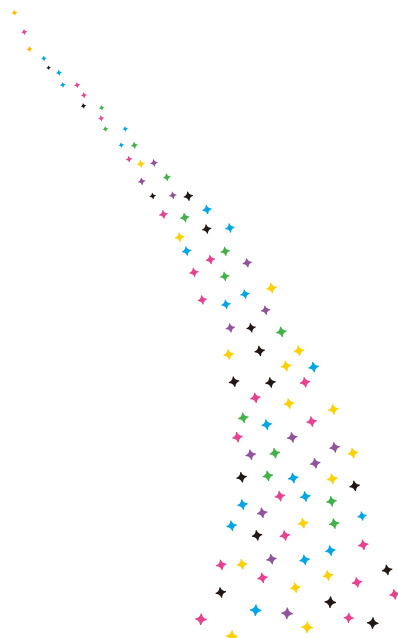




SUWAKO
MARATHON



SUWAKO MARATHON SINCE 1989

31th

2019.10.27^{SUN} 10:00
START
第31回 諏訪湖マラソン

申込みのご案内

SUWAKO MARATHON 2019

主催 諏訪圏健康推進協議会

構成団体 長野県、岡谷市、諏訪市、茅野市、下諏訪町、富士見町、原村、長野日報社

運営 諏訪湖マラソン大会実行委員会

共催 諏訪陸上競技協会

後援 諏訪広域連合・長野県教育委員会・岡谷市教育委員会・諏訪市教育委員会・茅野市教育委員会・下諏訪町教育委員会・富士見町教育委員会・原村教育委員会・諏訪交通安全協会・岡谷交通安全協会・諏訪圏青年会議所・諏訪地方観光連盟・岡谷市体育協会・諏訪市体育連盟・茅野市体育協会・下諏訪町体育協会・富士見町体育協会・原村体育協会・諏訪湖走友会・岡谷ライオンズクラブ・下諏訪ライオンズクラブ・諏訪湖ライオンズクラブ・茅野ライオンズクラブ・テレビ信州・長野エフエム放送・LCV



第31回 諏訪湖マラソン

開催要項

大会名 第31回諏訪湖マラソン大会
開催日 2019年10月27日(日)
会場 長野県諏訪市
諏訪湖ヨットハーバーグラウンド(スタート・ゴール)
コース 日本陸連公認 No.9541
種目 ハーフマラソン
年代種目 男子・高校生 / 30歳未満 / 30歳代 / 40歳代
50歳代 / 60歳代 / 70歳代以上の部
女子・高校生 / 30歳未満 / 30歳代 / 40歳代
50歳代 / 60歳代 / 70歳代以上の部
制限時間 3時間
参加資格 高校生以上の一般の方で自己の健康に責任を持てる方。
申込規約・参加義務に同意した方。
(高校生は保護者の同意が必要。車いすでの参加は出来ません。)

参加定員 8,000名(先着順)
参加料 6,000円(税込)
参加方法 RUNNET(インターネット)、直接持込、ふるさと納税枠
表彰 総合優勝、男女1位、男女高校生、30歳未満、30歳代
40歳代、50歳代、60歳代、70歳代以上の
1位から6位(メダル・賞状・記念品授与)
スタート 午前10時(一斉スタート)
記録 グロスタイムを正式記録とします
(ネットタイムは参考記録)
受付 前日 13:30 ~ 18:00 / 当日 7:00 ~ 9:20
場所: 諏訪湖イベントホール(ナンバーカード引き換え)

関門閉鎖時刻

1	1.5km	10:25	3	8km	11:15	5	17.7km	12:30
2	4.2km	10:45	4	13.7km	12:00			

関門閉鎖時刻後に関門を通過したランナーはその時点で競技中止となります。

参加料値上げと変更点についてお願い

今大会より、これまでご要望・ご指摘が多かった中で以下の点を変更いたします。
それに伴い、その経費に充てる為、参加料を5,000円から6,000円に値上げをさせていただきます。何卒、ご理解くださいますようお願い申し上げます。参加されるランナーの皆さま、応援のため来場される方々に満足していただけるよう、準備を整えてお待ちしております。

