

第20回 親睦合同練習会（柏の葉リレー・マラソン）

2016年8月28日

協

賛

カナガワ・クロレラ（株）

キッコーマン株式会社

株式会社明治

全国乾麺協同組合連合会

株式会社 ルイボス・マーケティング

〔株〕 しょうなん印刷

桜田建設株式会社

聖仁会病院

ステップスポーツ柏店

南アフリカ共和国観光局

ローソン柏の葉店

第 20 回 親睦合同練習会（柏の葉リレーマラソン）のご案内

拝啓

初夏の候、貴チームの皆様におかれましては益々ご清祥のこととお慶び申し上げます。
平素は格別のご高配を賜わり厚く御礼申し上げます。

さて、ご好評を頂きました 親睦合同練習会（柏の葉リレーマラソン）を、**2016 年 8 月 28 日（日）** 昨年同様の**柏の葉公園（総合競技場）**にて、別紙の通り開催致しますのでご案内申し上げます。

つきましてはこの合同練習会へ、夏のスピード・トレーニングの一環としてご参加戴き
市民ランナーとしては取り入れにくく、敬遠しがちなスピード養成を楽しみながら無理
なく取り入れ、更にレベル・アップを計る機会としてご活用戴きたく存じます。

何かとご多忙の折とは存じますが各チームご賛同の上、奮ってご参加下さいますようお願い申し上げます。

貴チームの益々のご発展、ご活躍をお祈り申し上げます。

敬具

柏の葉リレーマラソン実行委員会

実行委員長 荒木 敏文

追伸 今年も素晴らしい 2 名のゲスト・ランナーをお迎えします。

- ・砂田貴裕選手（ウルトラ 100 キロ世界記録保持者）
- ・市河麻由美選手〔セルビア世界陸上マラソン日本代表〕柏市出身

第 20 回 親睦合同練習会（柏の葉リレーマラソン）

日 時： 2016 年 8 月 28 日（日） 雨天決行

会 場： 柏の葉公園 総合競技場（柏市柏の葉公園 4－1）

（近くに有料駐車場有り： 600 円／1 日）

集合時間： 8 時 00 分（受付開始）（競技スタート 10 時 00 分）

競技方法： チーム対抗タスキ・リレーによる 42.4km 競技

1 チーム原則 5 人以上 22 人未満（年齢、性別は自由）

1 人、2 km（400m トラックを 5 周）で次ランナーへタスキ・リレー

アンカーは 400m

走る回数、順番は自由、各チーム毎に記録を計測して下さい

参加申込： 参加申込書及び参加者名簿に必要事項をご記入の上、2 枚とも事務局へ
ご送付下さい

参 加 費： 1 名につき 2,500 円（昼食付）、 応援及び中学生以下は 1,000 円

（ステップスポーツ・マイルレース参加費は 1 チーム別途 500 円）

参加費は同封の振込用紙をご利用の上、団体チーム毎まとめて事務局
口座へお振込み下さい

***参加申込後は参加費の返金は致しかねますので、その旨ご了承下さい**

締 切： 2016 年 8 月 8 日

表 彰：（チーム賞） 優勝／準優勝／3 位／特別賞等多数

（個人賞） ベストタイム賞／特別賞等多数

親睦合同練習会（柏の葉リレーマラソン）

スケジュール

08:00 受付開始 (記録表・タスキ等配布します)

09：10 監督者ミーティング（競技説明及び注意事項）

09 : 30

1. 開会の辞
2. 協賛各社紹介
3. 初参加チームおよびゲスト紹介
4. 大会会長挨拶
5. 柏市体育協会会長挨拶
6. 優勝トロフィー返還
7. 選手宣誓

10 : 00 競技 スタート

ゴールチームは記録書を受付へ提出
ステップスポーツ・マイルレース申込先着16チーム受付
(参加費 500 円を添えて当日お申込みください)

13 : 00 昼食配布

競技終了／記録集計／提出

14:00 ステップスポーツ・マイルレース (400m x 4) スタート

14 : 30 清掃及び機具撤収

15 : 00 閉会式

1. プレゼンテーション
2. 表彰式
3. 閉会の辞
4. 退場

(16 : 00 終了予定)

競技説明

1. 1 チーム原則 5 人以上、2 2 人未満で構成して下さい（年齢、性別は自由です）
2. 一人、2 k m (400m x 5 周) 走って次走者にタスキ・リレーします
3. 走る回数、順番は自由です
4. ラストランナーは 400m(トラック 1 週)走ってゴールとします
5. 記録計測用時計は各チームで準備し、チーム毎に記録を計測して下さい
6. 昼食 / 給水器（水）/ タスキ等は事務局で用意します
7. タスキリレーは第 4 レーンより外側のレーンに設けられたリレーゾーン内で行って下さい
8. タスキは結び目を解いて記録書と一緒に受付へすみやかに返却して下さい
9. 準備体操・ウォーミングアップは各自十分に行ってください
10. 車椅子およびベビーカーでの参加はご遠慮下さい
11. 9 時 10 分より監督者ミーティングを実施しますので受付までご集合下さい

