

杉並区区民ロードレース大会参加者募集！

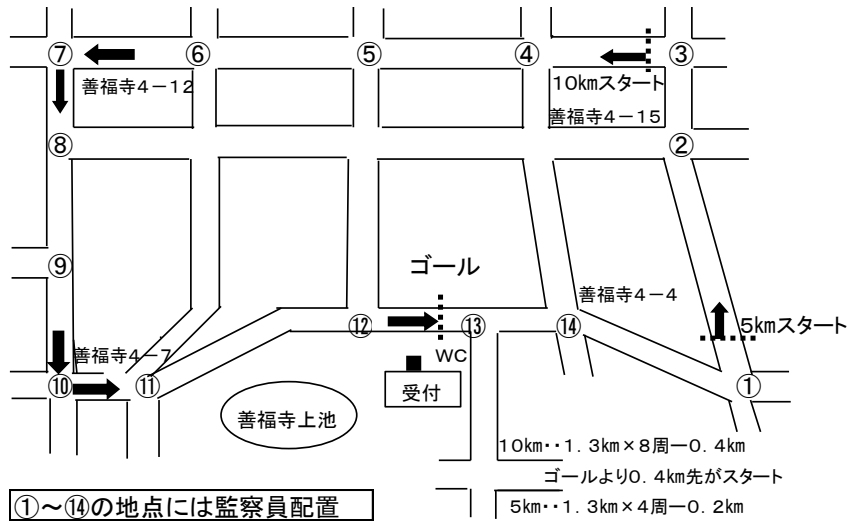
第69回杉並区区民ロードレース大会兼区郡市対抗都民駅伝競走予選会要項

- 主催 杉並区陸上競技協会
- 共催 杉並区教育委員会
- 後援 公益財団法人東京陸上競技協会
- 日時 平成26年1月12日(日)雨天決行
 - 5kmの部 9時30分(同時出発)
 - 男子 ①高校生の組(15～18歳の組) ②18～49歳までの組
③50～59歳までの組 ④60～69歳までの組
⑤70歳以上の組
 - 女子 ①高校生の組(15～18歳の組) ②18～29歳までの組
③30～39歳までの組 ④40～49歳までの組
⑤50～59歳までの組 ⑥60歳以上の組
 - 10kmの部 10時10分(同時出発)
 - 男女 ①高校生の組(15～18歳の組) ②18～29歳までの組
③30～39歳までの組 ④40～49歳までの組
⑤50歳以上の組
- コース 善福寺池周辺コース(13.コース略図参照)
- レース打ち切り時間
 - 5kmの部 スタート後40分経過時
 - 10kmの部 スタート後80分経過時
- 参加資格
区内在住、在勤、在校者で1月12日現在、満15歳以上の者。
*ただし、大学生で学連登録者は除く。
- 参加料 1000円。高校生は500円。申し込み後の返却はしない。
- 申込方法
 - 申込期日 平成25年12月2日(月)～25日(水)必着
*当日の申込みは受け付けない。
 - 参加料は郵便局に振り込むこと。

口座番号	00100-2-140811
口座名称	杉並陸上競技協会
 - 申込書は申込期日までに、上記(2)の振込用紙のコピーを同封して下記に郵送すること。

〒168-0061 杉並区大宮1-16-2 杉並区陸上競技協会 大串裕子 Tel03-3311-3907
--
- ◆杉並区陸上競技協会ホームページ：<http://www.sugi-chiiki.com/286/>
- 表彰 各組3位までに賞状、メダルを授与する。
- 記録証 完走者全員に記録証を交付する。
- 参加賞 競技終了後、ナンバーカードと引き換えに参加賞を渡す。
- 受付 受付開始予定時刻は9時。ナンバーカードとプログラムを配布する。

13. コース 善福寺池周辺コース略図



JR「荻窪」から関東バス南善福寺行き 「善福寺公園前」下車

JR「西荻窪」から関東バス、または西武バス 上石神井駅行き（大泉学園駅行きも有り）「善福寺」下車徒歩5分

西武新宿線「上石神井」から関東バスあるいは西武バス西荻窪駅行き 「善福寺」下車 徒歩5分

※競技者注意事項

- (1) 競技者は事前に健康診断を受け、事故のないように注意すること。
- (2) ウォーミングアップを十分にしておくこと。ただし、走路で行わないこと。
- (3) 事故防止に万全の注意を払い、走行は左側走行を厳守のこと。また、審判員の指示には厳守のこと。
- (4) 走行中に身体に異常が生じた時は競技を中止しNOカードを外し、近くの審判員に連絡すること。
- (5) 打ち切り時間を指示された競技者は直ちに競技を中止し、歩道に上がること。
- (6) 競技により体の不調や怪我を負ったものは医務員の応急措置とスポーツ傷害保険の範囲内において処理する。
- (7) 貴重品、その他の私物は自己責任で管理すること。

第69回杉並区区民ロードレース大会申込書

* 参加種目を○で囲んで下さい。				
5 km	(男子) 高校生 (15~18歳)	18~49歳	50~59歳	60~69歳
	70歳以上			
	(女子) 高校生 (15~18歳)	18~29歳	30~39歳	40~49歳
	50~59歳	60歳以上		
10 km	(男女) 高校生 (15~18歳)	18~29歳	30~39歳	40~49歳
	50歳以上			
氏名	ふりがな	男	生年月日	
		女 () 歳	年 月 日	
☎	所属			
〒	住所:			
	Eメールアドレス:			