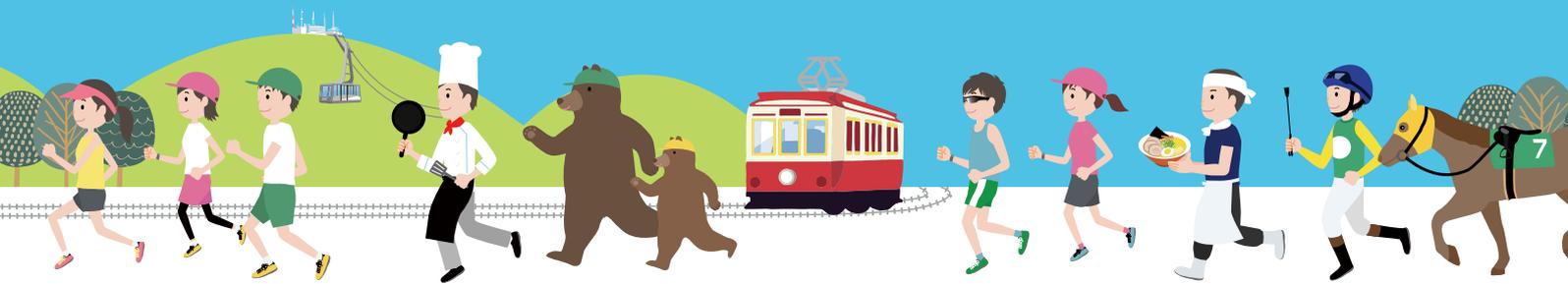


走るたび、このまちが好きになる。



函館の美しい景色と一緒に、北海道の美味しいものが楽しめるフル&ハーフマラソン。

2019 函館マラソン

参加のご案内

このたびは、函館マラソンにご参加いただき、誠にありがとうございます。心から歓迎申し上げます。参加にあたり、あらためて日程等につきまして、ご案内いたしますので、よくお読みいただいたうえで、レースにご参加くださいますよう、よろしくお願い申し上げます。

大会スケジュール

7月6日 大会前日

13:00~20:00 参加記念品等引渡し
【配布場所：函館市千代台公園陸上競技場(会場)正面入口前】

7月7日 大会当日

6:30~8:30 荷物預かり

8:00 選手整列

8:40 開始式

9:00 競技開始

10:00~15:30 参加記念品等引渡し
【配布場所：函館市千代台公園陸上競技場(会場)正面入口前】

10:10 記録証の受渡し【受渡し場所：函館市千代台公園陸上競技場(会場)内】

10:40 ハーフマラソン表彰式

12:30 フルマラソン表彰式

14:40 競技終了

フル&ハーフそれぞれ男女別で
総合第1位~第3位

※全て千代台公園陸上競技場で行う。

2019 函館マラソン

昨年の大会からの主な変更点

「荷物預かり所」を陸上競技場内に開設
します。(P4参照)

フルマラソン完走者に「完走メダル」を
贈呈します。(P13参照)

「おもてなしフェスタ」を野球場周辺
園路で実施します。(P14参照)

※本紙に記載の内容は、一部変更が生じる場合がありますが、
その際は大会ホームページでお知らせいたします。

空港・主要駅から会場へ

大会当日は会場内に駐車場をご用意できませんので、公共交通機関をご利用いただきますようお願いいたします。

函館空港 シャトルバス 約22分 (450円)	新函館北斗駅 (北海道新幹線 終着駅) はこだてライナー 約15~22分 (360円)	
JR函館駅 徒歩 約30分 (2.3km) タクシー 約10分 (1,300円) 市電 約11分「函館駅前」→「千代台」(230円)	市電「五稜郭公園前」 徒歩 約12分 (1km) 市電 約6分「千代台」下車(210円)	市電「湯の川温泉」 市電 約20分「千代台」下車(230円) タクシー 約15分 (1,500円)

