

第74回杉並区区民ロードレース大会要項兼区市町村対抗都民駅伝競走予選会

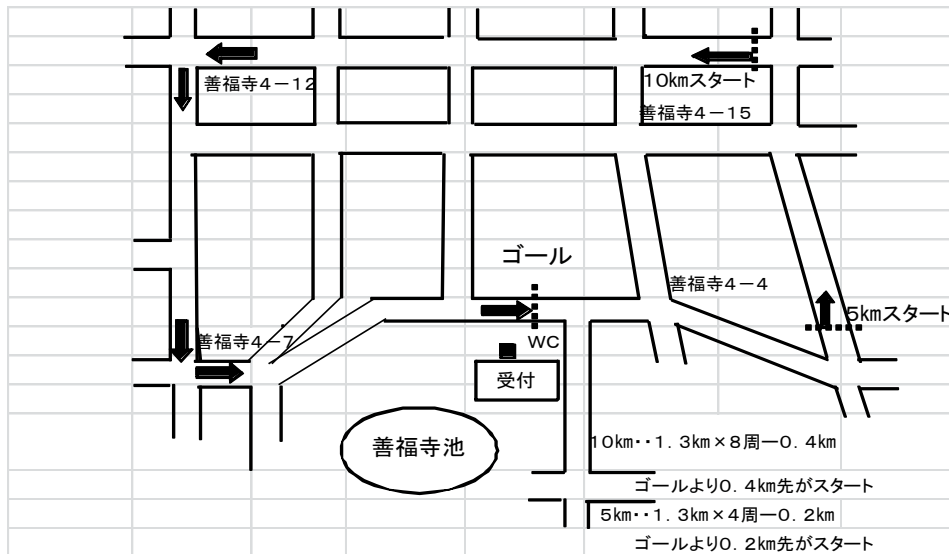
1. 主催 杉並区陸上競技協会
2. 共催 杉並区
3. 日時 平成31年1月6日(日)雨天決行
5kmの部 9時30分スタート (打ち切りスタート40分後)
10kmの部 10時10分スタート (打ち切りスタート60分後)
4. コース 善福寺池周辺コース(コース略図参照)
5. 種目(1) 5kmの部
男子 ①15～17歳 ②18～49歳までの組
③50～59歳までの組 ④60～69歳までの組 ⑤70歳以上の組
女子 ①15～17歳 ②18～29歳までの組
③30～39歳までの組 ④40～49歳までの組
⑤50～59歳までの組 ⑥60歳以上の組
(2) 10kmの部
男子 ①15～17歳 ②18～29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
女子 ①15～17歳 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
6. 参加資格
(1) 杉並区在住、在勤、在学、杉並区陸協登録者で1月6日現在、満15歳以上の者。
7. 参加費 1000円。
8. 参加申し込み
インターネットエントリー又は申し込み用紙
(1) インターネットエントリーについて
「スポーツナビD○」の本大会のエントリーページより申込み
URL: <https://dosports.yahoo-net.jp/running>
○参加費用の払込方法
◆カード決済又はコンビニ払い(決済手数料として別途¥200がかかります)
(2) 申し込み用紙について
「杉並区区民ロードレース参加申し込み用紙」
①区役所・区体育館で配布
②申込み用紙データ請求 Email: suginamikurikujou1@yahoo.co.jp
③URLから用紙ダウンロード印刷 URL: <http://www.sugi-chiiki.com/286>
○申込方法
「杉並区区民ロードレース参加申し込み用紙」を下記のいずれかの方法で提出する。
① 郵送 宛先: 〒166-0016 杉並区成田西2-5-15 杉並区陸上競技協会
② Eメール アドレス: suginamikurikujou1@yahoo.co.jp
○参加費用の払込方法
①郵便局から「払込取扱票」(手数料は払込人扱い)にて下記口座に払い込む。
通信欄に必ず氏名・種目・金額を記入すること。
◆口座番号: 00130-2-730697 ◆口座名称: 杉並区陸上競技協会
(3) 申込期間 平成30年11月15日(金)～12月17日(月)(消印有効)

9. 受付 大会当日の受付開始予定時刻は8時15分～スタート時間30分前までとする。
 ナンバーカードとプログラムを配布又ロールコールはスタート位置で10分前に行う。
10. 表彰 各組3位までにメダルと賞状を授与。記録証は完走者全員に記録証交付する。
11. 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。
12. 区市町村対抗駅伝競走大会 H31・3・10(日)予定 メンバー依頼は後日直接連絡させていただきます。

※競技者注意事項

- (1) スタート10分前のロールコールを受けない競技者は参加できない。
- (2) ウォーミングアップを十分におこなうこと。ただし走路は使用できない。
- (3) 左側走行厳守のこと。審判員の指示に従い、事故防止に万全な注意を払うこと。
- (4) 走行中に身体に異常が生じた時は競技を中止し、近くの審判員に連絡すること。
- (5) 競技打ち切りを指示された競技者は直ちに競技を中止し、歩道に上がることを。
- (6) 体の不調や怪我は医務員が応急措置を行い、スポーツ傷害保険の範囲内において対応する。
 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。
- (7) 貴重品、その他私物は自己責任で管理すること。
- (8) 大会記録や写真等は杉並区陸上競技協会の所管とし公開に異議を唱えないこと。

善福寺池周辺コース略図



第74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。

5km (男子) 15~17歳 18~49歳 50~59歳 60~69歳 70歳以上
 (女子) 15~17歳 18~29歳 30~39歳 40~49歳 50~59歳 60歳以上

10km (男子) 15~17歳 18~29歳 30~39歳 40~49歳 50歳以上
 (女子) 15~17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 (西暦)
	女 () 歳	年 月 日
所属	☎(自宅または携帯)	
Ⓜ 住所		
Eメール:		