

仙台国際ハーフマラソン 関連イベント

FAMILY RUN

仙台ハーフ ファミリーラン

特別協賛



協賛



参加のご案内（注意事項）

新型コロナウイルス感染症対策ガイドラインについて

申込開始時にお示ししていたガイドラインから内容が変更になっておりますので、ご参加の前に各自で大会 HP よりご確認ください。

イベントのスケジュール

2023年4月29日（土・祝）
弘進ゴムアスリートパーク仙台
（仙台市陸上競技場）※以下「弘進パーク仙台」と記載

- 11:30 開場（検温・手荷物預かり開始）
- 12:30 2kmの部／スタート
- 13:10 2km 親子ペアの部／スタート
- 13:50 5kmの部／スタート
- 14:40 イベント終了

新型コロナウイルス感染症についての体調管理

●体調管理について

本イベントのご参加にあたり、各自でイベント1週間前から当日までの体調管理をお願いいたします。

※P.4の体調チェックリストの症状に当てはまらないことをご自身で確認し、ご参加いただけますようお願いいたします。

チェックリストは回収いたしませんので、各自で保管ください。

また、イベント終了後もチェックリストを参考に、各自で体調管理をお願いいたします。

イベント当日

(1) 入場口

弘進パーク仙台 正面玄関前の検温テントより入場ください。

(2) 入場時

検温カメラによる体温測定を受けてください。

※発熱（37.5℃以上）が確認された場合は、お声掛けし、2次検温へ誘導いたします。2次検温でも発熱が確認された場合は、新型コロナウイルスの感染の有無に関わらず、会場への入場や参加をお断りします。この場合の参加料返金は行いません。

(3) 会場内の行動について

・会場内では、マスク等の着用を推奨しております。感染防止対策にご協力ください。イベントが求める感染防止対策に従っていただけない場合は、参加をお断りする場合があります。この場合の参加料返金は行いません。

・手荷物預かり所や更衣室などでは滞留せず、速やかに行動するよう、ご協力ください。

・更衣室内では密集を避けるように、周りの方と十分な距離をとってご利用いただくようお願いいたします。あらかじめ走れる服装でご来場いただき、競技終了後のみ更衣室を利用するなど、混雑解消にご協力ください。

・ゴミやマスク、飲みきれなかったドリンク等は各自で持ち帰り、処分してください。

・他の参加者の方とは十分な距離をとって、咳などをする際は手で覆うなど、ご協力ください。

(4) 競技中

・スタート前（スタート地点への移動・待機）やフィニッシュ後は、特に混雑が予想されるため、マスク等の着用を推奨します。競技中は各自の判断により、着用してください。

・密集回避のためスタート待機列での割り込み行為は固く禁止します。

・唾や痰を吐く行為はおやめください。

・給水所はありませんので、各自で水分補給できる飲料をご用意ください。※入場時にスポーツドリンク（555ml）を1本提供いたします。

(5) 競技終了後

・イベント当日、「完走証発行所」で完走証を発行いたします。

※後日の発行は一切行いませんので、ご希望の方は必ず大会当日にお受け取りください。

・記録計測用のRSタグは、完走証発行所で回収します。RSタグと引換に完走証をお渡しいたします。

・会場内には滞留せず、速やかに退場するよう、ご協力ください。

観覧・応援

2階観客席を開放します。参加者以外のご家族やご友人などは観客席でご観覧ください。また競技場外周部分のコース内に入ることはできませんのでご注意ください。

スタート

●スタート会場

弘進パーク仙台

（スタート位置はP.3「会場マップ」をご参照ください。）

●待機場所

400mトラックのホームストレート側や、2階観客席で待機してください。P.3「会場マップ」「会場内レイアウト」をご参照ください。場内に場所取りのための敷物やテント等の設置はご遠慮ください。

●持ち物

大会当日は、以下のものを忘れずにお持ちください。

- ・アスリートビブス (1人1枚)
- ・手荷物預け用ビニール袋
- ・手荷物預け用ビニール袋貼付用シール
- ・マスク等
- ・RS タグ (記録計測用ランナーズスポーツタグ)
- ・ドリンク (各自で必要な分)
- ・ランニングに適した服装やタオル等

屋外イベントのため、各自で十分な雨天時の準備をお願いします。透明なカップやポンチョ、45リットル程度の透明のゴミ袋に穴を開けたものは防寒性に優れ、またアスリートビブスが見えるので便利です。

