

日本陸連公認大会 (ハーフマラソン・10km)

Spring 30K in Showa Kinen Park 2022

スプリング30K in 国営昭和記念公園 2022

2022.03.04 (金)

■大会名：スプリング30K in 国営昭和記念公園2022 (Spring 30K in Showa Kinen Park 2022)

■開催日：2022年 3月 4日 (金)

■開催地：国営昭和記念公園「うんどろ広場」

■主催：スプリング30K実行委員会、特定非営利活動法人立川市陸上競技協会

■種目/参加費：30km 5,400円 (制限時間3時間30分)、ハーフマラソン 4,900円 (制限時間2時間40分)、10km 3,900円 (制限時間1時間30分)、5km 3,600円 (制限時間1時間)

※参加費には国営昭和記念公園入園代 (大人450円) を含む

※日本陸連公認大会種目 ハーフマラソン・10km (日本陸連公認コース：昭和記念公園パークランコース)

2022年の春！気持ちの良い春の平日に、アクセス抜群の美しく広大な『国営昭和記念公園』を日本陸連公認コースを走る『公認大会』です。コースは、箱根駅伝予選会にも一部使われる一周5kmの走りやすいコース。自分のタイムに挑戦する、春のレースとしては絶好の大会です。「スプリング30K」で、有意義な春の一日をお過ごしください。

■大会の特徴

- ①日本陸連公認大会（日本陸連公認コース：昭和記念公園パークランコース）
※ハーフマラソンと10km
- ②世界陸上元日本代表選手によるワンポイントレッスン（参加費無料）
- ③5kmごとの計測を実施するため、途中経過もリアルタイムで確認できます
- ④エイドサービスは、コース上2.5kmごと・フニッシュ後も実施
- ⑤昭和記念公園の入園券つき！走った後、そのまま公園で遊べます！
※世界陸上元日本代表選手によるワンポイントレッスンは新型コロナウイルス感染防止対策のため縮小・中止になる場合もあります。
※ペースメーカーについては、30kmまたはハーフまたは両種目に設定予定ですが、新型コロナウイルス感染状況により中止になる場合があります。

■大会名：スプリング30K in国営昭和記念公園2022

■開催日：2022年3月4日（金）

■開催地：国営昭和記念公園「うんどう広場」

■主催：スプリング30K実行委員会

特定非営利活動法人立川市陸上競技協会

■種目（制限時間／参加費）

30km 5,400円（制限時間3時間30分）

ハーフマラソン 4,900円（制限時間2時間40分） ※日本陸連公認大会

10km 3,900円（制限時間1時間30分） ※日本陸連公認大会

5km 3,600円（制限時間1時間）

※国営昭和記念公園入園券（大人450円）を含む（中学生以下は無料）

■参加資格

2022年3月4日現在、下記条件を満たす参加者。

30km 100名 18歳以上の健康な男女（高校生不可）

ハーフマラソン 500名 18歳以上の健康な男女（高校生不可）

10km 300名 高校生以上の健康な男女

5km 100名 高校生以上の健康な男女

※申込期間内でも定員に達し次第、募集を締め切ります。

■表彰（表彰式は新型コロナウイルス感染状況により行わない場合もあります。その場合、入賞者には本部前にて準備ができ次第賞品・表彰状をお渡しいたします。）

30km=男女別1～5位、

男女別年代1位（29才以下、30才代、40才代、50才代、60才以上）

ハーフマラソン=男女別部門別（陸連登録・一般）1～5位

男女別年代1位（29才以下、30才代、40才代、50才代、60才以上）

10km=男女別部門別（陸連登録・一般）1～5位

5km=男女別部門別（一般）1～5位

■コース：国営昭和記念公園内日本陸連公認コース（昭和記念公園パークランコース）

※うんどう広場発着による管理用道路を反時計回りに周回（一周5km）する特設コース。木々の繁る緑豊かな国営公園の一周5kmの周回コース。フラットで走り易い公園北側と、高低差約7mのアップダウンが続く南側の変化に富んだ公認コース。

・参加者・応援者ともマスクまたはネックウオーマー（フェイスマスク）を着用願います。
・新型コロナウイルス対策を実施いたします。
ご迷惑、ご不便をおかけいたしますが、参加者・応援者・スタッフが新型コロナウイルス感染拡大防止のため、また、安心して大会にご参加いただくためにご理解・ご協力をお願いいたします。

（開催地アクセス）



■募集期間：2021年11月20日（土）0:00～2022年2月13日（日）23:59

■募集：1000名 ※定員に達し次第、募集を締め切らせていただきます。

■当日の受付方法：

会の1週間前までに、参加案内書・公園入園券などを同封した封書を本人宛に発送いたします。大会当日は送付した封筒（宛名）に記載された「受付No.」を受付にて提示しナンバーカードなどを受け取って下さい。

・30km、ハーフマラソン受付時間《9:30～10:30までの受付》

・5km、10km受付時間《10:40～11:30までの受付》

■スケジュール

9:30 開園 参加者は、大会会場（うんどう広場）のサーモカメラを通してチェックシートを提出願います。

「30km」「ハーフマラソン」の受付開始（10:30まで）

10:15 開会式・ストレッチ

10:40 「10km」「5km」の受付開始（11:30まで）

10:55 30km スタート（制限時間3時間30分）

11:00 ハーフマラソン スタート（制限時間2時間40分）

12:00 10km スタート（制限時間1時間30分）

12:15 5km スタート（制限時間1時間）

13:00 ハーフマラソン閉門：3周目終了時点（16.08km）で4周目に入れません。

13:45 ハーフマラソン競技終了

13:50 30km閉門：5周目終了時点（24.98km）で6周目に入れません。

14:30 30km競技終了

■競技ルール（抜粋）

本大会は、2021年度日本陸上競技連盟規則及び本大会要項により実施します。

競技役員等の指示を受けた場合は、その指示に従ってください。

レース中、緊急車両の通過や交通状況等により走者を停止させ、車両等の走行を優先させる措置をとります。なお、この措置による記録の修正等は致しません。

代理出走は失格となり、保険は適用されません。

■交通アクセス

JR青梅線「西立川駅」下車目のまえて「西立川口」へ。そこからうんどう広場まで徒歩8分

車：国営昭和記念公園駐車場2531台（普通車840円）

※西立川口にて大会スタッフが閉門より約1時間程待機しております。西立川口以外の入り口には大会スタッフは待機してません。

この大会はスポーツ（陸上競技）の発展、ジュニア育成、社会貢献活動など積極的に取り組んでいる陸上競技協会に収益の一部が寄付されます。

■お問合せ

▶大会ホームページ：https://www.shining-foundation.org/spring

▶詳細問合せ先名：スプリング30K大会事務局

▶問合せ先住所：〒104-0061 東京都中央区銀座7-13-6 サガミビル2階

▶問合せ先TEL：050-3578-1235（平日10:00～17:00）

▶問合せ先メールアドレス：info@shining.or.jp

（大会ホームページ）