- 1 給水等、エイド増設と内容の充実
- 2 仮設トイレの増設
- 3 荷物預かり所・更衣室の変更
- 4 交通渋滞等混乱回避の為、各駐車場からの無料シャトルバス配備

○ 荷物預かり所と更衣室の変更について

今大会より、荷物預かり所と更衣室の場所を、諏訪湖イベントホール(旧東洋バルブ跡地)に変更いたします。
諏訪湖ヨットハーバーから8分ほどかかりますが、皆様の荷物の安全性と、十分な更衣スペースの確保のための変更となります。
お車の方には、各駐車場から諏訪湖イベントホールまでの無料シャトルバスを配備いたしますので、ご利用ください。

第31回 諏訪湖マラソン 参加申込み用紙

直接持込専用

申込み控兼受領証

フリガナ				性別	
氏名				男・女	
住所	〒	都道府県			
生年月日	大正・昭和・平成	大会当日	高校生は○印で囲む	Tシャツサイズ(参加賞)	
電話番号	携帯(
所属	高校生は 学校名を記入				
予想タイム (自己申告)	時間				

SAMPLE

直接持ち込み専用用紙

専用の申込み用紙をご希望の方は、大会事務局よりお取り寄せください。

諏訪湖マラソン参加回数

回数

金額
¥ 6 0 0 0

日付印

日付印

- 諏訪湖マラソン大会参加申込票(直接持込用)です。
この用紙以外での受付は不可。
- 金融機関での払い込みは出来ません。
- 申し込み後の変更・キャンセルによる参加料返却は出来ません。
また、記入不備に関する責任は一切負えません。
- グループ申し込みの場合であっても、必要事項は全員分記入してください(1名につき1枚)。

この受領証は大切に保管してください。

日本のほぼ真ん中、キラキラ輝く神秘の諏訪湖。

美しい八ヶ岳や北アルプスの風景を眺めてぐるっと一周するコース。
ランナーと地域の皆さんへ笑顔と感動あふれる大会を目指します。

遠くアルプス、八ヶ岳連峰や富士山を望み、紅葉に彩られた諏訪湖畔をぐるっと一周するコースは、高低差6.5メートルと、ほとんど平坦なコースなので、マラソン初心者の方も、自己記録更新を目指す方にもおすすめ。ゴールの後は、旬の信州りんごを丸かじりして疲れた体をリフレッシュ。(信州はりんごの産地。蜜入りのりんごが美味しい季節です。)さらに、諏訪湖畔は上諏訪温泉をはじめとする温泉地。足湯や日帰り温泉施設、上諏訪駅や諏訪湖サービスエリアでも温泉を楽しむことができます。

◎ 駐車場について

臨時駐車場がありますが台数限定です。なるべく公共交通機関をご利用ください。

各駐車場から諏訪湖イベントホールまで無料シャトルバスの運行があります。駐車場案内は、9月下旬送付予定の大会案内書でお知らせいたします。

申込み方法 下記のA～Cいずれかの方法でお申し込みください。

A インターネット「RUNNET」(長野県民枠・一般枠)

B 専用の申込み用紙を直接持込(一般枠)

C ふるさと納税枠 諏訪地方6市町村(諏訪市、岡谷市、茅野市、下諏訪町、富士見町、原村)いずれかに30,000円以上の寄附を頂いた方に先着で第31回諏訪湖マラソン大会出走権(参加料、手数料含)を進呈。

先着順
受付

定員到達次第
期日を待たずに締め切ります。

A インターネット「RUNNET」 ※エントリーには事前にRUNNETへの会員登録が必要です。RUNNETのお申込み方法に従い、お申込みください。別途エントリー手数料がかかります。

長野県民枠 定員500名(先着順) ※申込み時に長野県在住(申込み住所が長野県内)の方

申込開始 **2019年5月20日(月) AM9:30**～
～5月27日(月)