●更衣室

弘進パーク仙台内の更衣室をご利用ください。P.3「会場マップ」をご覧ください。

※更衣室内でのストレッチや待機場所としての使用は、他の参加者の迷惑となりますのでご注意ください。

●手荷物預かり

時間 11:30～14:40

場所 手荷物預かり所 ※P.3を参照

・ご利用の際は、アスリートビブスセットに同封している専用の手荷物預け用ビニール袋に手荷物を入れてお預けください。ビニール袋の口をしっかりと結びナンバーが印字されたシールを見える位置に必ず貼付してください。

・手荷物預かり所の出口では、手荷物の間違いがないようアスリートビブスとシールの番号を照合させていただきます。(※袋とシールの再発行はいたしません)

・スタッフは、手荷物預かり所での誘導は行いますが、手荷物の受け渡しは行いません。

・貴重品を含め、手荷物の盗難、紛失につきまして、主催者は一切責任を負いませんのでご了承ください。

●スタート前準備

・同封のアスリートビブスは、胸に装着してください。

※番号は、エントリー時の申告タイムを基準に割り当てております。

・同封のRS タグは、シューズのひも等にビニールタイを使用して装着してください。※親子ペアの部は、保護者のシューズにRS タグを装着してください。

フィニッシュするまで取り外すことなくレースにご参加ください。RS タグにはICチップが内蔵されていますので、テレビ等電波を出す機器に近づけないようにしてください。

※RS タグを胴体等シューズ以外へ装着した場合には、正しく記録計測ができませんのでご注意ください。

※参加者の都合によるアスリートビブスおよびRS タグの再発行については、再発行手数料1,000円をご負担いただきます。

※競技終了後、RS タグは完走証発行所で回収いたします。

●スタート招集・場所・整列

招集時間

・2kmの部 / 12:00～12:20

・2km親子の部 / 12:40～13:00

・5kmの部 / 13:20～13:40

※各スタート時間に間に合わない場合は、レースに参加できません。

招集場所 スタート付近 P.3「会場マップ」をご覧ください。

競技役員がプラカードで招集します。指示に従い整列してください。

招集後、スタート地点へ誘導します。

・スタート時の転倒を防止するため、号砲後、段階的にスタート地点を通過してもらいます。計測は、号砲からではなく、スタート地点を通過した時点から計測します。

※制限時間内にフィニッシュ地点に辿り着かない場合は、最寄りの競技役員より、競技終了を告げられますので、コースの端を歩き、会場へお戻りください。

●注意事項

※本イベントは、順位を競わない個人の記録を計測するファンランです。自分のペースを守って安全に走りましょう。

※コースの幅員が狭い箇所があります。無理な追い越しは、接触・転倒等の事故につながりますので、ご注意ください。

※親子ペアのフィニッシュは、保護者とお子様と一緒に手を繋いでフィニッシュしてください。

記録・完走証

●記録

・後日「ランナーズアップデート」でパソコン・スマートフォン対応サイトからフィニッシュタイムを確認できます。

ランナーズアップデート <https://update.runnet.jp/2023sendaifamily>

●完走証

・当日、「完走証発行所」で発行します。P.3「会場レイアウト」をご覧ください。

※完走証発行所でRS タグと引換にお渡しいたします。

後日の発行は一切行いませんので、ご希望の方は必ずイベント当日にお受け取りください。

制限時間内にフィニッシュできなかった方には、完走証は発行いたしません。

伴走ランナー

視覚障害等があり、介助等を要する方は、伴走者の同伴が1名可能です。

伴走者が必要な方には、伴走用のアスリートビブスを当日『総合案内』で引換しますので、下記のフォームより4月10日(月)までにご連絡ください(ランナーと伴走ランナーのお名前が分かるように記載ください)。

伴走の方も体調管理に努めていただくようご協力願います。

<https://www.sendaihalf.com/contact>

イベントに参加できない方

自己都合によりイベントに参加できない場合、事務局へのご連絡は必要ありません。RS タグは、同封の返却用封筒に入れて、ご返送ください。

※参加料の払い戻しはいたしません。

イベント中止の場合のお知らせについて

悪天候や災害などでイベントを中止する場合は、イベント当日7:00に大会ホームページ(<https://www.sendaihalf.com>)の「新着情報」にて、お知らせいたしますので各自ご確認ください。