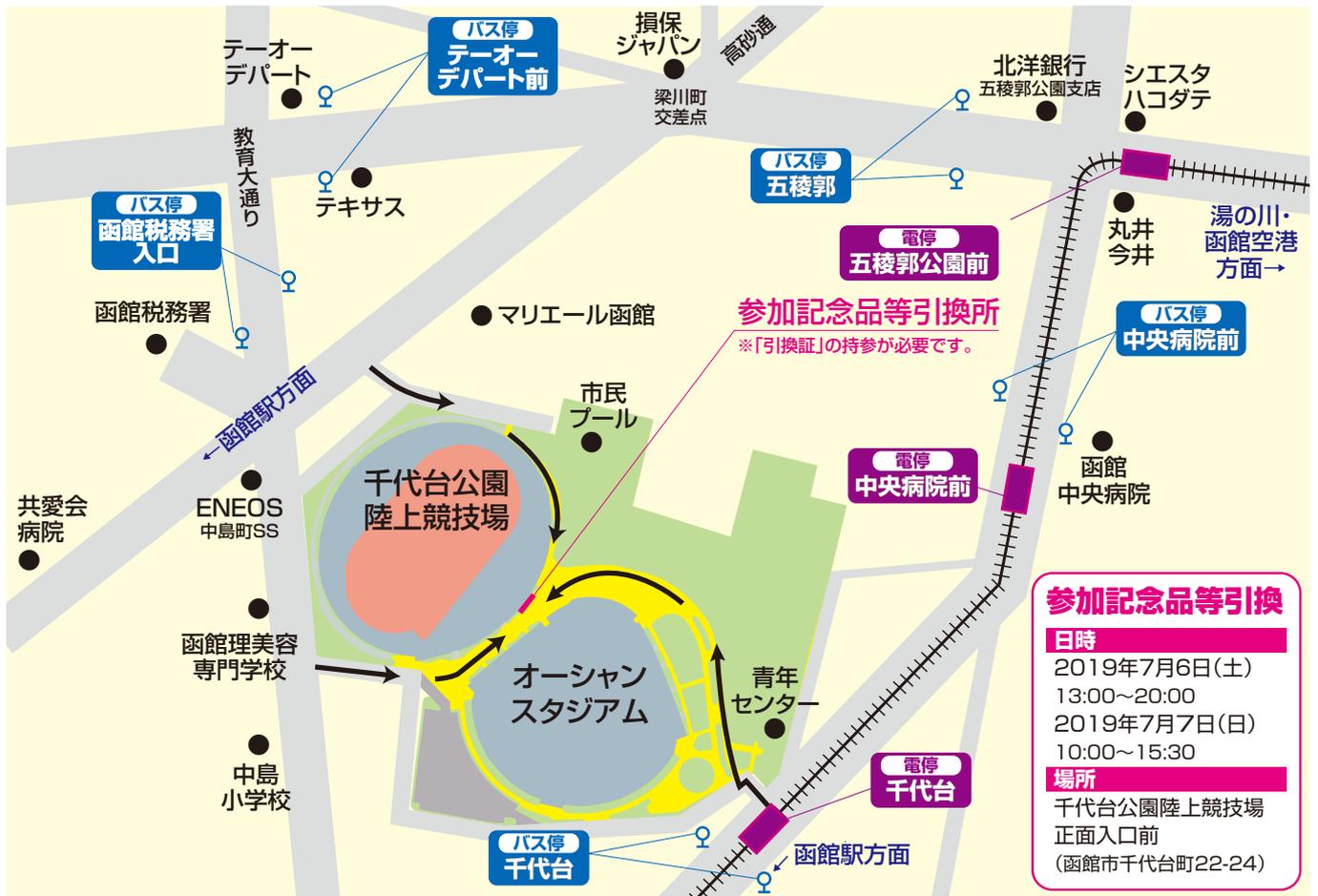
会場(千代台公園陸上競技場)



電車・バス増便運行のお知らせ(大会当日)

市電: 函館駅前電停発~千代台電停行 午前7時~8時20分の間、3~5分間隔で10便程度運行します。

函館バス: 函館駅前ターミナル発~千代台行 午前7時30分~2便増便運行いたします。
(混み合うことが予想されますので、早めに移動されることをお勧めします)



参加記念品等引換

日時
 2019年7月6日(土)
 13:00~20:00
 2019年7月7日(日)
 10:00~15:30

場所
 千代台公園陸上競技場
 正面入口前
 (函館市千代台町22-24)

大会前日 参加記念品等引換

7月6日(土) 13時00分から20時00分まで

場所:陸上競技場正面入口

参加記念品およびプログラムをお渡しします。

同封の「参加記念品等引換証」を持参してください。

※参加受付は実施しません。

※大会当日7月7日(日)競技終了後にも参加記念品等の受け取りは可能です。(P7参照)

参加記念品

ランニングキャップ

北海道179市町村サイコロキャラメル(道南食品株式会社提供)



大会前日 函館マラソンスポンサーブース

7月6日(土) 13時00分から18時00分まで

大会関連グッズ等の販売を実施します。

※ランナー限定の振る舞いは、大会当日のみ実施します。(P14参照)



◎ 2019 函館マラソン参加に向けて

マラソンに取り組む市民ランナーが、レース中に心肺停止などを起こさず、安全に楽しく完走できることを支援するため、ランナー自身が自己責任のもとにどのような健康管理をおこなうか、どのようにトレーニングをおこなうか、レース当日にどのように注意すべきかについて、(公財)日本陸上競技連盟医事委員会などが「安全10か条」をまとめています。

