

●접수시간

●8월 24일(금)13:00~20:00 ●8월 25일(토)10:00~20:00

※대회 당일에는 접수를 받지 않으니 주의해 주십시오.

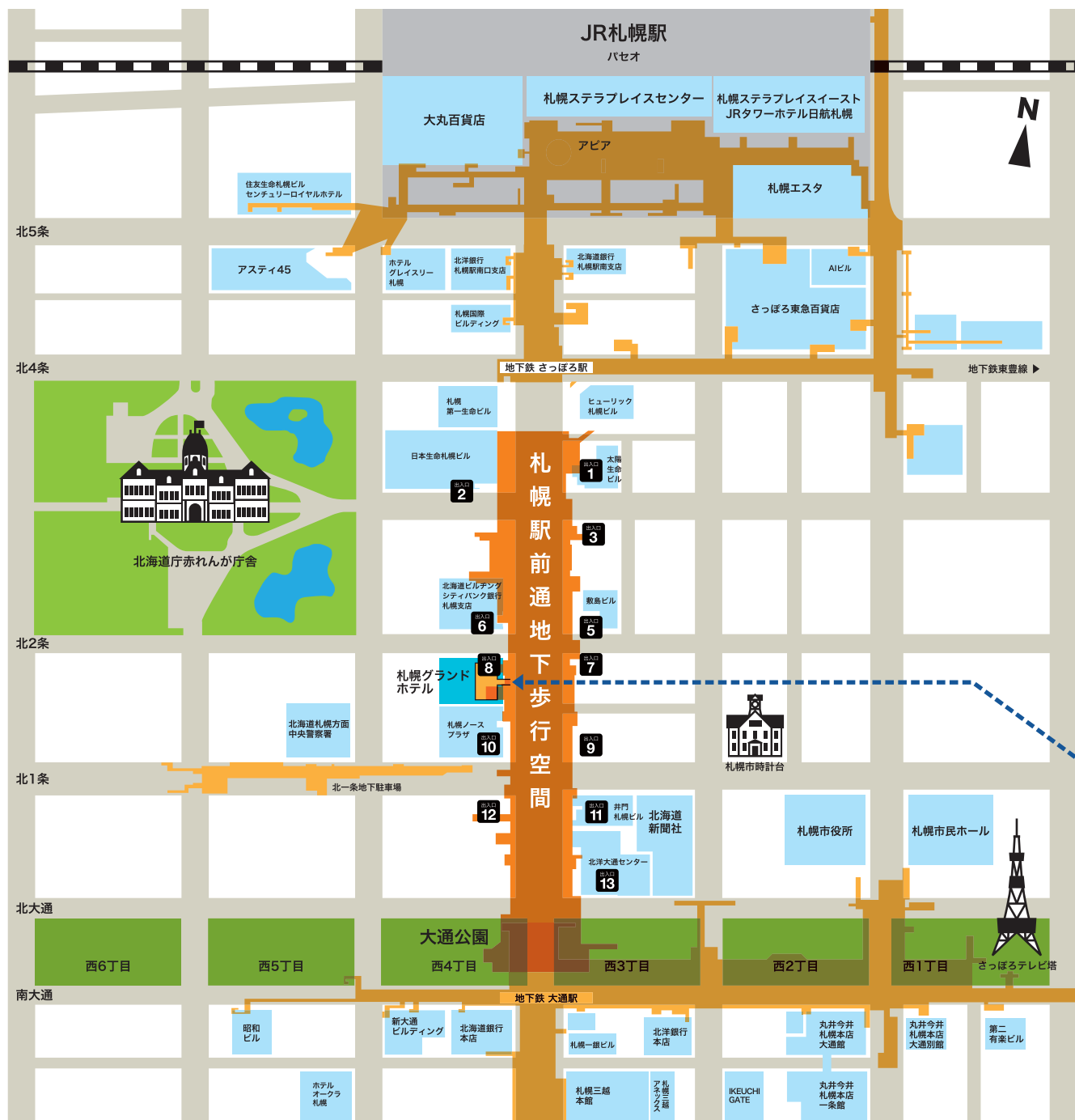
❗상기 이외의 시간에는 이유 여하를 불문하고 일체 접수를 받지 않으므로 시간적 여유를 가지고 와 주십시오.

