



大会スケジュール

6/11 SAT	<ul style="list-style-type: none"> ●14:00~18:30 前日受付(全種目) 場所:ラポールゆや ●17:00~18:30 開会式・交流会 場所:ラポールゆや
6/12 SUN	<ul style="list-style-type: none"> ●当日受付 場所:ラポールゆや ※メイン会場周辺図参照 ●4:30~5:30 ダブルフルマラソンの部 ●6:00~7:30 シングルフルマラソンの部 ●7:30~8:30 棚田ウォークの部

スタート時間 場所:油谷総合運動公園 ※メイン会場周辺図参照

6:00 ダブルフルマラソンの部	8:30 シングルフルマラソンの部	9:00 棚田ウォークの部
----------------------------	-----------------------------	-------------------------

受付

6/11 SAT	<ul style="list-style-type: none"> 前日受付 全種目 14:00~18:30
6/12 SUN	<ul style="list-style-type: none"> 当日受付 ダブルフルマラソンの部 4:30~5:30 シングルフルマラソンの部 6:00~7:30 棚田ウォークの部 7:30~8:30

■受付場所 ラポールゆや

エイド・給水ポイント

■エイドポイント(給食+給水)

- ダブルフルマラソンコース …… 8ヶ所
- シングルフルマラソンコース … 4ヶ所
- 棚田ウォークコース …… 3ヶ所

■給水ポイント(給水のみ)

- ダブルフルマラソンコース …… 16ヶ所
- シングルフルマラソンコース … 8ヶ所
- 棚田ウォークコース …… 6ヶ所

エイド・給水ポイント及びトイレ、休憩場所の提供をおこなっております。エイドポイントの内容や、給水ポイント、トイレの場所は裏面地図の記載のとおりです。

※エイド提供品は参加者全てにいきわたるよう準備していますが、数に限りのあるものもありますので、エイドスタッフの指示に従ってください。また、トイレについては、混雑することが予想されますので協力ください。

関門について

[大会運営上、以下のとおり関門を設置します。]

	関門①(エイド③)	関門②	関門③(エイド⑤)	関門④(エイド⑥)	関門⑤(エイド⑦)	関門⑥(エイド⑧)	ゴール
ダブルフルマラソン	距離 33.6km 関門時間(経過時間) 11:10(5時間10分)	40.9km 12:10(6時間10分)	47.3km -	54.2km 14:15(8時間15分)	65.0km 16:00(10時間)	76.1km 17:40(11時間40分)	84.4km 19:00(13時間)
シングルフルマラソン	距離 - 関門時間(経過時間) -	9.9km 10:20(1時間50分)	16.3km -	23.2km 12:50(4時間20分)	34.0km 14:50(6時間20分)	エイド等は通りません	42.2km 16:30(8時間)
棚田ウォーク	距離 - 関門時間(経過時間) -	9.2km 12:10(3時間10分)	15.6km 14:20(5時間20分)	エイド等は通りません	22.4km 16:30(7時間30分)	エイド等は通りません	30.2km 19:00(10時間)

※本大会は長距離・長時間に及び、その運営は地域沿線住民、一般ボランティア等多くの皆様に支えられています。よって、関門を設置しており、制限時間内に関門を通過できない場合は競技を中止していただきます。また、本大会が想定した速度より極端に遅いペースであり、主催者が運営に支障があると判断した場合、警告の対象となり、**従わない場合は失格**となる場合があります。

最終コール

全種目、スタート時ゲート通過を最終コールに代えますので、特に手続きは不要ですが、**ゲートを通さずにスタートした場合は失格とします。**



市内輸送無料シャトルバス

長門市駅南口 シャトルバス 乗り場

長門市駅南口 シャトルバス 乗り場

セントラルホテル

明屋書店

コスモ石油 auショップ

至下関 191 至萩

6/11 SAT	<ul style="list-style-type: none"> 行き 長門市駅南口発 ⇒ ラポールゆや着 14:10より約20分間隔で運行しています。(最終18:10発) 帰り ラポールゆや ⇒ 長門市駅南口 湯本温泉を経由する便もあります 14:30より約20分間隔で運行しています。(最終18:40発)
6/12 SUN	<ul style="list-style-type: none"> 行き 長門市駅南口発 ⇒ ラポールゆや ⇒ 油谷総合運動公園 4:00 ⇒ 4:30 ⇒ 4:40 5:40 ⇒ 6:00 ⇒ 6:10 7:00 ⇒ 8:00 ⇒ 8:10 8:00 ⇒ 8:20 ⇒ 8:30

油谷総合運動公園 ⇒ ラポールゆや ⇒ 湯本温泉 ⇒ 長門市駅南口 ⇒ 湯本温泉

12:30より約1時間間隔で運行しています。(最終20:00発)

※すべての便が上記場所に止まるわけではありません。詳細は事前に送付した「無料シャトルバスのご案内」を参考にしてください。

湯本温泉シャトルバス乗り場

湯本温泉 シャトルバス乗り場

湯本温泉入口 (サンデン交通)

湯本観光ホテル 西京

山科別荘

利重旅館

六角堂

大谷山荘

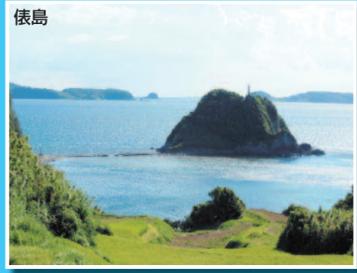
至美祿 316 34 湯本

6/11 SAT	<ul style="list-style-type: none"> 行き 湯本温泉駅発 ⇒ ラポールゆや着 14:00より約20分間隔で運行しています。(最終18:00発) 帰り ラポールゆや ⇒ 湯本温泉行 ※長門市駅を経由する便もあります 14:30より約20分間隔で運行しています。(最終18:40発)
6/12 SUN	<ul style="list-style-type: none"> 行き 湯本温泉発 長門湯本駅発 ラポールゆや 油谷総合運動公園 4:00 ⇒ - ⇒ 4:30 ⇒ 4:40 5:30 ⇒ - ⇒ 6:00 ⇒ 6:10 7:25 ⇒ 7:30 ⇒ 8:00 ⇒ 8:10

