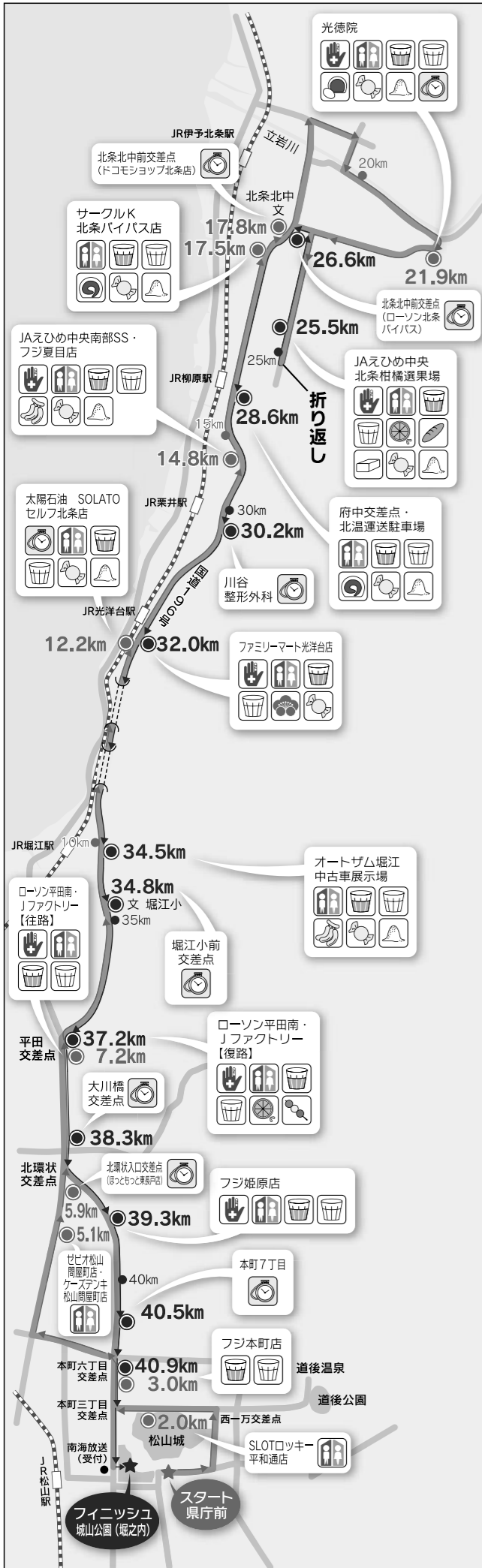


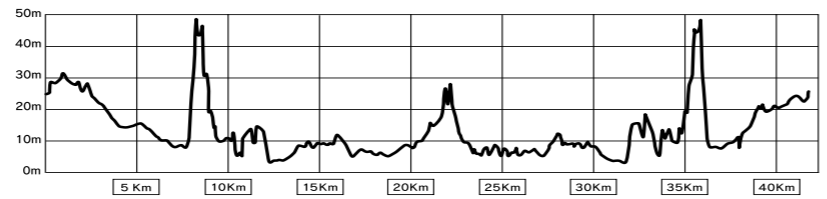
愛媛マラソンコースマップ



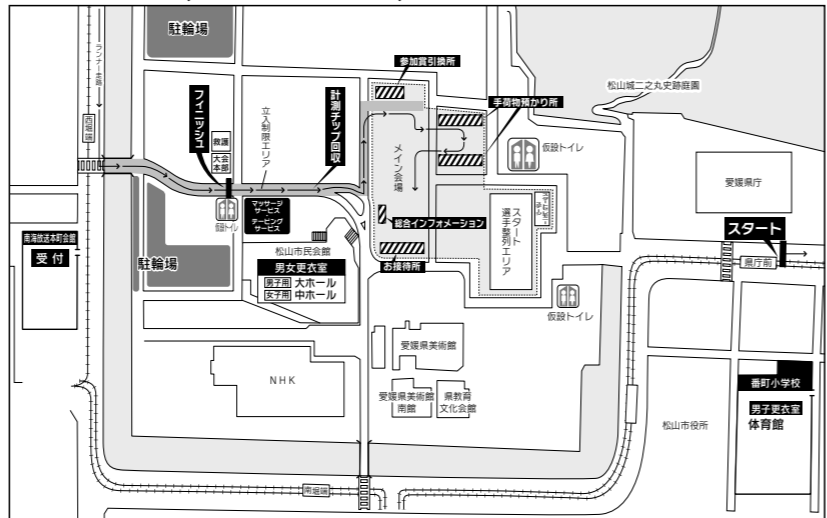
救護・トイレ、関門、給水・給食ポイント

距離 (km)	場所	Water	Isotonic drink	Juice	バナナ・パン	雑菓	塩・梅干し	あめ・スポンジ
2.0	SLOTTOKKI 平和通店	○	○					
3.0	フジ本町店	○	○					
5.1	ゼビオ松山間屋町店 ケーズデンキ松山間屋町店							
5.9	北環状入口交差点 (ほっともっと東長戸店)							
7.2	ローソン平田南・Jファクトリー	○	○					
12.2	太陽石油SOLATO セルフ北条店	○	○					
14.8	JAえひめ中央南部SS・フジ夏目店	○	○		バナナ			あめ
17.5	サークルK 北条バイパス店	○	○			一六		あめ
17.8	北条北中前交差点 (ドコモショップ北条店)							
21.9	光徳院	○	○				山田屋	あめ
25.5	JAえひめ中央 北条相橋選果場	○	○		パン			あめ・スポンジ
26.6	北条北中前交差点 (ローソン北条バイパス)							
28.6	府中交差点・北温運送駐車場	○	○		ハタダ			あめ
30.2	川谷整形外科							
32.0	ファミリーマート 光洋台店	○	○				七折小梅	あめ
34.5	オートザム堀江 中古車展示場	○	○		バナナ			あめ
34.8	堀江小前交差点							
37.2	ローソン平田南・Jファクトリー	○	○				うつぶ屋	
38.3	大川橋交差点							