●접수회장

삿포로 그랜드 호텔 동관 지하 1층 크리스탈 홀(삿포로시 주오구 기타1조 니시4초메)

■JR「삿포로역」에서 하차한 후 도보로 15분

■지하철 난보쿠선 「삿포로역」에서 하차한 후 도보로 약7분 ■지하철 난보쿠선·도자이선 「오도리역」에서 하차한 후 도보로 약5분
삿포로 에키마에도리 지하보행공간에서 8번 출입구 옆의 삿포로 그랜드 호텔 전용구를 이용해 주십시오.



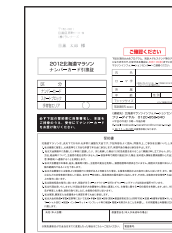
●당일 지참해야 할 물품

이번에 보내드린 번호카드 교환증을 잊지말고 가져 오십시오.

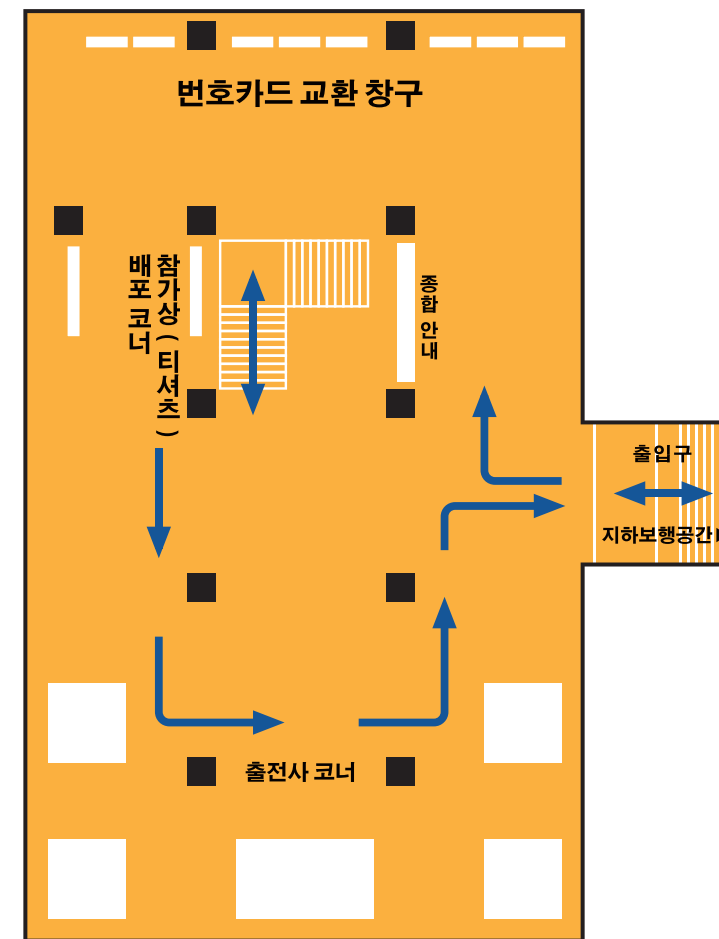
또한, **서약서에 반드시 서명하여 가져와 주시기 바랍니다.**

❗만일 교환증을 잊어버리신 경우에는 본인을 확인할 수 있는 신분증명서(보험증/면허증/여권 등)를 제시해 주십시오.

●접수 흐름



●접수회장도 삿포로 그랜드 호텔 지하 홀



삿포로 에키마에도리 지하보행공간에서 8번 출입구 옆의 삿포로 그랜드 호텔 전용구를 이용해 주십시오.