油谷総合運動公園 ⇒ ラポールゆや ⇒ 湯本温泉 ⇒ 長門市駅南口 ⇒ 湯本温泉

12:30より約1時間間隔で運行しています。(最終20:00発)

※すべての便が上記場所に止まるわけではありません。詳細は事前に送付した「無料シャトルバスのご案内」を参考にしてください。



エイド2 W
大浦エイド
エイドポイント情報
距離 **ダブルフル** 22.4km
フード情報
オリジナルフード・バナナ・チョコ
・猿まんじゅう
・フルーツサイダー
・塩分タブレット
・飴・塩飴・梅干し
・ブドウ糖タブレット

エイド3 W
川尻エイド
エイドポイント情報
距離 **ダブルフル** 33.6km
関門1 関門時間
ダブルフル **11:10**
(経過時間 5時間 10分)
フード情報
・バナナ・オレンジ・チョコ
・塩分タブレット・飴・塩飴
・梅干し・パン・ブドウ糖タブレット

エイド7 WS 棚
宇津賀エイド
エイドポイント情報
距離 **ダブルフル** 65.0km
シングルフル 34.0km
棚田ウォーク 22.4km
関門6 関門時間
ダブルフル **16:00**
(経過時間 10時間)
シングルフル **14:50**
(経過時間 6時間 20分)
棚田ウォーク **16:30**
(経過時間 7時間 30分)
フード情報
オリジナルフード・バナナ
・イチゴ
・オレンジ・チョコ
・ゆずきざせり
・プチトマト
・キュウリ
・ハーブティー
・バナナ
・オレンジ・チョコ
・塩分タブレット
・飴・塩飴
・梅干し・パン
・ブドウ糖タブレット

エイド4 WS 棚
立石エイド
エイドポイント情報
距離 **ダブルフル** 39.1km
シングルフル 8.1km
棚田ウォーク 7.4km
フード情報
オリジナルフード・バナナ・オレンジ
・猿まんじゅう
・チョコ・飴・パン
・チーズころん
・塩分タブレット
・ちりめん・梅干し
・ブドウ糖タブレット

関門2 関門時間
ダブルフル **40:9km**
(経過時間 6時間 10分)
シングルフル **9.9km**
関門時間 **10:20**
(経過時間 1時間 50分)
棚田ウォーク **9.2km**
関門時間 **12:10**
(経過時間 3時間 10分)

エイド5 WS 棚
千畳敷
エイドポイント情報
距離 **ダブルフル** 47.3km
シングルフル 16.3km
棚田ウォーク 15.6km
関門3 関門時間
棚田ウォーク **14:20**
(経過時間 5時間 20分)
フード情報
オリジナルフード・バナナ・チョコ
・カレー
・フルーツサイダー
・豚むすび
・もずくスープ
・バナナ・チョコ
・フルーツサイダー
・塩分タブレット
・飴・梅干し・塩飴
・ブドウ糖タブレット

エイド6 WS 棚
矢ヶ浦エイド
エイドポイント情報
距離 **ダブルフル** 54.2km
シングルフル 23.2km
関門4 関門時間
ダブルフル **14:15**
(経過時間 8時間 15分)
シングルフル **12:50**
(経過時間 4時間 20分)
フード情報
オリジナルフード・バナナ・チョコ
・うどん
・チーズころん
・フルーツサイダー
・塩分タブレット
・飴・ちりめん
・ブドウ糖タブレット
・梅干し

エイド1 W 往路
パタ屋エイド
エイドポイント情報
距離 **ダブルフル** 11.7km
フード情報
・バナナ・オレンジ・チョコ
・塩分タブレット・飴・塩飴
・梅干し・ブドウ糖タブレット

エイド1 W 復路
パタ屋エイド
エイドポイント情報
距離 **ダブルフル** 76.1km
関門6 関門時間
ダブルフル **17:40**
(経過時間 11時間 40分)
フード情報
オリジナルフード・バナナ・オレンジ
・コーヒー
・カフェオレ
・お手のせり休
・バナナ・オレンジ
・チョコ・飴
・塩分タブレット
・梅干し・パン
・ブドウ糖タブレット

ゴール WS 棚
関門ゴール 関門時間
ダブルフル **84.4km**
関門時間 **19:00**
(経過時間 13時間)
シングルフル **42.2km**
関門時間 **16:30**
(経過時間 8時間)
棚田ウォーク **30.2km**
関門時間 **19:00**
(経過時間 10時間)
フード情報
オリジナルフード
・鶏鍋・焼き鳥・鶏卵塩せんべい
・アイス (アンケート
回答者のみ)

- ① 給水ポイント
- トイレ
- W ダブルフルマラソン
- S シングルフルマラソン
- 棚田ウォーク
- AED AED設置ポイント
- 5km 5kmポイント(ダブルフルマラソン)
- 5km 5kmポイント(シングルフルマラソン)

大会本部 連絡先

携帯TEL
090-2720-6721
緊急・救助用
080-8051-8603
(6月11日より通話可)



北長門海岸国定公園