長野県民枠エントリー URL
<http://runnet.jp/cgi-bin/?id=225014>



長野県民枠

一般枠 定員6,200名(先着順)

申込開始 **2019年6月3日(月) AM0:00**～
～6月17日(月)

一般枠エントリー URL
<http://runnet.jp/cgi-bin/?id=224773>



一般枠

B 直接持込(一般枠) 定員1,000名(先着順)

受付会場 長野日報社本社・伊那支社・
茅野市運動公園総合体育館・岡谷市民総合体育館

申込開始 **2019年5月20日(月) AM9:30**～
1日限り

左側の参加申込み用紙に必要な事項を記入し、参加料を添えて最寄りの受付会場へご持参ください。申込み用紙をご希望の方は、大会事務局よりお取り寄せください(送料はお客様ご負担となります)。

C ふるさと納税枠 定員300名(先着順)

申込みの流れ

申込開始 **2019年5月15日(水) AM9:30**～
～5月31日(金)

お問い合わせ 諏訪市、岡谷市、茅野市、下諏訪町、
富士見町、原村の各ふるさと納税担当部署へ

1. 各市町村納税返礼品ページから寄付申込みを行ってください。原村は楽天ふるさと納税、他5市町はふるさとチョイスから申込み。
2. 寄附者へ各市町村からメールにてRUNNET申込み専用URLを通知。
3. RUNNETより大会エントリーの手続きを行ってください。
4. 手続きが終わると、RUNNETよりエントリー完了メールが届きます。

参加賞 ● オリジナルTシャツ(サイズ各種) / 完走者にはフィニッシャータオルを進呈。

お問い合わせ

諏訪湖マラソン大会
実行委員会事務局

TEL・FAX.0266-52-8665
(平日9:00～16:00) 〒392-8611長野県諏訪市高島3-1323-1
E-mail: marathon2@nagano-np.co.jp

エントリーを完了した方へ9月下旬に大会案内書、ナンバーカード引換証を発送いたします。

宿泊プランのお申込みは

JR東日本 びゅう旅行商品がおトク ご予約はインターネットが便利!

えきねっと

検索

www.eki-net.com/travel/

申込規約

①全ての参加者は、ハーフマラソンを3時間以内で完走できる走力をもって参加しなければなりません。②以下のランナーは審判員の判断により競技を中止していただきます。※極端にペースが遅く、交通規制の妨げやレース続行不能と審判が判断した場合。③他のランナーへの妨害行為(変則走行、背走等)をした場合。④参加者は各自、事前に医師による健康診断を受け、自己責任において健康状態を把握し参加してください。競技中の事故については応急処置は行いますが、それ以外の責任は主催者側では一切負いません。(スポーツ傷害保険に加入しますが、内科疾患による入院等については保険の適用ができません)⑤制限時間及び開門制限時間を厳守し、開門収容の異議申し立ては一切認めません。⑥過剰入金・重複入金の返金はいたしません。また、自己都合による不参加の場合も返金はいたしません。⑦年齢・性別の虚偽申告、申込者本人以外の出場(不正出走)は認めません。その場合出場が取り消されます。⑧代理出走は一切認めません。仮に代理出走が発覚した場合は出走を取り消します。代理出走者は保険適用の範囲外となります。⑨仮装や競技に必要なでない携行物は自粛してください。また、当日、係員に指摘された場合は速やかに指示に従ってください。⑩目の不自由な参加者は必ず伴走者を伴うこととし、伴走者にはその明示義務があります。⑪地震、台風、津波、その他の災害、事件、事故、疫病等が発生した場合、大会を中止することがあります。大会ホームページでお知らせします。中止の際は参加料の返金は一切いたしません。⑫大会出場中の映像・写真・記事・記録等のテレビ・新聞・雑誌・インターネット等への掲載権は主催者に属します。⑬申し込み書には必ず完走予想タイム(自己申告)を記入して下さい。ナンバーカードはタイム別に分かれています。予想タイム無記入、明らかに完走困難なタイムを記入された場合は最後尾のブロックからのスタートとなります。

