ULTRA MARATHON
MICHIKUSA OverNight 60km

夜は楽しいぜ

ご案内

このたびは、OverNight60kmみちくさウルトラマラソンへお申し込みいただき、誠にありがとうございます。
安全に大会を楽しんでいただくため、この**ご案内を必ずご確認のうえご参加ください**。
受付時間や持ち物、注意事項など大切な内容を記載しております。
体調を整え、十分な準備で当日をお迎えください。皆さまのご参加をスタッフ一同心よりお待ちしております。

当日受付にて

①お送りした**「参加者通知書ハガキ」**を
受付に提出してください。ゼッケンをお渡しします

②受付にて**ヘッドライト・マイカップの確認**をいたします
※ヘッドライト・マイカップの確認ができないと出走はできません
※マイカップの飲み口は直径5cm以上、ハイドレーションボトルは不可

③お荷物がある方は**受付裏のトラックまで**お持ちください
荷物には、お渡しする**シールにゼッケン番号をご記入**ください
※荷物はゴール地点（箱根湯本駅前）まで運びます
※貴重品は預けることができません　※道中取り出し不可

受付

受付場所：高島中央公園
〒220-0012 神奈川県横浜市 西区みなとみらい5-2

受付時間：【当日】16:30〜17:45

荷物預け時間：**スタート20分前**

開会式：スタート15分前より

スタート：18:00　※ウェーブスタート

スタート前に確認

●健康状態を確認の上、体調が優れない方や発熱（37.5℃以上）の方は参加を辞退してください。走行中に異変を感じた場合も速やかに参加を辞退してください

●ゼッケンは必ず装着してください。ゴール時に撮影しますのでゼッケンが見えないとゴール写真を掲載できませんので**上着などで隠れないよう**にしてください

更衣室・トイレについて

●更衣室の用意はありません。走れる服装になった上でお越しください。集合場所付近にトイレはございます
コース上のトイレはコンビニなどでお借りしてください

大会の中止について

●雨天決行ですが大雨、台風などの恐れがある場合は中止します
ホームページ・Facebookにて大会2日前に掲載いたします
●**熱中症警戒アラート**が発令された場合、大会を中止する場合がございます

ULTRA MARATHON MICHIKUSA OverNight 60km 夜は楽しいぜ

リタイア・事故について

リタイアする場合は、必ず下記までお電話ください
また、お荷物をお預けしている場合はゴール（箱根湯本駅前）まで引き取りに来てください

また事故等にあった場合は、人命を最優先として、その上で下記連絡先にお電話ください
その際、近くにいるランナーは、積極的な協力をお願いします

★途中リタイアする場合は必ず下記にお電話ください
緊急連絡先 大会本部 080-2666-4981 ※大会当日限り

ゴール写真・計測（簡易）について

競技性のない大会ですので表彰などはございません
ゴール写真を撮影しますのでゴール時はゼッケンが見えるようお願いいたします
計測（簡易計測）ゴール写真のタイムで確認してください

ゴール写真は大会終了後（5日以内）にホームページのギャラリーページからダウンロードしてください

ゴール写真 ホームページのギャラリーページからダウンロードしてください

コースマップ

下記のGoogleマップを参考にしてください

Google Maps
迷ったらランナー同士で助け合ってください

エイドについて

エイドは全3カ所設置しております

- ●浜須賀エイド：約26.9km地点（設営開始時間 21:00）
- ●大磯エイド：約36.7km地点（設営開始時間 22:00）
- ●ゴールエイド：約60.0km地点（設営開始時間 00:00）

※設営開始時間前に到着しても何もありませんのでご注意ください

セブン-イレブン茅ヶ崎サザンビーチ店について

セブン-イレブン茅ヶ崎サザンビーチ店は「利用お断り」になっていますので立ち寄らないでください

神奈川県茅ヶ崎市中海岸4丁目15-31

走行中必ず守ってください!! [違反者は失格として走行停止になります]

参加者通知書（ハガキ）の「内容を確認し承知しました」の欄にチェックを入れてください

警察の指導などもあり、下記の内容での違反者は失格とし走行を停止させていただきます!!
また今後のみちくさ大会にも参加はできませんのでご了承くださいませ

- 走行中は歩行者優先、十分注意して、必ず一列走行!
- 地域の皆さまへの配慮として ゴミは各自でお持ち帰りください
- 日没後は、必ずヘッドライトを点灯!
- 参加者の伴走は絶対ダメ!
- 信号は、必ず守る! 歩行者優先!
- 過度に騒がない!

当たり前のことですが、ランナー同士でも声を掛け合ってご協力をよろしくお願いいたします

みちくさマラニック 走援隊
〒222-0037 神奈川県横浜市港北区大倉山 1-19-6-3F 小さな学び舎内
TEL 045-900-2036 FAX 045-541-9019