39.3	フジ姫原店	○	○					
40.5	本町7丁目							
40.9	フジ本町店	○	○					

コース高低図



城山公園 (松山市堀之内) 案内図



【会場までのアクセス】

- 松山空港から  
松山市駅行きリムジンバスで「愛媛新聞社前」下車 (所要時間 18 分)、徒歩 7 分
- JR 松山駅から 東へ徒歩約 15 分
- 松山市駅から 北へ徒歩約 12 分

【お問い合わせ】

**愛媛マラソン実行委員会事務局**  
〒790-8510 愛媛県松山市本町1-1-1 南海放送内  
TEL 089-915-8460  
http://www.ehimemarathon.jp

湯ったりオレンジロード  
愛媛マラソン  
第56回

この度は、「第56回愛媛マラソン」にお申し込みいただき、ありがとうございます。ご参加いただくにあたり、ご案内の書類をお送りさせていただきました。ご確認いただき、当日は万全のコンディションでご参加ください。スタッフ一同、皆様とお会いできますことを心から楽しみにしております。

愛媛マラソン公式 Facebook

大会最新情報を随時発信中!

愛媛マラソン 検索

〈この封筒に入っているもの〉

- ①ナンバーカード引換券 (兼誓約書)
- ②道後温泉無料入浴券
- ③参加のご案内 (本状)

「ナンバーカード引換券」の再発行は有料(200円)です。忘れずにご持参ください。

受付場所は南海放送本町会館です

大会スケジュール

【城山公園 (松山市堀之内)】 ※受付は除く

2月3日(土)

- 12:00 受付【南海放送本町会館】 (~ 18:00)
- 14:00 マラソンセミナー (協力: ミズノ) (~ 15:30)
- 16:00 開会式 (~ 17:00) 【松山市民会館大ホール】

2月4日(日)