参加ランナーの皆さんは、各項目の主旨を十分理解のうえ、別紙「健康・医療に関する諸注意」の参加前健康チェックリストおよびスタート前チェックリストを活用して、大会に臨まれるようお願いします。

マラソンに取り組む市民ランナーの安全10か条

1. 普段から十分な栄養と睡眠をとりましょう。	6. 気温、湿度に適したウェアの着用と、適切な水分補給をしましょう。
2. 喫煙習慣をやめましょう。	7. 胸部不快感、胸痛、冷や汗、フラツキなどがあれば、すぐに走るのを中断しましょう。
3. メディカルチェックを毎年受けましょう。	8. 足、膝、腰などに痛みがあれば、早めに対応しましょう。
4. 生活習慣病がある方は、かかりつけ医とよく相談しましょう。	9. 完走する見通しや体調に不安があれば、やめる勇気を持ちましょう。
5. 計画的なトレーニングをしましょう。	10. 心肺蘇生法を身につけましょう。

◎ 2019 函館マラソンの気象条件

北海道は、夏場は冷涼な過ごしやすい地域として知られておりますが、函館マラソンを開催する7月はじめ頃は、気温で25℃に達する可能性が十分にあり、まれにはありますが、30℃にせまることもある時期です。

ランナーの皆さんは、「夏場の過酷なマラソン」になり得るとの認識のもと、十分な備えをして、レース中は、こまめかつ適切な量の水分補給につとめてください。

【函館における過去5年間の気象状況(7/1~7)】

年	温度(℃)		湿度(%)		風速(m/s)	
	平均	最高	平均	最高	平均	最高
2018	22.0	28.0	90		3.7	
2017	24.2	27.2	85		2.4	
2016	22.5	26.9	81		4.2	
2015	22.3	25.2	81		3.0	
2014	23.3	25.9	82		2.7	



スタート前注意事項

ナンバーカード

ナンバーカード(ランナーズチップ付)は切ったり、折り曲げたりしないで、そのままの大きさを、ユニフォームの胸と背に高めにしっかりと止めてください。腰や腹部に付けることは禁止します。

※ランナーズチップを取り外して出走した場合は、記録が計測されません。

※ランナーズチップはフィニッシュ後に「記録証発行所」で返却してください。

スペシャルドリンク等の提出

本大会は各競技者からのスペシャルドリンク等は受け付けません。

服装について

走ることに適した服装とします。ただし、顔全体を覆ったり、他のランナーや応援者を不快にさせたり、危険がおよぶなどスポーツイベントにふさわしくない服装等での参加は認めません。また、その他、法令や公序良俗に反するなど、主催者がこれに該当すると判断した場合は、大会への参加を認めず、レース開始後であっても競技中止を命じるのでその指示に従ってください。なお、これに対する異議は一切認めないので、良識をもって大会に参加してください。

更衣室

陸上競技場内(P6~7参照)および市民プールに男女別に設けます。

荷物預かり 受付時間 6時30分~8時30分

会場内(雨天走路)に荷物預かり所がございます。ナンバーカードとともにお送りする専用荷物袋(70cm×50cm)に入る範囲の荷物を無料でお預かりいたします。なおその際、貴重品はお預かりできませんので予めご了承ください。また、大型のスーツケースなど、専用荷物袋の大きさを超えるお荷物などについては、別途有料(500円)でのお預かりも承ります。

選手整列 8時00分

係員の指示に従い各ブロック別のスタート順に並んでください。

スタート順

- ①ハーフマラソンは、9時00分にスタート。1列目より招待および実業団・学連登録の部の選手、その後方に日本陸連登録の部の選手、次に一般の部の選手は予想タイムの順でナンバーカードに付与されているA→B→C→D→E→F→Gのブロック別(プラカード)の順に出発係の指示により整列してください。
- ②フルマラソンは、9時10分にスタート。ハーフマラソンの後に1列目より招待および実業団・学連登録の部の選手、その後方に日本陸連登録の部の選手、次に一般の部の選手は予想タイムの順でナンバーカードに付与されているA→B→C→D→E→F→Gのブロック別(プラカード)の順に出発係の指示により整列してください。