●배포물 ※접수시에 수령하는 물품



■번호카드(앞) ■번호카드(뒤)

번호카드 뒷면에는 긴급연락처를 착용 전에 각자 반드시 기입해 주십시오.



■수하물 보관용 꼬리표
 ❗수하물 보관함(가방과 봉지 등)은 각자 준비해 주십시오.
 ※꼬리표 1장은 수하물 보관함의 눈에 띄는 곳에 부착하고, 다른 1장은 수하물 보관함 안에 넣어 주십시오. 크기는 40×60cm 이내를 기준으로 해 주십시오.



■참가상 티셔츠 ■참가상 가방
 ■대회 프로그램 ■대회 관전 가이드

※배포물의 디자인은 변경될 경우가 있습니다.

●기권하신 분이 접수회장까지 오실 수 없는 경우의 참가상 수령에 관하여

대회 종료 후, 홋카이도 마라톤 인포메이션 센터(0120-859-640)로 문의해 주십시오.

삿포로 시민의 휴식장소 「오도리공원」 니시 4초메에서 삿포로 TV탑 카운트 다운으로 일제히 출발.

니시 1초메에서 12초메까지 동서로 약1.5km에 이르는 오도리 공원은 아름다운 화단과 잔디, 92종 약4,700그루의 수목 외에도 초여름의 소식을 알려주는 라일락 축제, YOSAKOI소란 축제, 눈 축제와 화이트 일루미네이션 등 계절마다 그 모습을 달리하는 아름다운 식물과 이벤트 등이 1년을 통해 수많은 관광객과 시민들에게 많은 사랑을 받고 있습니다. 홋카이도 마라톤은 오도리 공원의 동쪽 끝에 위치한 삿포로시의 랜드마크 삿포로 TV탑의 전광게시판을 사용한 카운트 다운으로 일제히 출발합니다.



출발까지의 절차

● 옷을 갈아입는다

각 초메별로 남녀별 탈의실을 준비하고 있습니다. 혼잡할 것으로 예상되오니 숙박처에서 미리 옷을 갈아입고 오실 것을 추천드립니다.

● 수하물 보관[접수시간 7:30~8:30]

출발 블록별로 보관하는 장소가 나뉘어져 있습니다(MAP 참조). 각 수하물 보관 지역으로 가서 해당하는 번호의 장소에 **각자 화물을 맡겨 주십시오.** 꼬리표를 떼어 1장은 수하물에 부착하고 다른 1장은 수하물 속에 넣어 주십시오. 보관된 수하물은 보관한 장소와 같은 장소에서 반환됩니다.

- 귀중품, 깨지기 쉬운 물품은 보관하지 않습니다. 또한 우산 등과 같이 화물에서 빠져나오는 물품은 위험하므로 보관하지 않습니다.
- 수하물 보관함(가방 또는 봉지)은 반드시 각자 준비해 주십시오. 크기는 40×60cm 이내를 기준으로 해 주십시오.
- 수하물은 반드시 1개에 모아 주십시오. 2개 이상의 수하물은 보관하지 않으므로 주의해 주십시오. 또한, 봉지에 넣지 않은 물품은 일체 보관하지 않습니다.
- ❗ 수하물을 맡길 때와 수령할 때는 번호카드를 제시해야 합니다.
- ❗ 일단 보관된 수하물은 끝내기 전까지는 수령할 수 없으므로 주의해 주십시오.

● 워밍업

워밍업은 삿포로시청 주차장에서 해 주십시오.

❗ 오도리공원 내에서의 워밍업은 매우 위험하오니 삼가 주십시오.

● 급수

회장 내에 급수장을 설치하고 있으므로 출발 전에 확실하게 수분을 보급해 두십시오. 바나나도 준비하고 있으므로 필요한 사람은 영양을 보충해 주십시오.