※電話でのお問い合わせはご遠慮ください。

・感染症拡大の影響により、イベントの中止等を行う場合には、事前に大会ホームページで発表いたします。

イベントに関するお問合せ先

仙台国際ハーフマラソン大会実行委員会 事務局
〒983-0045 仙台市宮城野区宮城野 2-11-6
弘進ゴム アスリートパーク仙台 (仙台市陸上競技場)
(公財) 仙台市スポーツ振興事業団 スポーツ事業課内
TEL 022-297-1322 FAX 022-297-1323
(月～金 8:30～17:00 / 土・日・祝日休業)
Email: sendai_half@spf-sendai.jp URL: <https://www.sendaihalf.com>

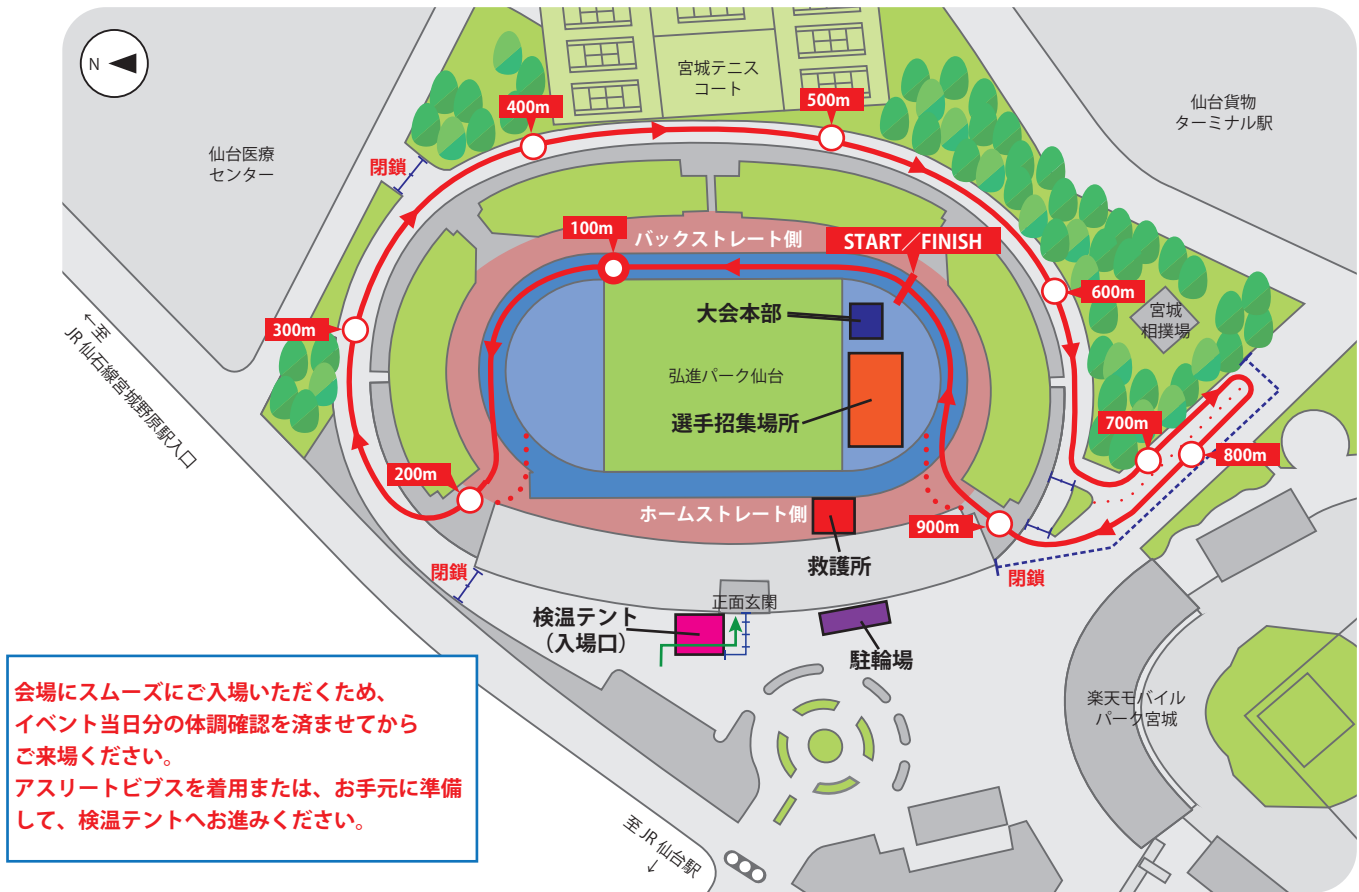
イベント当日【4/29】の緊急連絡先：090-2792-4229です。
7:00～15:00まで