※ハーフマラソン・フルマラソンともに9時00分時点で整列していない選手は、各種目の最後尾(Gブロック)からのスタートとなります。

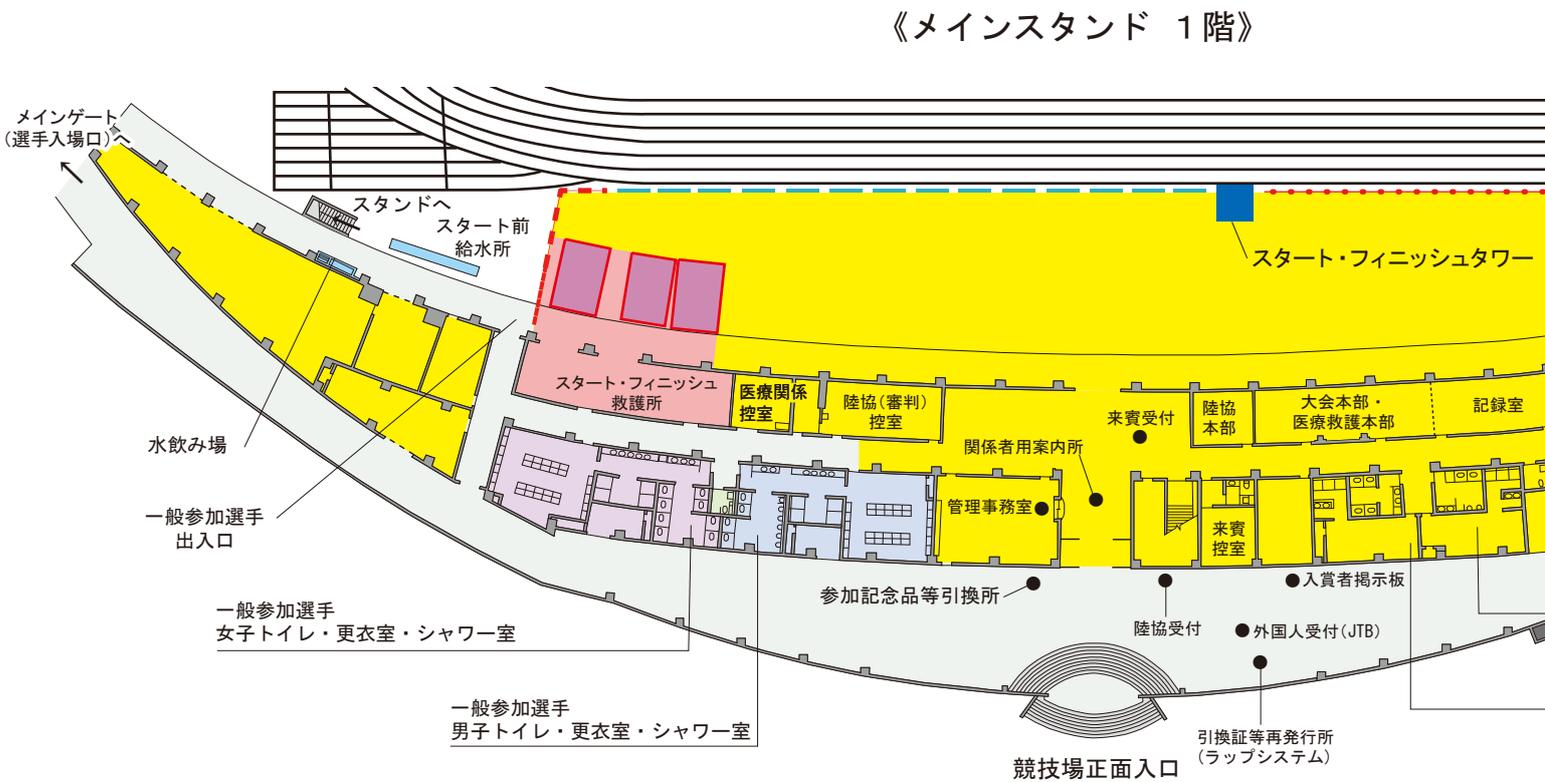
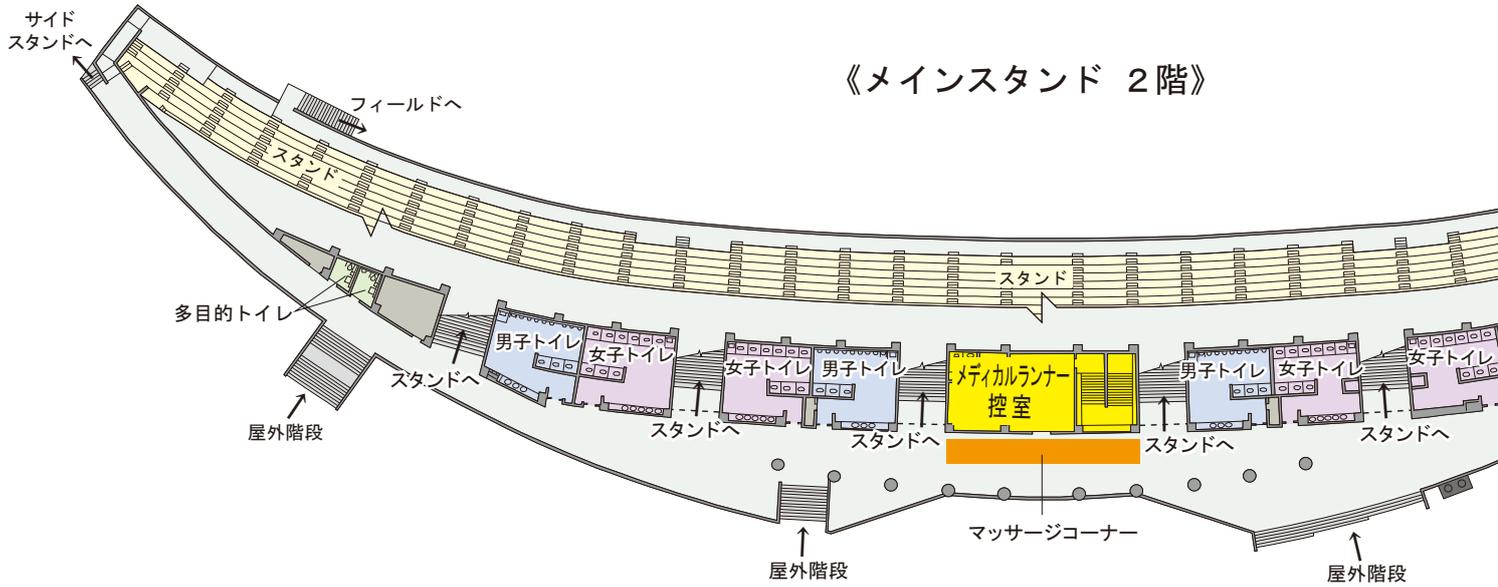
開始式 8時40分