- 7:30 受付【南海放送本町会館】 (~ 8:30) ※男女更衣室オープン 手荷物預かり (~ 9:30)
- 9:00 スタートブロック整列開始 (~ 9:40)
- 9:40 スタートブロック閉鎖 スタートセレモニー (~ 9:45)
- 9:45 スタート位置へ移動
- 10:00 スタート
- 14:00 表彰式 (予定)
- 16:00 レース終了

※当日の受付は大変な混雑が予想されます。受付はできるだけ前日にお済ませください。  
※大会当日・前日のメイン会場 (堀之内) には駐車場がありません。公共交通機関または周辺の有料駐車場をご利用ください。

- 受付場所は、南海放送本町会館です。
- 受付終了後、メイン会場の参加賞引換所にて参加賞 (オリジナルTシャツ) をお受け取り下さい。
- 【開会式 (参加無料) 松山市民会館大ホール】  
渋井陽子さんと土佐礼子さんによる、直前アドバイスコーナーや、抽選会も実施しますので、是非ご参加ください。
- 【マラソンセミナー (参加無料) メイン会場】  
14:00までにメイン会場のスポーツ用品販売テント前にお集まりください。(所要時間は約1時間30分)  
※講習の後ジョギングを予定していますので、動きやすい服装でご参加ください。

愛媛マラソン完走のためのアドバイス

愛媛県理学療法士会では、愛媛マラソンを安全に完走するために役立つ情報やトレーニング方法を紹介しています。(http://www.epta.jp/)

- 主催 愛媛陸上競技協会 南海放送 愛媛新聞社 松山市
- 主管 愛媛マラソン実行委員会
- 特別協賛 伊予銀行 渦潮電機 梅錦山川 愛媛銀行 大王製紙 JAバンクえひめ 日本食研 フジ 三浦工業 四国明治 オオノ・アソシエーツ 太陽石油
- 特別協力 愛媛県 愛媛県警察本部 松山東警察署 松山西警察署 国土交通省四国地方整備局松山河川国道事務所 愛媛大学医学部附属病院 愛媛県安全赤十字奉仕団 伊予鉄道

## 選手受付

**受付日時**
**2月3日（土）12:00～18:00**  
**2月4日（日） 7:30～ 8:30**

**受付場所**
**南海放送本町会館**

受付窓口はナンバーカード別になっています。該当窓口で、同封のナンバーカード引換券をお渡しください。

なお、受付時、本人確認の為、運転免許証等証明書の提示を求める場合がありますので、必ずご持参ください。

### 〈誓約書について〉

ナンバーカード引換券は誓約書も兼ねています。裏面に記載されている誓約内容をお確かめのうえ、必要事項をご記入ください。誓約書は必ず事前に本人が署名してください。署名がされていない場合は、受付することができません。未成年者の場合は、保護者の署名・捺印も必要です。

### 〈受付時にお渡しするもの〉

受付では、「ナンバーカード」「計測チップ(記録計測機)」「安全ピン」「大会プログラム」「参加賞(オリジナルTシャツ)引換券」「荷物預け袋(55cm×74cm)」等をお渡します。(計測チップは、ナンバーカードの裏に装着されています。)

※ナンバーカード引換券がないと受付できません。お忘れ・紛失の場合、再発行手数料(200円)が必要となりますのでご了承ください。再発行は、南海放送本町会館1Fロビーの「受付案内」で行います。
※受付は代理の方でも可能です(代理の方は身分を証明できるものをご持参ください)。ただしその場合でも、誓約書は必ず出場者ご本人がご記入ください。
※大会当日8:30以降は受付できません。時間厳守でお願いいたします。

### 〈緊急連絡先の記入について〉

「緊急連絡先」として、大会当日に連絡が取れる方の氏名・続柄・連絡先等下記2点にご記入ください。

①ナンバーカード引換券 ②ナンバーカードの裏面

### 〈伴走について〉

障がい等により伴走が必要な場合は、ご本人の受付終了後、南海放送本町会館1Fロビーの「受付案内」の係員までお申し出ください。伴走者用のナンバーカードをお渡します。また、伴走者の方も誓約書への署名が必要ですので、その場でご記入ください。