■ 번호카드

● 출발 블록에 정렬[정렬시간 8:10~8:40]

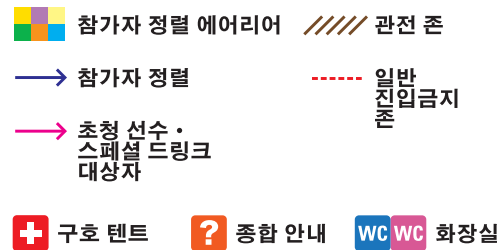
출발 블록은 초청 선수(남녀), 등록 선수(남녀), 일반 선수(남녀)가 각각 신고한 타임 순으로 A~E블록까지 나뉘어져 있습니다. 자신의 블록은 번호카드에 인쇄되어 있으므로 확인하신 후에 담당임원의 지시에 따라 정렬해 주십시오.

❗ 상기 시간 내에 정렬하지 않는(지각) 경우에는 맨 뒤에서 출발하게 됩니다. 또한 9:00의 출발 총소리에 지각한 경우에는 경주에 참가할 수 없습니다.

❗ 각 블록에 진입하는 유도로는 각각 다르므로 유도 간판 등을 확인하여 틀리지 않도록 주의해 주십시오.

● 출발[9:00]

1분 전부터 TV탑의 전광게시판에서 카운트 다운이 시작됩니다. 완주 또는 자기 기록 갱신을 목표로 힘내 주십시오.



※오도리공원 3~6초메는 출발시, 참가자 전용 에어리어가 되어 일반인은 진입할 수 없으므로 주의해 주십시오.



「오도리 공원」니시8초메가 골인 회장. 블랙 슬라이드 만트라가 완주자들을 맞이합니다.

오도리 공원 니시8초메에는 세계적인 조각가 고 이사무 노구치가 제작한 화강암의 블랙 슬라이드 만트라(소용돌이 모양의 미끄럼틀)가 완주자들을 맞이합니다.
또한 완주 메달은 삿포로시의 사업으로서 추진되고 있는 NPO법인 콘카리노 기획 스키노 젊은이 마을가꾸기 학당의 기획운영팀인 「스스키노 모리아게타이」가 정열을 담아 증정합니다.
환희의 순간을 만끽해 주십시오.



골인 후의 절차

01 오도리 공원 니시8초메(참가자 전용 에어리어)

● 완주 메달 수령

완주자에게는 당일 골인 지점에서 홋카이도 출신의 세계적인 조각가 야스다 간씨가 제작한 메달이 증정됩니다.

● 급수

「유키노미즈 (500ml 페트병)」를 1병 드립니다.



완주자에게는 후일 이름과 완주 시간이 적힌 메달 전용 스탠드가 증정됩니다(발송은 9월 하순 예정).



메달 스탠드는 번호카드 교환증에 인쇄된 로마자로 제작됩니다. 반드시 기재 내용을 확인해 주십시오. 정정이 필요한 경우에는 사전에 인포메이션 센터 (0120-859-640)로 연락해 주십시오.

02 오도리 공원 니시7초메(참가자 전용 에어리어)

● RSE태그 반환

신발에 부착한 RSE태그(계측기)를 반환해 주십시오.
❗ 분실 또는 반환하지 않을 경우에는 실비를 청구합니다.

● 스포츠 드링크&아이싱&급식

스포츠 드링크와 아이싱용 얼음을 준비하고 있으므로 이용해 주십시오.

03 오도리 공원 니시6초메

● 수하물 수취(오도리 니시3~6초메)

출발시에 보관한 장소에서 수취합니다. 번호카드를 대조하므로 잊지 말고 가져와 주십시오.

● 가족과 친구와의 만남

오도리 공원 니시6초메는 일반인도 진입할 수 있는 에어리어입니다. 가족 또는 친구와 만나는 장소로 이용해 주십시오.