競技中

●制限時間

- ・2kmの部、2km親子の部 / 20分
- ・5kmの部 / 40分

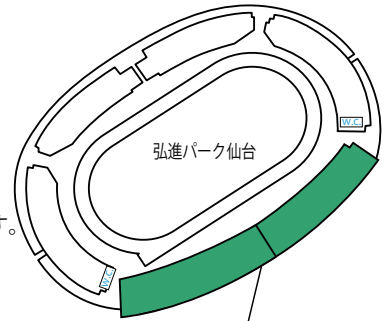
会場マップ



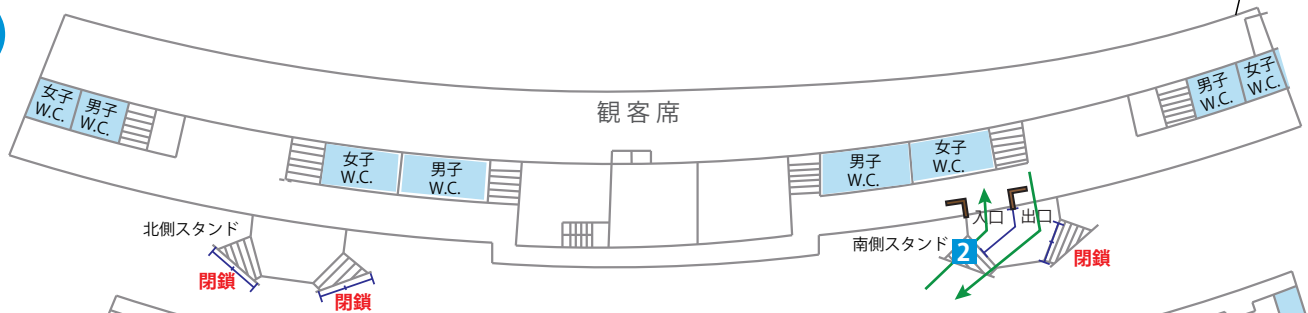
会場にスムーズにご入場いただくため、
イベント当日分の体調確認を済ませてから
ご来場ください。
アスリートビブスを着用または、お手元に準備
して、検温テントへお進みください。

会場内（競技場）レイアウト（1F・2F コンコース）

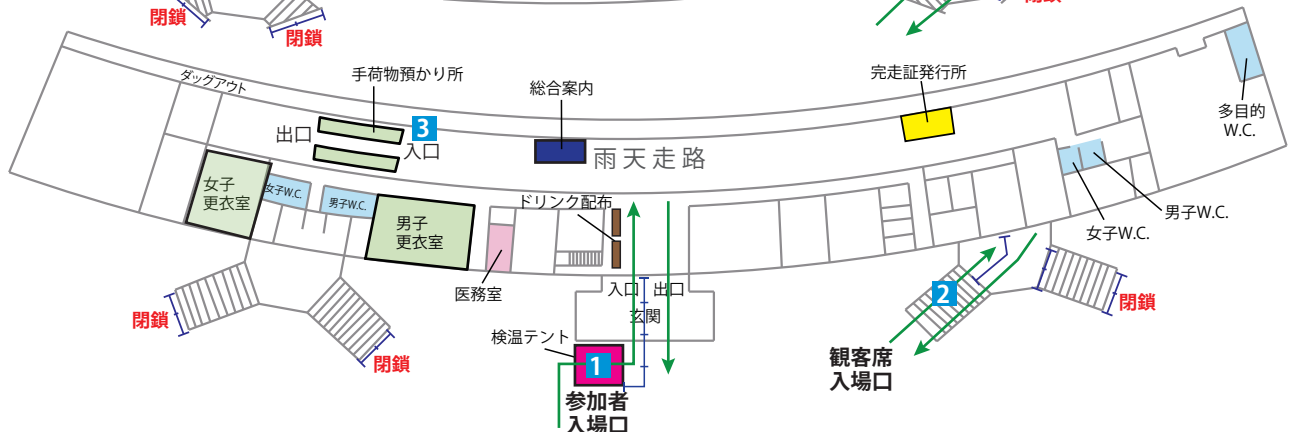
- 参加者は、競技場正面玄関前の検温テントよりご入場ください。
2km小学生の部に参加されるお子様の保護者で、身の回りの補助等が必要な場合は、1名のみ1Fに入場可能です。
- 観覧・応援の方は、2F観客席入口（南側）よりご入場ください。※北側は閉鎖します。
- 1F雨天走路内に手荷物預かり所がございますので、ご利用ください。
観客席のご家族やご友人に預けても構いませんが、貴重品の管理は十分にご注意ください。