## 参加賞の引き換え

**2月3日（土）12:00～18:00**  
**2月4日（日） 7:30～ 9:00**  
 受付時に「参加賞(オリジナルTシャツ)引換券」をお渡ししますので、メイン会場にある「参加賞引換所」にて、参加賞をお受け取りください。  
 (必ず受付を済ませてから参加賞引換所にお越しください。)

## ナンバーカード

ナンバーカードは、陸上競技協会登録者は2枚(胸・背中)、一般競技者は1枚(胸)です。

**登録男子**……白  
**一般男子**……青  
**ゲスト**……オレンジ

競技中は、必ずナンバーカードがはっきりと見えるように安全ピン等でしっかりと装着してください。ナンバーカードをつけていないランナーは、本大会競技者とみなしません。
※ナンバーカードの他人への譲渡や代理出走は一切禁止いたします。
※棄権する場合は、必ず計測チップをご返却ください(ナンバーカードは返却不要)。返却されなかった場合や紛失した場合は装置代金(2,000円)を実費請求いたします。

## 更衣室

**開場時間**
**2月4日（日）7:30～17:00**  
 (但し、10:00～11:00一時閉館)

**男子:松山市民会館大ホール・番町小学校体育館**  
**女子:松山市民会館中ホール**

<p>各更衣室は、警備上の都合により10:00～11:00の間、一時閉館とさせていただきます。この時間内は、入ることができませんのでご注意ください。</p>
--

※更衣室への入場には、ナンバーカードの提示が必要です。再入場の際にも必要となりますので、外に出る時には、必ずナンバーカードを携行ください。
※準備の終わった方は、手荷物を必ず手荷物預かり所へお預けください。
※主催者は盗難・紛失等の責任を一切負いません。荷物の管理には十分ご注意ください。
**※他大会においても会場内での盗難が多発しています。貴重品だけでなく衣類やサングラス・腕時計等の小物の盗難も増えています。着替えや手荷物を更衣室内に放置しないようご注意ください。**

## 手荷物預かり

**受付日時**
**2月4日（日）7:30～9:30**  
**受付場所**
**城山公園（松山市堀之内）メイン会場**  
 受付時にお渡しした専用の「手荷物預け袋」でのみお預かりします。手荷物預け袋のサイズは55cm×74cmです。荷物がはみ出したもの(傘等)はお預かりできませんのでご注意ください。また、手荷物預け袋には必ず「手荷物預け袋用シール」(受付時に配布)を貼ってください。

※手荷物を預ける際、引き取る際には、必ずナンバーカードの提示が必要です。また預けた後は11:00まで取り出すことができません。
※手荷物預け袋を忘れても当日予備はありません。
※貴重品やこわれものはお預かりできません。

## ウォーミングアップ

ウォーミングアップは城山公園(堀之内)内で行います。参加者および一般通行者の安全確保のため、公道上でのウォーミングアップはご遠慮願います。

※特に自転車、歩行者にお気をつけ下さい。

## スタートブロックへの整列

**9:00** 整列開始  
**9:40** スタートブロック閉鎖  
**9:45** スタート位置へ移動

スタートブロックはS、A～Iのブロックに分かれています。各自ナンバーカードに記載されているスタートブロックに時間内にお入りください。9:40になると各スタートブロックを閉鎖します。ブロック閉鎖時間に遅れた場合は、最後尾からのスタートとなりますのでご注意ください。

## 記録計測

今大会では計測チップ(記録計測機)を使用し、5kmごとのスプリットタイム、中間点、およびフィニッシュタイムを計測します。計測チップはナンバーカードの裏面に装着されています。計測チップを取り外す等で正しく装着されていない場合は、記録計測ができず失格となる場合もありますのでご注意ください。

## 〈計測チップの回収について〉

計測チップはフィニッシュ後ただちに回収します。途中棄権される場合にも、必ず係員に返却してください。紛失・未返却の場合は、装置代金(2,000円)を実費請求させていただきますのでご了承ください。