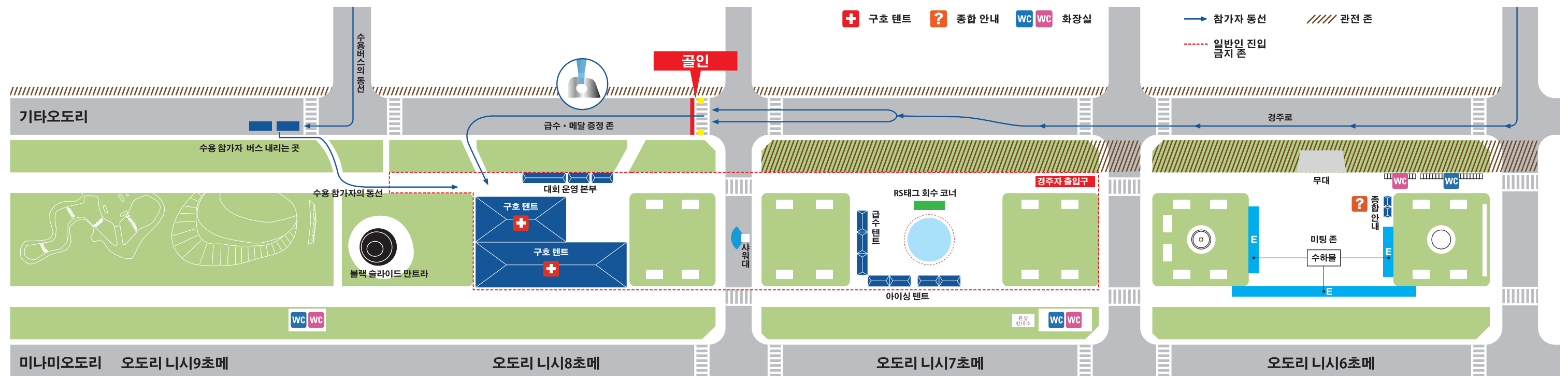
기타

● 옷 갈아입기

남녀별로 탈의 텐트를 준비하고 있으므로 수하물을 수취한 후에 이용해 주십시오.

● 공인기록증

공인기록증을 희망하시는 분은 5초메 접수처에 신청해 주십시오(일본육상경기연맹 등록 선수에 한함).



경주에 관하여

●관문 폐쇄 지점에 관하여

홋카이도 마라톤에서는 아래의 지점에 지정 시간까지 도착하지 않았을 경우 그 시점에서 경기가 중단(실격)됩니다. 각 관문의 폐쇄 시간 후 코스에 남아 있는 경주자는 담당임원의 지시에 따라 번호카드를 떼고 신속하게 보도로 이동하여 가장 가까운 관문에 대기하고 있는 수송버스 또는 맨 뒤에 따라오는 수송버스에 승차해 주십시오.

관문 폐쇄 지점	관문 폐쇄 시각	제한 시간
1.2km	9:25	25분
5km	9:45	45분
10km	10:20	1시간 20분
14km	10:48	1시간 48분
15km	10:55	1시간 55분
20km	11:30	2시간 30분
25km	12:05	3시간 05분
28.2km	12:26	3시간 26분
30km	12:40	3시간 40분
35km	13:15	4시간 15분
40km	13:50	4시간 50분
41.6km	14:05	5시간 05분

●거리 표시

거리 표시 사인은 42km까지 1km마다 중간 지점에 설치합니다. 또한 남은 거리 5km지점부터는 「남은 거리 ○km」의 사인을 1km마다 설치합니다.

☒급수장

코스 상의 아래의 18곳에 급수장을 설치합니다. 홋카이도 마라톤은 가혹한 기상조건 하에서 열리는 대회입니다. 경주 중에는 확실하게 수분을 보급해 주십시오.

❗별항의 「구호반의 어드바이스」를 자세히 읽어 주십시오.

