

北九州一中津ウォーキング大会2017

# 大会当日注意事項

## 10/14(土)

### 注意事項

この参加要綱には、参加に当たっての大切な約束事やお知らせが書かれています。

団体行事のため、スムーズな運営とトラブル防止のため、十分にご理解をいただいた上でご参加ください。



くろかんくん



ていたん  
©ていたん,北九州市

北九州一中津ウォーキング大会実行委員会

## 大会当日までの注意

- ・ 振込み半券、または振込み伝票は大会当日必要ですので、大切に保管してください。

## 参加辞退・大会中止の連絡

- ・ 参加辞退の連絡は、必要ありません。
- ・ 台風等接近時は前日の18時までに大会HPで開催・中止をお知らせします。

## スタートまでの流れ

### 50kmコース

6:30～	7:20	当日受付・手荷物受付
7:20～	7:30	出発式
7:30		スタート
スタート場所		中津市役所 中央公園グラウンド

### 20kmコース

9:00～	9:45	当日受付
9:45～	10:00	出発式
10:00		スタート
スタート場所		苅田町役場 駐車場

### 10kmコース

12:00～	12:45	当日受付
12:45～	13:00	出発式
13:00		スタート
スタート場所		下曽根駅南口 (株)アステム駐車場

## 当日受付手順について

- ・ 受付では、振込み半券、または振込み伝票をご提示ください。
- ・ 事前受付をされていない方は、当日受付窓口で受付を行ってください。(当日参加料は事前参加料+500円)
- ・ 受付で、ゼッケン、コースマップ、記念品、当日の注意等をお渡し致します。

## 手荷物の預かりの注意事項について

手荷物の預かりは**50kmコースのみ**。

受取は14時～20時。無料

- ・ 預けられる荷物は1つだけ。事前申し込みは不要です。いったん預けたらゴールまで取り出し出来ません。
- ・ 預けられる手荷物は3kg以下で、貴重品はお預かり致しません。
- ・ 手荷物をお預けになられた際に、番号を書いた半券をお渡しします。手荷物受け取り時の照会に必要ですので、紛失されないようにお気をつけください。
- ・ ゴールで手荷物を受け取れない方は、後日着払いで代表者に宅配します。

## 基準制限時間について

- ・ 最終チェックポイント(40km地点・ビッグウッド曾根店)に**17:00**までに到着できない方は失格となります。
- ・ コースマップに通過の目安時間を記載しています。参考にしてください。

## 大会規約(歩行中の注意:違反者は失格となります。)

- ・ 体調異変や事故、後遺症など、全て自己責任でお願いします。
- ・ 信号を守ってください。青の点滅信号は停止し、途中の場合は戻るか速やかに渡ってください。
- ・ 歩道を歩いてください。また、歩道がない道や歩道が狭い所は横並び歩き・車道歩き・車道横断や斜め横断を禁止します。(声かけ追い越し推奨)
- ・ 夜間は、前照灯(各自必携・不所持者は失格)を携帯してください。
- ・ **私設サポート車はスタートとゴール以外禁止です。**
- ・ 歩きスマホ禁止。

◆**注意(イヤホン使用自粛。居眠りウオーク注意)**

## トラブル防止

- ・ 走ること、ジョグ歩を禁止します。
- ・ 出入口、交差点、歩道では、車や一般歩行者を優先してください。
- ・ コンビニ等で、駐車枠内・車止めでの休憩を禁止します。
- ・ ポイ捨て禁止。途中のごみ箱が満杯の時はチェックポイントまで持ち歩いてください。
- ・ 匂う消炎スプレー、歩きタバコを禁止します。
- ・ ストック(ノルディックポール)は使用禁止とします。
- ・ 手持ちランプの灯りは前後に振らないでください。
- ・ 鈴など音の出るものはつけないでください。



## その他

### 保険について

- ・ 開催中の傷害事故やケガについて、大会に加入する保険から見舞金等が支給される場合があります。ご相談ください。
- ・ 脱水症などの体調異変や各部位の痛み等は保険の対象外です。自己の責任で体調を管理してください。
- ・ 宿泊について、本大会では宿泊の斡旋はしておりません、各自で予約をお願いします。

### 脱水症／熱中症の注意について

- ・ 食欲が無い、吐き気、脱力感、けいれん、めまい、頭痛等は脱水症・熱中症の可能性があります。
- ・ オーバーペースは脱水症・熱中症に罹りやすくなります。塩分等のミネラルを摂らずに水だけを取りすぎると水中毒になります。
- ・ 予防には、スポーツ飲料等をのどが渇く前から小分けして飲むことや、梅干や黒砂糖なども効果があるとされています。
- ・ 熱中症かなと感じたときは、涼しい場所で横になり、身体を冷やし、水分・塩分を摂ってください。

ひどい場合は棄権をしてください。

## 参加費の返還について

参加費の返還については原則致しません。

## 転倒注意

前照灯は十分に明るいものをご用意ください。電池切れに注意。手に持つものでなく頭や体につけるものを。

※交差点や点滅信号では必ず左右を確認し、無理のない安全歩行をお願いします。また立哨者(誘導者)の誘導・指示はお守りください。

## 参加資格

(違反した場合は失格となります。再度ご確認ください。)

- ①小学生以下の場合は保護者同伴であること。
- ②持病のある方、薬を服用の方は必ず医師の許可を得ること。
- ③大会規約、及び各種注意事項を遵守すること。

## 大会当日の電話

(当日以外は電話しないで下さい。)

**大会本部 ☎080-8378-0300**