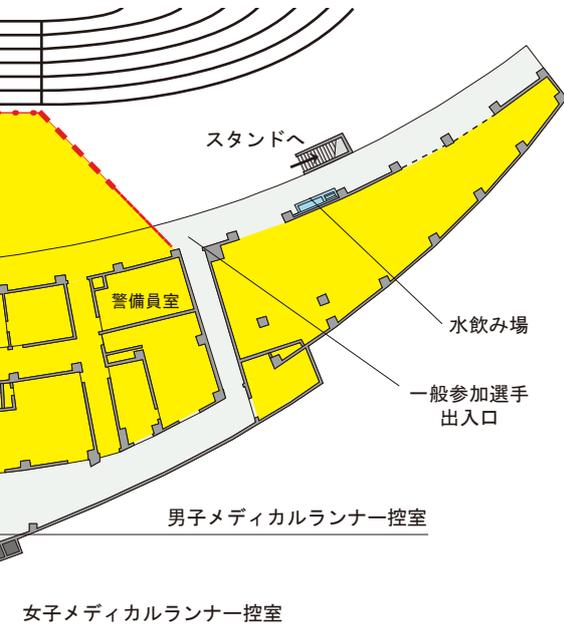
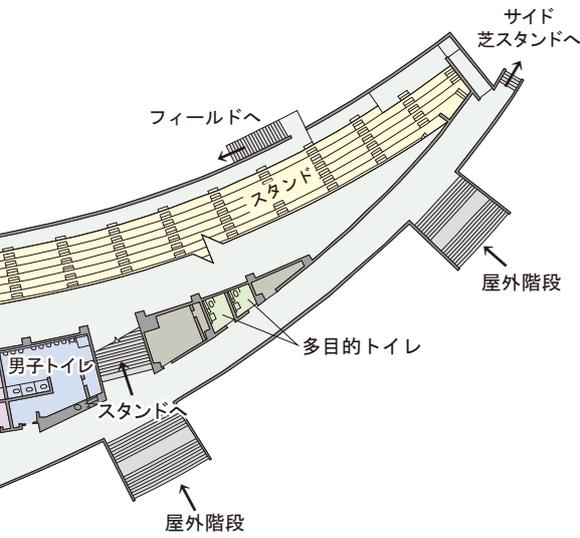
・主催者挨拶 大会長 函館市長 工藤 壽樹

スタート ハーフマラソン 9時00分 フルマラソン 9時10分

メインスタンド前のスタートラインに設置の計測マットの上を通過することをもって最終点呼・出場確認とします。

競技場内図





関係者以外立入禁止スペース
※救護所を利用する場合を除きます

大会スタッフ

会場およびコース上には約3,500名のスタッフが運営にあたっています。



ボランティア



競技役員・補助員



救護スタッフ



運営スタッフ

参加記念品等引換

7月7日(日) 10時00分から15時30分

参加記念品およびプログラムをお渡しします。

同封の「参加記念品等引換証」を持参してください。

場所:陸上競技場正面入口前

※レース終了後の受け取りとなりますのでご注意ください。

(大会前日に引き換えをお済ませいただくことをおすすめします/P3参照)

※参加受付は実施しません。

大会当日は
Enemoti(恵根餅)
を持参しよう!