個人情報の取り扱いについて

主催者は個人情報の重要性を認識し、個人情報保護に関する法律・関連法令等を厳守し、主催者の個人情報保護方針に基づいてこれを取り扱います。お預かりする個人情報は大会参加者へのサービス向上を目的とし、各種参加者案内、記録通知、次回大会の案内、大会協賛・協力・関係各団体からのサービス提供、記録発表(ランキング等)に利用いたします。



最新情報は こちらから

<http://suwako.marathon.fm/>



フェイスブック
諏訪湖マラソン



インスタグラム
@suwakomarathon

インスタグラムにハッシュタグを付けて
諏訪湖マラソンに向けた練習風景や当日の様子を
投稿してくださいね！ #諏訪湖マラソン
#suwakomarathon

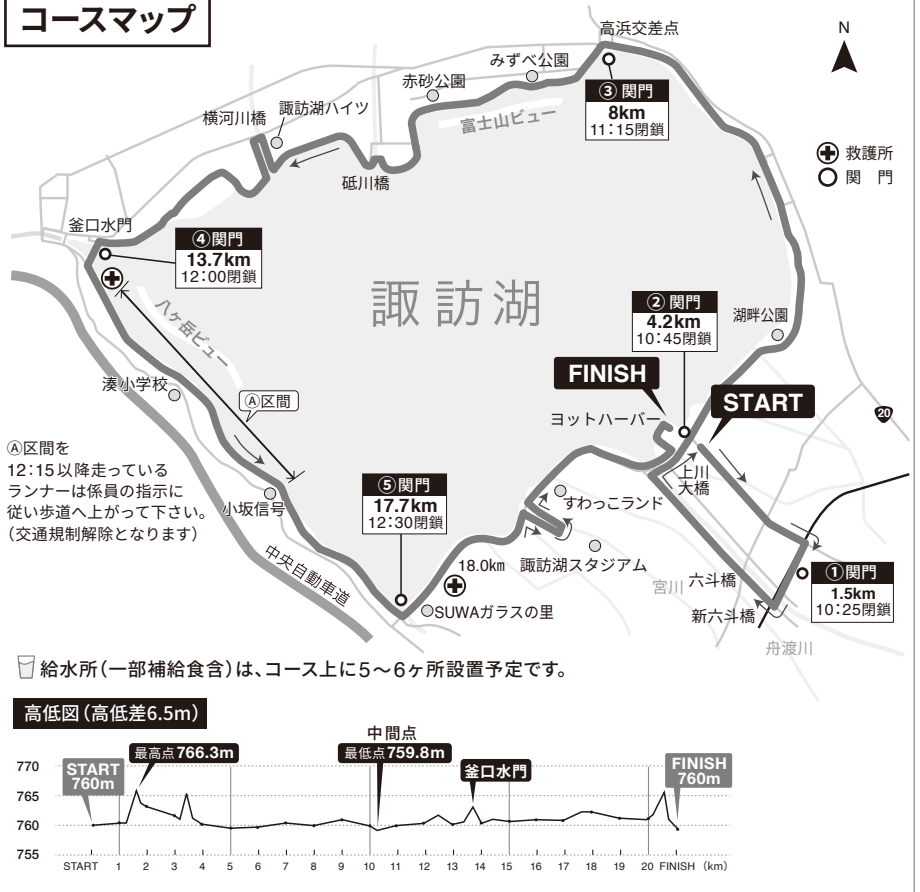
諏訪湖マラソンをテレビやラジオで!! ランナーのみなさんを応援しよう!