2F



1F



会場アクセスマップ



**会場には選手
駐車場はございません。
公共交通機関を
ご利用ください。**

**宮城野原公園総合運動場
弘進ゴム アスリートパーク仙台
(仙台市陸上競技場)**

仙台市宮城野区宮城野二丁目11-6
TEL:022 - 256 - 2488
FAX:022 - 299 - 3895

■JR仙石線「宮城野原駅」下車徒歩5分
■JR仙台駅東口より徒歩約25分(約2.0km)
■仙台市地下鉄東西線宮城野通駅より、
徒歩約21分(約1.7km)

新型コロナウイルス感染症についての体調チェックリスト

以下の症状に当てはまらないことをご自身で確認し、大会にご参加ください。

37.5℃以上の発熱 せき、のどの痛み、鼻水、鼻づまり 頭痛、体のだるさ 息苦しさ 味覚、嗅覚の異常

※アレルギーによって鼻水、鼻詰まりがある場合や、片頭痛持ちで頭が痛い場合、月経前で頭痛やだるさ、微熱がある等、原因が明らかなものは「該当しない」としてください。

参加前のメディカルチェック

マラソン大会やランニングイベントで、疾病による事故が増えています。

仙台ハーフ ファミリーランへの参加にあたり、下記の項目を必ず確認のうえ、自己の責任において参加してください。

(A) 次の項目(1～5)のうち、ひとつでも当てはまる項目があれば、イベント参加について、かかりつけ医によくご相談ください。かかりつけ医の指導のもと、健康診断や心臓検診を受けてください。

- 1. 心臓病(心筋梗塞、狭心症、心筋症、弁膜症、不整脈など)の診断を受けている、もしくは治療中である。
- 2. 突然、気を失ったこと(失神発作)がある。
- 3. 運動中に胸痛、ふらつきを感じたことがある。
- 4. 血縁者にいわゆる心臓マヒで突然亡くなった方がいる(突然死)。
- 5. 最近1年以上、健康診断を受けていない。

(B) 次の項目(6～9)は、心筋梗塞や狭心症になりやすい危険因子です。当てはまる項目があれば、かかりつけ医に相談し、イベント参加前までに状態を安定させてください。

- 6. 血圧が高い(高血圧)
- 7. 血糖値が高い(糖尿病)
- 8. LDLコレステロールや中性脂肪が高い(高脂血症)
- 9. たばこを吸っている(喫煙)

かかりつけ医とは、みなさんの健康や体調を管理してくれる身近なドクターです。
かかりつけ医をきちんと決めて、大会参加などについて相談しましょう。

【イベント直前のチェック】

心臓トラブル等の回避には、自己管理が不可欠です。体調に異常を感じたら、勇気を持って棄権をするよう心がけてください。

次の項目(1～9)にひとつでも該当する場合は、ペースを落とす、またはイベント参加自体の自重が必要です。

- 1. 前日、よく眠れなかった。
- 2. 朝食を食べられなかった。
- 3. 異常にのどが渇く。
- 4. 身体がだるい。練習の疲労感が残っている。
- 5. かぜの症状(微熱、頭痛、のどの痛み、咳、鼻水)がある。
- 6. 胸や背中の不快感や痛みがある。
- 7. 動悸・息切れがある。
- 8. 腹痛・下痢がある。
- 9. 平時で脈拍が90以上ある(1分間)。

【競技中は下記について十分注意しましょう】

- 1. 競技前・競技中・競技後は水分補給を心がけましょう。
- 2. 体調に異常を感じたら、早めにレースをやめる勇気を持ちましょう。
- 3. 無理なラストスパートは急激に心臓に負担がかかります。当日は、余裕を持ってフィニッシュできるような心がけましょう。
- 4. 事前にあまり練習することができなかつた方は、周りのペースに惑わされて無理にペースをあげず、自分にあったペースで走ってください。