同封の「Enemoti(恵根餅)」は、スタートの30~60分前に摂取するのがオススメです。

2019 函館マラソンコース図 (日本陸上競技連盟公認コース、)

本大会は日本陸上競技連盟競技規則ならびに本大会実施要項および競技注意事項により 7月7日(日) ハーフマラソンは午前9時00分、フルマラソンは午前9時10分に函館市千代台公園陸上競技場をスタートし、ハーフマラソンは2回の折返し、フルは5回の折返しを経て、再び陸上競技場に戻りフィニッシュとするコースで行います。



- ・フルマラソンとハーフマラソンの共用コースは、折返しや合流をスムーズに行うため、**フルマラソンは左側走行、ハーフマラソンは右側走行するように配慮をお願いします。**
- ・道路の片側のみ交通規制をしている箇所は、車の往来に十分注意し走行してください。

☆P10の「競技注意事項」もよくお読みください。
 ☆「救護所」の詳細はP11をご覧ください。



1 距離の表示

フル・ハーフともに 1km ごとに地点を表示します。

2 コース上のトイレ

公衆トイレおよび仮設トイレの場所には、「トイレ」と表示します。(トイレの場所は P8~9 参照)

※コース上のトイレ看板には次のトイレまでの距離も表示します。ただし、表示距離はフルマラソンを基準としています。

3 通信機器の携帯

災害や緊急時などに対応するため、携帯電話等の通信が可能な物を携帯してもよいこととします。

4 ペースランナー

フルマラソンはペースランナー (3.5 時間、4 時間、4.5 時間、5 時間) を配置します。

ペースランナーは目印として
風船をつけて走ります。

5 コース走行上の注意

- (1) フルとハーフの共用コースは、折返しや合流をスムーズに行うため、フルは左側走行、ハーフは右側走行するように配慮してください。
- (2) フルとハーフの共用コースのうち、第6、7、8エイドステーションでは、ランナー交錯対策として、フル先頭ランナーから概ね30分間、各エイドステーションの後方にフルマラソンランナー専用のエイドステーションを設けておりますのでご利用ください。
- (3) 片側のみ交通規制をしている箇所は、車の往来に十分注意し走行してください。
- (4) 路面電車軌道敷内は走行しないでください。
- (5) 火災などによる緊急車両の通過や交通事情により、走者を一時止める場合があるので、交通規制関係者や競技役員の指示に従ってください。

6 関門およびフィニッシュ時間

(1) 下記の時間により関門を閉鎖し、以後到着した競技者のレース続行は認めません。

スタート	第1関門	第2関門	第3関門	第4関門	第5関門	第6関門	第7関門	第8関門	第9関門	フィニッシュ
開始時刻 ハーフ 9:00 フル 9:10	ハーフ 5km フル 5:54	ハーフ 8.3km フル 10:19	フル 13.7km フル 11:00	ハーフ 10km フル 19.3km フル 11:40	ハーフ 15km フル 24.3km フル 12:18	ハーフ 19.1km フル 29.4km フル 12:56	フル 33.5km フル 13:28	フル 37.3km フル 13:58	フル 39.9km フル 14:21	ハーフ 21.0975km フル 42.195km フル 14:40

(2) 関門の閉鎖時刻を過ぎた競技者およびレースの中止を命ぜられた競技者は、コースから出て選手収容車に乗車してください。

7 記録測定について

- (1) ランナーズチップにて計測するため、ランナーズチップをつけずに走ったり、途中で紛失した競技者は失格となり、記録証を受け取ることができません。
- (2) 5kmごとに通過タイムを計測し、記録証に印字します。
※記録証には、グロス(号砲からの所要時間)のフィニッシュタイムと5km毎の通過タイムを記載するとともに、参考記録としてネット(スタートライン通過からの所要時間)のフィニッシュタイムを印字します。
- (3) スタート、フィニッシュおよび各5km地点の計測マットの上を通過しなければ、記録証に記録が表示されません。
- (4) 計測マットをひとつでも通過しなかった場合は、失格とします。

8 関門以外でのレース中止について

- (1) 上記各関門以外でも、**最終制限ランナーから遅れた競技者**、故意による低速およびふらつき走行、歩行、立ち止まり等の競技者には、大会運営に支障があると判断し、競技役員がレースの中止を命じるのでその指示に従ってください。
- (2) 医師、審判長、および競技役員からレースの中止を命ぜられた場合は、直ちにしてください。
- (3) レース中、身体の異常をきたして走ることが困難となった場合は、最寄りの係員に連絡し、指示を受けてください。また、近くを走行するメディカルランナー(ピンク色のナンバーカードを装着)のアドバイスを受けるなど、未然の事故防止に努めてください。
- (4) 突発的な事故により、競技役員が以降の競技続行が困難であると判断した場合(当該競技者の意思確認が不能の場合も含む)にはその時点で直ちに救護するのでご承知おきください。
- (5) 14時40分の時点で、コース上を走行している競技者は、レースを中止しなければなりません。
なお、14時40分になった時点で陸上競技場のゲートを閉鎖します。

