

第35回鯖石ロードレース開催要項

刈羽三山の一つ「八石」山麓に広がるのどかな田園風景の中を駆け抜ける、市民ランナーの集いです。「健康は脚から 意志から 心肺から」一支えられて35回。小さなむらの住民参加型大会運営ですが、豊かな自然と地区民のぬくもりにふれ、楽しく、感動いっぱいのスポーツイベント、**合言葉は『スマイル・ラン』**。気軽にお出かけ下さい。お待ち申し上げます。

- 1 期日 **平成21年10月25日(日)**
 2 会場 **柏崎市中鯖石コミュニティセンター** (柏崎市大字加納)
 3 種目

距離	種目	()内 種目コード番号
2 km	(1) 小学1年生 (2) 小学2年生 (3) 小学3年生 (4) 小学4年生 (5) 小学5年生 (6) 小学6年生 (7) 中学生 (8) 仮装	
4 km	(9) 中学生男子 (10) 一般男子 (11) 一般男子70歳以上 (12) 一般女子	
10 km	(13) 一般男子39歳以下 (14) 一般男子40歳代 (15) 一般男子50歳代 (16) 一般男子60歳以上 (17) 一般女子	
20 km	(18) 一般男子39歳以下 (19) 一般男子40歳代 (20) 一般男子50歳以上 (21) 一般女子	
4～6 km	(22) ウォーク*(新種目)	

- 4 日程 受付 7時～8時 コミセン玄関前 *大会運営上時間厳守
 開会式 8:10 コミセン駐車場
 スタート 8:50 中学生女子2km・中学生男子4km
 8:55 中学生男子2km
 9:10 一般20km・仮装
 9:15 小学6年2km～以下学年別に5分おき
 9:40 ウォーク *11:30までにゴールする
 10:00 一般10km、一般4km
 「完走・完歩パーティー」
 11:10 コミセン体育館 (一般参加者のみ)
 表彰式 10:00 中学生の部 小学校体育館にて
 11:00 小学生の部 //
 12:00 一般の部 閉会式を兼ねる コミセン体育館にて

- 5 参加資格 (1) 日ごろランニングを心がけ希望種目に完走能力をもつ、健康な人
 (2) 大会要項を理解し、「誓約書」に同意の上、参加申込みをした人
 (3) 小・中学生は保護者の承諾を得た人

- 6 参加料 ・一般ラン(高校生含む) 3,000円 ・一般ウォーク 1,000円
 ・小・中学生(ラン・ウォークとも) 500円

- 7 申込み **〆切 平成21年9月25日(金) 必着厳守**

場 所

〒945-1431 柏崎市大字加納2564番地の1
中鯖石コミュニティセンター内
「鯖石ロードレース大会事務局」宛
TEL・FAX 0257(27)2102

方 法 同封の申込書兼振込用紙に必要事項を記入の上、参加料を添え お近くの郵便局で申込むか、直接 上記事務局にご持参下さい。

* 種目コード番号をお間違えなく記入下さい。

* 要項の追加請求は上記大会事務局へご連絡下さい。

8 表 彰 ○ ランの入賞者には各種目の上位6人に賞状を、1位～3位にメダルを贈る。

○ 完走者には記録証を、完歩者には完歩証を授与する。

9 参加賞 ランの参加者のみ全員にあり。(小・中学生を除く)

1 0 コース 田園地帯で数箇所多少の起伏があるが、全体には単純平坦で走りやすい。

1 1 注意事項等

(1) 申込後の受付ハガキ(ナンバーカード等記載)の事前送付はいたしません・ご了承下さい。

(2) 種目は、大会当日の年齢で選んでください。

(3) 大会参加にあたって、大会開催中の諸事故については、応急処置以外の対応はできませんので、楽しく完走できるよう、普段の練習と健康管理から自己の走力、健康状況を把握するとともに、特に大会当日は健康状態に留意して、ご参加して下さい。

(4) **楽しく参加し、笑顔でゴールするために**

・コースは一般公道ですので、すべてに「感謝の心」を忘れず、安全第一、マナーを守って走って下さい。

・フィニッシュ目前での無理な「ラストスパート」は肉体的に過度の負担を強いることとなり危険です、避けましょう。市民ランナーの大会は、順位やタイムを競うことだけが目的ではありません。ランニングを楽しみ、気持ちよい汗かいて、仲間と笑顔の会話を交わしあって、みんなで「明日の元気・健康につながる大会」を目指しましょう。

(5) 受付後は、参加料のお返しはいたしません。

1 2 会場案内

・柏崎市街地から国道252号線 高柳・十日町方面へ約10km

・柏崎インターからは国道252号線 高柳・「十日町方面」へ約7km

・目印：道路標示 上加納 (かみかのう)

看 板 「鯖石小学校」「中鯖石コミュニティセンター」

主 催 中鯖石地区コミュニティ振興協議会

共 催 柏崎市教育委員会

後 援 柏崎市体育協会

主 管 鯖石ロードレース実行委員会