## ゲストランナー・スペシャルサポーター

**ゲストランナー**
**浜井陽子(三井住友海上)**  
**猫ひろし(WAHAHA本舗)**  
**スペシャルサポーター**
**土佐礼子(三井住友海上)**

## ペースアドバイザー

ミズノランニングクラブのご協力により、3時間、3時間30分、4時間、5時間、6時間のペースアドバイザーを配置しています。ペースアドバイザーは、専用ビブス・ナンバーカードを着用し、スタート時には風船を頭上につけて居場所をお知らせしています。

## 走路および距離表示

スタート付近を除いたコース上では、左側走行を心がけてください。ただし、往路の本町三丁目交差点(2.5km)～平田交差点(7.5km)間は、右側2車線を走路とします。距離表示は、42kmまで1km毎と中間点に設置するほか、残り5km地点からは残り距離を1km毎に表示します。

## 給水・給食、救護、トイレ

給水・給食所は、合計13カ所設置します(詳細裏面)。給水・給食所でのゴミ(紙コップ、バナナの皮等)は、必ずゴミ箱へお入れください。危険ですので、コース上には捨てないようお願いします。また、スペシャルドリンクはお預かりできません。救護所は、コース上に合計7カ所設置します(詳細裏面)。なお、救護所では応急処置のみ行うこととし、それ以上の責任は一切負いません。また、仮設トイレを各給水所にご用意しています(詳細裏面)。

## 関門および制限時間

大会運営上、関門閉鎖を下記のとおり実施します。
※閉鎖時間はスタートの号砲から経過した時間です。

関門	距離	閉鎖時間
第1関門(北環状入口交差点)	5.9km	11:05(1時間05分)
第2関門(太陽石油SOLATO)	12.2km	11:56(1時間56分)
第3関門(北中筋交差点コモンショップ前)	17.8km	12:42(2時間42分)
第4関門(光徳院)	21.9km	13:15(3時間15分)
第5関門(北中筋交差点ローソン前)	26.6km	13:53(3時間53分)
第6関門(川谷整形外科)	30.2km	14:22(4時間22分)
第7関門(堀江小前交差点)	34.8km	15:00(5時間00分)
第8関門(大川橋交差点)	38.3km	15:29(5時間29分)
第9関門(本町7丁目)	40.5km	15:47(5時間47分)
フィニッシュ	42.195km	16:00(6時間00分)

関門閉鎖時間までに通過できなかった競技者は、速やかに競技を中止し、収容バスにお乗りください。関門閉鎖後の走行は大会運営上禁止します。関門以外にも著しく遅れた場合には競技を中止させることがあります。

## 表彰、完走賞・記録証

①総合表彰 男子1位～8位・女子1位～8位  
 ②年代別表彰 男・女とも29歳以下・30歳代・40歳代・50歳代・60歳以上の各年代の上位3名

※年代別表彰では、総合表彰と重複した場合は総合表彰者を除き、次点順位の方を繰り上げて表彰します。

完走者には記録証(登録競技者には公認記録証)を発行し、完走賞(オリジナル今治タオル)を贈ります。また後日、ランネットHPから5km毎のスプリットタイムと写真が入った「オリジナル記録証」をダウンロードすることもできます(無料)。

## その他

登録競技者は、必ず登録チーム名の入ったユニフォームを着用してください。登録チーム名以外の名称の入ったものは、宣伝行為とみなし失格となる場合があります。レース中に他のランナーに迷惑となる行為(仮装、ゲタ旗など)と主催者が判断した場合は、対象物を没収します。主催者の指導に従わない場合には失格とします。

大会中の映像・音声・写真・記事・記録等のテレビ・ラジオ・新聞・雑誌・印刷物・インターネット等への掲載権は、主催者に属するものとします。

**南海放送 実況生中継!**  
 テレビ 9:55～16:05 /ラジオ 8:30～16:10(予定)  
 ※hulu(インターネット動画配信サービス)にてテレビ中継を同時配信

### 応援ナビ

パソコン・スマートフォンを利用して、ランナーの予測位置情報を地図上で確認できます。
※また、南海放送ホームページでは、全選手のフィニッシュシーンをリアルタイムで配信しています。(http://www.rnb.co.jp)