9 フィニッシュ

- (1) メインスタンド前をフィニッシュ地点とします。
- (2) 制限時間内にフィニッシュした選手に、オリジナルフィニッシャーズタオルを贈呈します。また、フルマラソンは完走メダルも贈呈します。

◎ 2019 函館マラソンの医療・救護体制

地域の協力により、ランナーの皆さんをお迎えする充実した医療・救護体制を整えました。

函館マラソンは、安全・安心のマラソンを目指します。

- 6箇所のコース上救護所を設置します。
- スタート・フィニッシュ地点となる陸上競技場内に救護所を設置します (P4 参照)。
- 2007年から実施しているメディカルバイク隊 (AEDを携行した自転車隊) のほか、1km間隔でAEDを配置しています。
- 約70名のメディカルランナーがランナーの皆さんと走り、アドバイスや万が一の救護にあたります。
- 地域の医師会および消防のご協力により、医療機関の搬送・受入体制を整えました。



医療・救護お問い合わせ

[大会当日 医療・救護本部] 0138-56-6421

- ※ 体調不良者に関するお問合せ (搬送先医療機関など) の窓口です。
- ※ 大会中は電話が大変混み合うことが予想されますのでご注意ください

★ ランナーの皆さんへ ★

救護所やコース上には、医師、看護師、理学療法士、柔道整復師、救急救命士を含む消防職員など、約350名の多様な医療・救護スタッフが協力し、皆さんとともに「安全・安心のマラソン大会」に向けて取り組んでいます。

レース前・レース途中で体調が悪くなった方は、無理をすることなく、勇気をもってリタイアを決断していただくほか、医療・救護スタッフの指示に従ってください。



完走賞

完走したランナーに「フィニッシャーズタオル」および「完走メダル(※フルマラソンのみ)」を贈呈します。

▼フィニッシャーズタオル



▼完走メダル(フルマラソンの部完走者にのみ贈呈)



表彰

①フル・ハーフそれぞれ男女別で、総合1位から3位までを陸上競技場内メインスタンド前で表彰します。

【ハーフマラソン表彰式】 10時40分～

【フルマラソン表彰式】 12時30分～

②陸連登録の部および一般の部については、両種目それぞれ男女各年代別に、1位から3位まで表彰します。また、招待および実業団・学連登録の部は、両種目それぞれ年代問わず男女別に、1位から3位まで表彰します。

※当日表彰式は行わず、賞状およびメダルについては、すべての順位が確定後、後日、自宅等に送付します。

函館マラソンおもてなしフェスタ

7月7日(日) ふるまいブース 10時30分から15時30分
スポンサーブース 10時00分から15時30分
(早朝からオープンしているブースもあります)

ランナー限定の「ふるまい」ブースと、スポンサー企業による物販・企画ブースを展開します。詳しくはP14をご覧ください。

※一部のスポンサーブースは7月6日(土)にも実施します。(P3参照)

おもてなしフェスタ(supported by SEC)

HAKODATE MARATHON 2019

今年の「おもてなしフェスタ」会場は、株式会社エスイーシーの皆様に運営のご協力をいただきます。



◆ランナー限定「ふるまい」ブース (10:30~15:30)

えらべる振る舞い 下記メニューのうちお好きな1品を選択してください。

ブース	提供メニュー	提供時間
①	じゃがバター塩辛添え※1&ソーセージ2本	(1)10:30~ (2)13:00~※2
②	ジャンボおにぎり※1&ソーセージ2本	10:30~
③	イカめし	(1)10:30~ (2)13:00~※2

※1 ①の「じゃがバター」、②の「おにぎり」はなくなり次第、ソーセージ3本の提供に切り替えさせていただきます。 ※2 各時間より一定数を提供

もれなく振る舞い

ランナー全員に各メニュー1杯ずつご提供。

ブース	提供メニュー	提供時間
A	がごめ汁(みそ汁)	10:30~
B	函館牛乳	

会場から空港・主要駅へ

大会開催中は、全市で交通規制中のため、道路は混雑し、市電・バスの運休や遅延が発生いたします。お帰りの際は、移動に時間を要することを考慮して、計画を立てることをお勧めします。 ※下記に示した時間は、あくまでも目安とお考えください。