注意事項

1. スパイクを使用しての走行には十分注意して下さい
2. 伴走をするチームは他のチームの迷惑にならないように十分注意して下さい
3. 給水にはスポーツドリンク / 麦茶を用意します
4. マイコップ制につき、給水用マイコップをご持参下さい
5. 清掃および後かたづけは参加者全員で、表彰式前に行います
6. 総合競技場規則を遵守すること （フィールド内の緑地は立入禁止です）
7. タータン上では飲食が禁止されています。2 階スタンド席をご利用下さい
8. 更衣室、シャワーがご利用できます
9. 参加者名簿に登録されていない方以外は走行できません（代走禁止）
10. 体調不良の方の参加はご遠慮下さい
11. 各自が自分の責任において健康を管理し、楽しく安全に、また無理なく走りましょう
12. 2 階スタンドのフェンスへの寄りかかりは、危険ですのでご遠慮下さい
13. このイベントは参加ランナーによって運営されている関係上、様々な不備や行き届かない点が発生するかと思います。その際には必ずご協力を下さいますようお願いします
14. 著しく気温が上昇した時は競技を中止することがあります
15. スポーツマンシップにのっとり、ルールとマナーを守り楽しく走りましょう
16. 大会事務局では事故の責任は一切負いかねますのでその旨ご了承の上、ご参加下さい

参加申込注意事項

1. 参加申込みは所定の用紙にご記入の上、参加者名簿と一緒に期日までに事務局へご送付下さい
2. 参加費は所定の用紙をご利用の上、団体チーム毎まとめて事務局口座へ期日までにお振込下さい
3. 参加費は参加申込書および参加者名簿を事務局へご送付後、速やかにお振込み下さい
4. 参加申込み後の参加費の返金は致しかねます

特別企画： ステップスポーツ・マイルレース

競技終了後に 400m x 4 人のマイルレースを行います
参加希望チームは記録表提出時にお申込み下さい
参加チームは本レース先着順に 16 チームまでとします
参加費は 1 チーム 500 円、受付時にお支払い下さい

第 20 回 親睦合同練習会 (柏の葉リレーマラソン) 参加 申込書
(8月8日必着)

団体チーム名 _____

(1) 参加チーム数 _____ 組

No	チ ャーム 組 名
1	
2	
3	
4	
5	
6	

(2) 参加人数

大 人 ¥2,500	名	円
応援及び中学生以下 ¥1,000	名	円
合 計	名	円

私達は申込規約（注意事項）に同意の上、上記の通り参加します。

フリガナ

団体チーム代表者： _____

住 所： 〒 _____

電 話 番 号 ： _____

団体チーム名 ： _____

お弁当数	_____ 個
------	---------

お弁当にはお茶・バナナが付きます。

第 20 回 親睦合同練習会 （柏の葉リレーマラソン）参加者名簿

(8月8日必着)

団体チーム名：_____

代表者名：_____

No	参加者氏名	年 齢	性別 に ○	応援参加 には○	緊急時の 連絡先電話番号
1		歳	男 ・ 女		
2		歳	男 ・ 女		
3		歳	男 ・ 女		
4		歳	男 ・ 女		
5		歳	男 ・ 女		
6		歳	男 ・ 女		
7		歳	男 ・ 女		
8		歳	男 ・ 女		
9		歳	男 ・ 女		
10		歳	男 ・ 女		
11		歳	男 ・ 女		
12		歳	男 ・ 女		
13		歳	男 ・ 女		
14		歳	男 ・ 女		
15		歳	男 ・ 女		
16		歳	男 ・ 女		
17		歳	男 ・ 女		
18		歳	男 ・ 女		
19		歳	男 ・ 女		
20		歳	男 ・ 女		
21		歳	男 ・ 女		
22		歳	男 ・ 女		
23		歳	男 ・ 女		
24		歳	男 ・ 女		
25		歳	男 ・ 女		
26		歳	男 ・ 女		
27		歳	男 ・ 女		
28		歳	男 ・ 女		
29		歳	男 ・ 女		
30		歳	男 ・ 女		
31		歳	男 ・ 女		
32		歳	男 ・ 女		
33		歳	男 ・ 女		
34		歳	男 ・ 女		
35		歳	男 ・ 女		

*年齢は賞の対象となりますので、大会当日の年齢を厳正にご記入下さい

*監督コーチ、応援参加者等の走らない方も含めてご記入下さい

< 申込書及び参加者名簿 送付先 >

〒277-0835

柏市松ケ崎 4 1 5 - 5 クレスト柏 1 - 3 0 6

柏の葉リレーマラソン 事務局

荒木 敏文 宛

TEL／FAX: 04-7131-5577

携帯: 090-8565-2021 荒木敏文

携帯メルアド: t.araki.wing.ac@t.vodafone.ne.jp

PC メルアド: [nf230081 - 3641@tbn. t - com. ne. jp](mailto:nf230081-3641@tbn.t-com.ne.jp)