。
- ・各種目、スタートして競技時間を経過した時点で終了です。コース途中で競技終了時間を迎えた場合、その最終周回は記録に含まれません。終了時間前にレースを終えることも可能です。
- ・記録計測タグは競技終了後、ゴール地点または、総合案内前にあるタグ回収B O Xへご返却ください。万一紛失された場合にはタグの実費を徴収させていただきます。ご了承ください。
- ・記録証は大会終了後、約1ヶ月後に大会事務局から代表者へご郵送いたします。

大会当日 競技中

テントでの過ごし方について

【24時間チームの部】

- ・24時間チームの部には、貸出テントをご用意します。

テント区画のスペースは、

「8名以下のチーム：3.6m×2.7m」

「9名以上のチーム：5.4m×3.6m」

となります（マネージャーは人数に含まれません）。

- ・予めチームごとにテント位置が決められております。

各チームのテント場所は、大会公式ホームページと受付時にご案内をいたします。

【4時間・6時間・12時間のチームの部、各種目個人の方】

- ・4時間・6時間・12時間のチームの部、及び個人の部に

ご参加の方は、休憩所として共有テントを

ご用意いたしますのでご利用ください。

区画は決められておりませんので譲り合ってお使いいただきますようお願いします。

- ・公園内は都市公園法により火気の使用、所定エリア以外のテント、テーブル、イスの設置は禁止いたします。

喫煙については、所定の喫煙所をご利用ください。

- ・テントでは休憩・仮眠をとるチームがほとんどです。テント内で話したり、音楽プレイヤー、スマートフォン等を使用する場合はできるだけボリュームを絞る等、周囲に迷惑がかからないようにマナーを守ってください。

中継所・タスキリレー

・タスキの受け渡しは所定の中継所のみで可能です。所定の場所以外でタスキリレーを行っていることが発覚した場合、該当チームは失格となります。

・中継所は「24時間チームの部中継所」

「4時間・6時間・12時間のチームの部中継所」

の2カ所を予定しています。

種目により中継所が異なりますのでご注意ください。

詳しい場所は会場図をご覧ください。

・21:00～翌朝6:00は呼び出しができませんので、マネージャー等が声掛けしスムーズに中継できるようにご準備ください。また、次の走者以外の方は中継所へは入れません。

・中継所付近は混雑しますので、タスキを受け取る交代の走者のみ入れます。机やイスの持ち込みは禁止します。

・休憩に入る場合は中継所で出入りしてください。

・各チームともスムーズに中継所でタスキリレーができるように準備をお願いします。走行順やタスキを繋ぐタイミング等、あらかじめ大まかに決めておくことをお勧めします。

走行中のけが・保険

・救護所は、救命処置を重視した体制で運営され、大会中の傷病については応急処置のみ行います。それ以上の処置は原則行いません。また傷病に係る責任は負いかねますので予めご了承ください。

・救護所には家庭用常備薬（胃腸薬、感冒薬、湿布など）の用意はありません。また、コールドスプレー、消炎鎮痛剤等での処置も行いません。

・大会開催期間中はスポーツ保険が適用されます。ただし、大会規則を守らない場合や参加方法が不適切と判断された場合には保険が適用外となる場合があります。

表彰

・表彰対象は各種目上位1位～3位です。表彰式は競技終了、約20分後を予定しております。

※表彰対象者の集合の遅れ等により、表彰式の開始が遅れる場合がございます。

職場対抗について

・お申込み時に、「職場対抗トライアルに参加する」を選択いただいたチームが対象です。

・一般種目の順位に加え、職場対抗の部での順位も表示されます。

・職場対抗の部で入賞したチームには職場（企業）PRタイムをご用意いたします。

※入賞チームでなくともインタビュー等する場合がございますのでご了承ください。

総合案内

・大会中の落し物・忘れ物は総合案内にてお預かりいたします。大会後、事務局にて1ヶ月間保管しますが、そのあとは処分させていただきます。

・飲食物につきましては衛生上、即日処分させていただきます。あらかじめご了承ください。

・障がい者で伴走が必要な方は、伴走者登録をしていただきまで総合案内までお越しください。

チームの部ご参加の方へ ※要確認

【出走メンバー変更・登録について】

エントリー時からメンバー変更がある方は、大会当日受付の前までにメンバー登録をお済ませください。

※郵便振替でお申込みの方は必ずメンバー登録をおこなってください。

メンバー登録は出走時の保険、大会終了後の記録証に反映されますので必ず当日出走するメンバーをご登録ください。

エントリー方法

受付(大会当日)

郵便振替

出走メンバー登録
(web)

引換証提出

RUNNET

メンバー変更あり

メンバー変更なし

誓約事項

【誓約事項】

- ・私（達チーム）は健康に留意し、十分なトレーニングをした上で、本人の責任において本大会に参加します。
また、体調不良の場合は参加を中止するか、慎重にレースに参加します。
- ・私（達チーム）は大会開催中に負傷したり、事故に遭遇したり、または発病した場合には、応急処置を受けることに異議を申し立てません。また、その方法等については主催者に一任し、さらに、私に対する補償は大会主催者が加入した保険の範囲内であることを承諾します。
- ・いかなる場合でも、登録したメンバー以外の選手が出走すること（代理出走）はしません。代理出走や応援の方の出走により生じた事故・トラブルについては、自己の責任であることを了承します。
- ・私（達チーム）は出場資格等に関して、偽りなく申請・登録しています。