会場(千代台公園陸上競技場)

徒歩 約30分 (約2.3km) タクシー 約15分 (約1,500円) バス(市電代替) 約30分 (無料) 路線バス 約25分 (240円)	シャトルバス 約20分 (無料)	タクシー 約30分 (約2,000円) 路線バス 約40分 (260円) ※バス停「五稜郭」から乗車
JR函館駅 はこだてライナー 約19~22分 (360円)	JRA函館競馬場	函館空港

電車試験運行のお知らせ

市電は、8時30分から12時15分までの間、函館駅前～五稜郭公園前を運休します。なお、12時15分頃から同区間の運行を再開しますが、13時頃まではレース中のコースを横断することから、到着には時間がかかることが予想されますので、ご了承のうえご利用ください。

市電・バスの運行概要(帰路)



大会記録掲載

大会記録は下記ホームページからご確認ください。(記録集は発行しておりません。)
<掲載ページ><http://www.lap.co.jp>(7月10日までに掲載予定)

ランナーステップの返却

ランナーステップは、フィニッシュ後に「記録証発行所」で返却してください。
※大会に参加できなくなってしまった方は、同封の返却用封筒にチップを入れて7月12日(消印有効)までに返送いただくか、大会前日または当日に会場へ持参してください。
※チップを紛失してしまった場合は、後日実費(2,000円)を請求させていただく場合があります。

忘れ物のお問合せ

会場内での忘れ物については、陸上競技場正面入口の「関係者用案内所」スタッフにお問い合わせください。
大会翌日以降は、陸上競技場管理事務室(TEL0138-55-1900)にお問合せください。

RUN as ONE - Tokyo Marathon 2020(準エリート)の推薦について

函館マラソンは、RUN as ONE - Tokyo Marathon 2020(準エリート)の提携大会となっており、北海道陸上競技協会登録者で基準タイムをクリアした上位最大50名を、東京マラソン2020に準エリートとして推薦いたします。
※該当者には10月頃までに電話連絡で通知します。

大会終了後の
お楽しみ!!

「ゴール後にビールが飲める店情報」・
「ゴール後に入浴が楽しめる日帰り温泉・銭湯情報」

ランの後のお楽しみ! 当日のお役立ち情報はこちら(ビールが飲める店・日帰り温泉など)

PC・スマホ <https://hakodate-marathon.jp/news/useful-info2019/>



Marathon
Challenge
Cup 2019-2020

函館マラソンはMCC参加大会です。

MCC(マラソンチャレンジカップ)は「フルマラソンに挑戦するすべてのランナー」を応援するプロジェクトです。参加大会を完走された方には以下の特典があります。

- ① 「自己ベスト達成者」「初フルマラソン完走者」「男子サブ3(3時間以内)」「女子サブ3.5(3時間30分以内)」達成者に「特別記録証」を贈呈
- ② 大会記録を更新して優勝した選手(男女)に最高100万円の賞金を授与【当大会記録】男子:2時間18分27秒、女子:2時間46分37秒

※詳しくは、MCC公式HPをご覧ください。 <http://www.marathon-cc.com>

WEBサービス

ご家族やご友人の応援、そしてご自身のレースの振り返りなどを確認できる!



5km毎の通過タイムとフィニッシュタイムの速報をWEBサイトからご確認くださいませ。

PC・スマホ

<http://update.runnet.jp/2019hakodate>

携帯

http://update.runnet.jp/m_2019hakodate



PC・スマホ用
QRコード



携帯サイト用
QRコード



ランナーの現在地は? ((📍))
応援navi

応援naviは、ランニング大会の計測データからランナーの位置情報を予測し、地図上に表示したり、応援メッセージを送ったりできます。

応援したいランナーのナンバーか氏名を入力し応援したいランナーを追加すると、予測位置情報が地図上で確認できます。PC版(ブラウザ)でのご利用の場合は10人まで、アプリ版(スマホ・タブレット)をご利用の場合は20人まで、ランナーを同時に表示することが可能です。

★ 荒天等による中止の場合 ★

荒天等により中止をする場合は、決定後、速やかに大会公式ホームページでお知らせいたします。
大会ホームページは「函館マラソン」で検索してください。
なお、電話の場合は、大会本部 TEL0138-56-6410(大会当日のみ開設)にお問い合わせください。

大会に関するお問い合わせ

函館マラソン大会実行委員会事務局 TEL 0138-21-3576

〒040-0036 函館市東雲町4番13号 函館市教育委員会スポーツ振興課内

(電話対応時間:平日9:00~17:00)

大会の最新情報を
チェック!

公式ホームページ <https://hakodate-marathon.jp/>

公式Facebook <https://www.facebook.com/hakodate.marathon/>

函館マラソン



検索