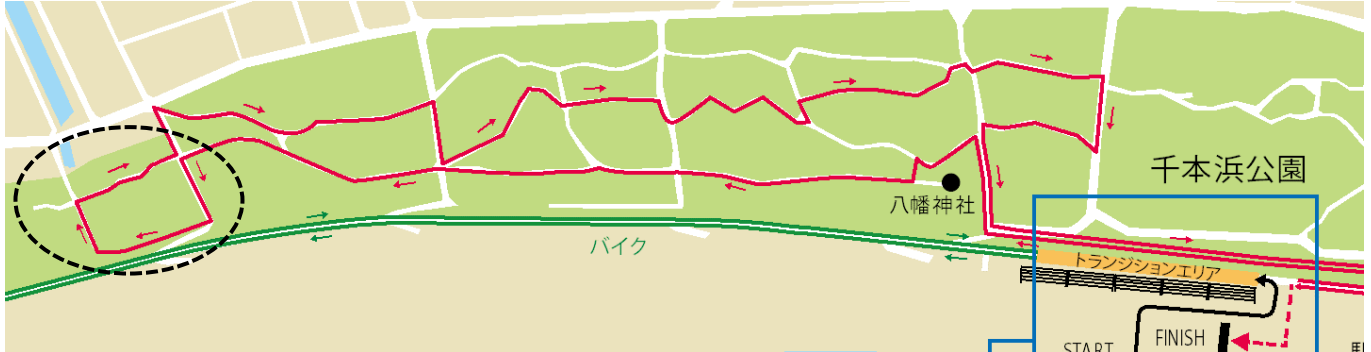


沼津千本浜大会 ご参加の皆様

この度は、沼津千本浜大会にご参加いただき、ありがとうございます。
すでに発表している内容からの変更・訂正事項、及び注意事項を記しますので、よく読んでご参加ください。

●ランコース訂正

お送りした要項のコースの一部を訂正します。破線部分が追加されています。



●レースナンバー再発行手数料

お送りしたプログラム等の書類を必ずご持参ください。レースナンバー、ナンバーシール等が入っています。最近忘れ物で当日再発行する事例が多く発生しており、受付に時間がかかるほか、多くのコストがかかっています。レースナンバーの再発行は1人500円となります。ナンバーシールは手書きとなります。(チーム全体だと1,500円となりますので、忘れないようご持参ください。)

●スキップについてのルール変更

プログラムP6、「競技規則3：スキップ制度」1)②が変更となります。

変更前：スイム制限時間内にフィニッシュできない。→医師、審判のOKでバイクへ移行

変更後：スイム制限時間内にフィニッシュできない。→非完走(DNF)となります。

スキップは、事前申告のみ認められます。安全対策強化と考えておりますので、ご了承ください。

●バイクボトルセット時間

暑さ対策の一環で、駅伝2・3区の選手に限り、スタート後にバイクボトルをセットする時間を設けます。各自冷えた内容物をセットすることができます。※競技中ですので、レース中選手には十分ご注意ください。

指定出入口：トランジション海岸側中央付近の緊急用出入口のみ

指定時間：8時40分～11時頃(アナウンスを入れます)

●エイドステーション

スイムフィニッシュ、ランコース2か所、フィニッシュにエイドステーションがあります。基本は水のみですが、ランコースの最初のエイドで、塩タブレットを用意します。2周に1粒とることで、大幅に熱中症を軽減できることが他大会の実績としてあります。最初にエイドで水とともにとるようにしましょう。

●暑さ対策

厳しい暑さが予想されます。応援者も含め、十分な水分持参、日陰の確保、日焼け止め等、熱中症対策を万全にしてご来場ください。近くにコンビニエンスストアはありません。日陰は松林内などご活用ください。虫よけ持参をお勧めします。

暑さに体が慣れていない方も多いと思います。十分な睡眠、栄養をとった上で、決して無理な出場なく、笑顔でフィニッシュしましょう！ご健闘をお祈りします。