지점	스페셜 드링크	물	스포츠헤드링크	스펀지	바나나
출발		●	●		●
5km	●				
5.5km		●	●		
7.8km		●	●		
10km	●	●	●	●	
12.8km		●	●		
15km	●				
15.7km		●	●		
17.8km		●	●		
20km	●	●	●	●	●
22.8km		●	●		
25km	●	●	●		
27.2km		●	●		
30km	●	●	●	●	●
31.1km		●			
33km		●	●		
34.1km		●	●		
35km	●	●	●		
35.9km		●	●		
37.5km		●	●		
40km	●	●	●	●	
결인		●	●		●

주)스페셜 드링크는 일부 선수만을 대상으로 합니다.
 ※스포츠헤드링크는 세이코마트의 「스포츠헤드링크 플러스」를 사용합니다.
 ※결인 지점에서는 「유키노미즈(500ml페트병)」를 건네드립니다.

WC화장실

화장실은 코스 도로변의 주유소 등을 빌리고 있습니다. 안내 간판이 설치되어 있으므로 확인하신 후 이용해 주십시오.

●구호소

아래의 8곳에 구호소를 설치하고 있습니다. 각 구호소에는 의사와 간호사, 이학요법사, 구급명사 등이 대기하고 있습니다. 경주 전에 몸 상태가 걱정되는 사람, 경주 도중에 몸 상태가 나빠진 사람은 **절대로 무리하지 말고 용기를 가지고 기권해 주십시오.** 또한 경주 후에 몸 상태가 나빠진 경우에는 즉시 구호소로 와 주십시오.



출발/결인 지점의 구호소	P7~10(회장도 참조)
20km 구호소	P15~16(코스MAP 참조)
25km 구호소	
30km 구호소	
35km 구호소	
40km 구호소	
코스상 구호 본부-1	
코스상 구호 본부-2	

●도중에 기권하는 경우

관문 이외의 곳에서 도중에 기권하는 경우에는 신속하게 도로로 이동하여 번호카드를 떼고 담당임원의 지시에 따라 주십시오.

●41km 부근 기타5조도리의 주행에 관하여

41km 부근의 기타5조도리에서는 보행자 횡단 대책에 의하여 담당임원의 지시로 주행루트를 변경합니다. 충분히 주의해 주십시오.

매너와 규칙

●주행에 관하여

본 대회는 공공도로를 이용하여 개최하고 있습니다. **추월하기 위해 코스를 벗어나거나 보도로 올라가는 등의 행위는 매우 위험하므로 절대로 삼가 주십시오.** 그런 행위가 발각되었을 경우에는 실격 처리됩니다. 향후의 개최에도 영향을 미치므로 여러분의 많은 이해와 협력 부탁드립니다.

●화장실

출발 회장, 경주로 상에 가설 화장실을 설치하고 있습니다. 주택가와 공터에서 용변을 보는 행위는 주민에게 큰 피해를 끼치고, **향후의 개최에도 커다란 영향을 미치므로 절대로 삼가 주십시오.**

●쓰레기

예년, 경주자에 의해 쓰레기가 발생하는 것에 대하여 다수의 의견이 모아지고 있습니다. 급수 및 스펀지 지점의 각 지점에는 쓰레기통과 안내 간판이 설치되어 있으므로 경주에 버리지 말고 **사용이 끝난 종이컵과 스펀지는 될 수 있는대로 쓰레기통에 버려 주시기 바랍니다.**

●복장에 관하여

특별한 제한은 없지만 공서양속에 반하지 않도록 주의해 주십시오. 또한 홋카이도 마라톤은 **몹시 더운 날씨에 실시되는 가혹한 마라톤 대회이기 때문에 복장은 충분히 고려해 주십시오.**

●상표에 관하여

일본육상경기연맹 규칙서에 게재된 「경기회에서의 광고 및 전시물에 관한 규정」에 준거하여 실시합니다. 등록 선수가 유니폼, 쇼트 팬츠, 타이츠 등에 표시하는 소속 클럽명은 소속된 육상경기협회로부터 허가 받은 단체명만을 사용할 수 있습니다. 또한 공서양속에 현저하게 어긋난다고 판단된 소속 클럽명이 표시된 유니폼 등을 착용하고 있거나 또는 상기의 규정에 적합하지 않는 경우에는 경주 참가가 취소될 수 있습니다.