テレビ放映 **テレビ信州**

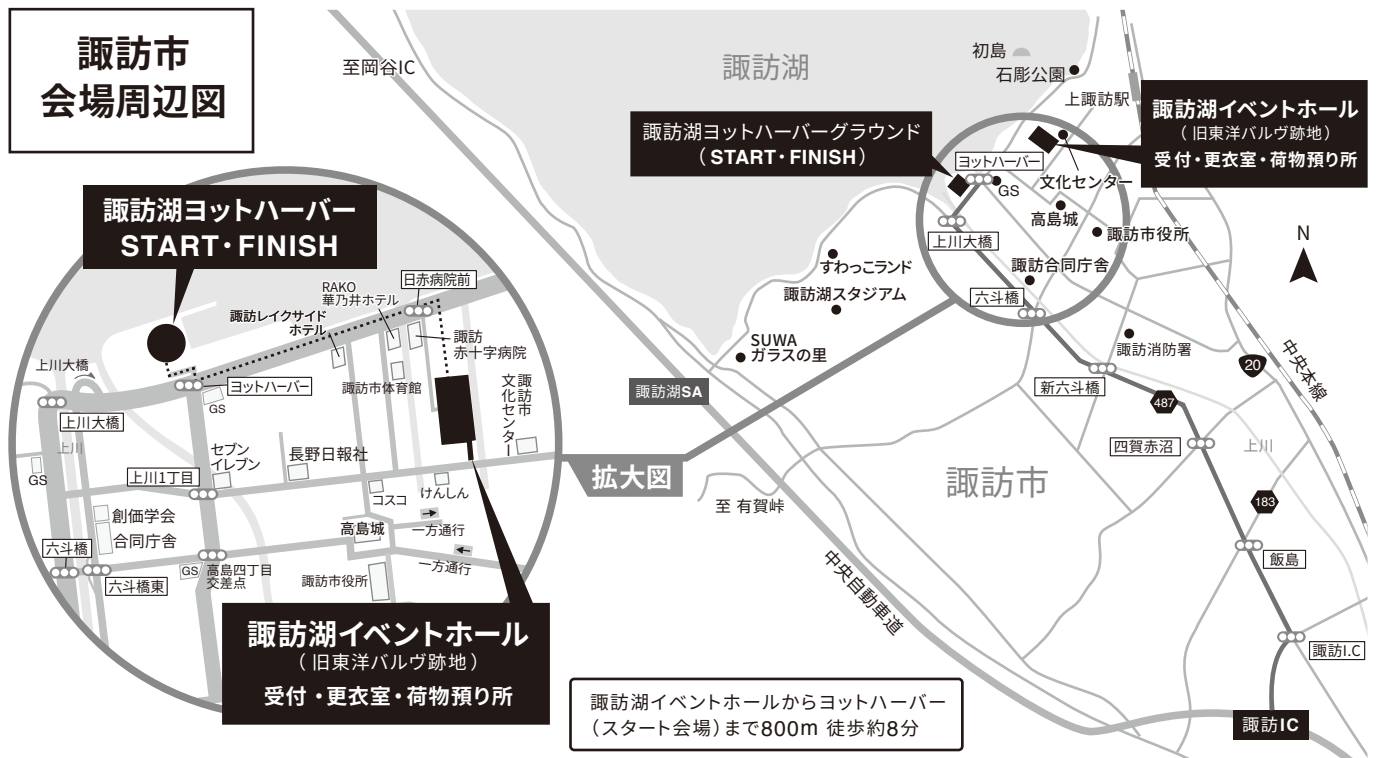
地元ケーブルテレビ **LCV**

実況中継FMラジオ **LCVFM769**
周波数 76.9MHz

コースマップ



諏訪市 会場周辺図



車	東京	中央自動車道	諏訪IC	15分	ヨ 諏 ツ 訪 ト 湖 ハ ー バ ー
	名古屋	中央自動車道	岡谷IC	20分	
電車	新宿	中央本線特急	上諏訪	徒歩15分	
	名古屋	中央西線特急		タクシー6分	

諏訪湖マラソン当日は、
諏訪湖イベントホール(旧東洋バルヴ跡地)の
駐車場は使用できません。(関係車両・緊急車両除く)
駐車は指定の駐車場をご利用ください。