注意事項

【注意事項】

- ・参加料には、大会規定のマラソン保険加入費が含まれています。大会参加中の死亡、傷害、事故について、見舞金が支給される場合があります。お心当たりの方は、大会終了後大会事務局までご連絡ください。ただし、大会規則を守らない場合や参加方法が不適切と判断された場合には保険が適用外となる場合があります。
- ・公園の利用規則にしたがって会場を利用して下さい。火気の使用・ほかの来園者の迷惑になるような行為、指定場所以外へのテントの設置を行った場合は出場が取り消される場合があります。
- ・18歳未満及び高校生以下の夜間走行（23:00～4:00）は東京都条例に基づき、お断りさせていただきます。
- ・コース上の要所はコーン・バー等で区切っていますが、大会専用路ではありませんので一般来園者に注意して走行して下さい。
- ・会場内は全面禁酒となっております。発覚した場合、会場より退場していただきます。
- ・下記事項が確認された場合、失格の対象となります。
 - 年齢・性別の虚偽申告、登録メンバー以外の出場（代理出走）
 - 中継所以外での中継、ショートカットを含むコース外走行
 - アルコールを摂取した状態での走行

失格となった場合、走行を中止してもらいますが、参加料を含め一切のご返金はいたしません。あらかじめご了承ください。

大会当日のゴミ回収について

大会参加中に出ましたごみは、下記の通り分別し
メイン会場にあります「ゴミステーション」までお持ちください。
皆様が快適に、気持ちよく過ごせるようご理解、ご協力をお願いいたします。

※下記時間帯はゴミステーションが封鎖しておりますので、ご注意ください。

封鎖時間：6月1日（土）PM22:00～6月2日（日）AM7:00



燃えるゴミ



燃えないゴミ



生ごみ



段ボール

・紙や新聞、雑誌含む

・プラスチック、ビニール
・弁当容器

・食べ残し
・水分は切ってください

・なるべく一つにまとめてください



ペットボトル



ペットボトルの キャップ

・中身は空にしてください
・小さく潰してください

・ペットボトルとキャップは
別にしてください



ビン

・中身は空にしてください
・キャップはカンごみへ



カン

・中身は空にしてください
・小さく潰してください

【捨てられないもの】

クーラーボックス、ブルーシート、傘、キャンプ用品等の**粗大ゴミ**は、
必ず自身でお持ち帰りください。

ランナー識別用リストバンドについて

【 不正出走防止のため、ランナー識別用リストバンドを装着いただきます 】

未登録ランナーの出走による事故を未然に防止するため、出走される方には
ランナー識別用リストバンドを装着していただきます。

装着が確認できない場合、スタッフよりお声かけをさせていただきます。

リストバンド未装着のまま走行を続けられた場合は、失格とさせていただく場合がございますのでご注意ください。

装着方法

STEP 1 接着部分のシール（裏紙）をはがします。

シール部分には再利用防止の切れ込みが入っており、
破れやすいので、ゆっくりとはがしてください。

※ シール部分以外は引っ張っても破れにくい素材です。

STEP 2 サイズを調整して手首に巻きつけます。

手首のサイズに合わせて、指一本が入る程度の隙間を作つて装着してください。

※ 装着がゆるいと外れてしまうことがあります。

※ きつく巻き過ぎないようにご注意下さい。

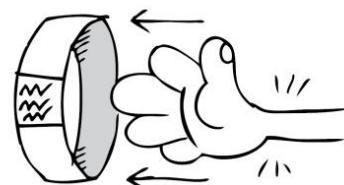
STEP 3 シール部分をしっかりと接着させて完成!!

シールをキチンと接着することで、引っ張っても
簡単には外れません。

自分が何周走ったかバンドの
QRコードからチェックできる！

チームみんなでつけて
記念写真をとろう！！

注意



装着が緩いと手首から
抜けてしまうことがあります



装着がキツすぎると
手首を締め付けてしまいます

大会前も！大会当日も！
ハッシュタグをつけてどんどん発信しよう◎

走ることから輪を広げて
同じ会場にいる人たち、ランニングが好きな人たちと繋がろう！

#走ることから繋がろう

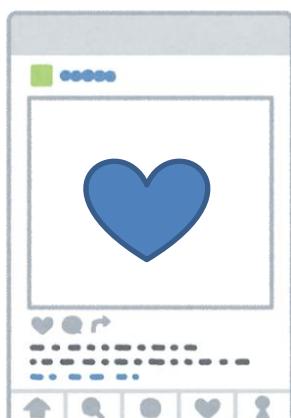
大会ホームページ、SNS も随時更新中！！



@tokyo_relay



@tokyo_relay



【コース・メイン会場図】

24時間グリーンチャリティーラン in TOYOSU

