

第15回リレーマラソン大会当日のご案内（訂正版）

※10Kmマラソンの部の時間を変更させていただいております。

※小学生・混合部門の表彰時間を変更させていただいております。

開 催： 2026年2月22日（日） ※雨天決行

会 場： 夢の島競技場 東京都江東区夢の島1-1-2

JR京葉線・東京メトロ有楽町線「新木場駅」下車 徒歩5分

※施設駐車場は一般の方も利用されるため、公共交通機関でのご来場をお願いいたします。

受付場所： 競技場 正面入口付近

受付時間： 9：00～

開始時刻： ハーフマラソン部門10：30/親子ペア部門11：00/小学生部門11：30

10Km 10:30/一般部門 12：35

受 付 小学生部門と一般部門の受付は、参加クラブ（団体）毎の代表者1名様にお願いいたします。

ハーフマラソン、10Km、親子へのお申し込みの方は個別での受付となります。

※各部門とも開始時刻の1時間前までに受付願います（ゼッケン・タスキ・参加賞等のお渡し）

※リレー種目で単独参加の方は運営本部にてチーム編成を行います。

各競技30分前にスタート地点にお集まりください。

貴重品管理 貴重品の管理は自己責任でお願いいたします（荷物類のお預かりは行いません）。

大会中の紛失、盗難等に関して、当社では一切責任を負いかねますので予めご了承ください。

そ の 他 ・ゴミのお持ち帰りは各自でお願いいたします。

・ハーフ、10Kmマラソン部門のみ給水を設けております。

上記部門以外は、各自でレース中の水分補給のご準備をお願いいたします。

・応援者の入場制限はございませんが、コースや芝生エリアへの立入はご遠慮ください。

＝催行判断について＝

原則として雨天決行となりますが、荒天やその他の事由で安全確保が困難と判断される場合、

競技を中止または変更する場合があります。（予備日・振替日はございません）

中止の場合は、大会前日（2/21）の17：00頃までにセントラルスポーツホームページにてご案内いたします。

「セントラルスポーツホームページトップ」⇒「ツアー＆イベント」⇒「その他イベント」⇒「トピックス」

＝スケジュール＝（予定）※追加変更が生じる場合は会場にてアナウンスいたします。

9:00	夢の島陸上競技場
10:00	開会式（ハーフマラソン / 10Km 説明）
10:30	ハーフマラソンの部 / 10Km の部
10:50	親子ペア説明
11:00	親子ペアの部
11:10	小学生、混合の部リレーマラソン説明
11:20 ※時間変更	小学生、混合の部（1 時間リレーマラソン）
11:50	10Km 説明
12:00	10Km の部
12:20	一般の部リレーマラソン説明
12:35	一般の部（2 時間リレーマラソン）
13:10 ※時間変更	小学生、混合の部 表彰会
15:00	お楽しみイベント
15:35	各表彰会・プログラム終了
～16:00	ご退場

＝お楽しみイベントについて＝

一般部門終了後、そのまま競技場内にてお楽しみイベントを開催いたします。

ぜひ、ご参加ください。

＝その他＝

- ・更衣室、シャワーエリアのご用意はございますが、数に限りがあるため混雑が予想されます。
- ・更衣室内のロッカーは数に限りがございます。ご利用は更衣時のみとさせていただきます。
- ・当日は 16：00 までに完全退場をお願いいたします。

◆大会参加に際して◆

1 競技上の注意

(1) 制限時間

- ・小学生部門（小学生 & 大人混合）：1 時間
 - ・一般部門（混合部門）：2 時間
- （ハーフマラソン・10Km・親子ランは距離となります）

(2) 競技上の注意

- ①競技内容を十分に理解し、ご自身の体調、体力を自己管理いただきご参加ください。
- ②競技はエントリーされたご本人のみ出走可能です。代走等、エントリー者以外の出走はできません。
- ③完走者確認のため、途中棄権する場合は、必ずスタッフまでお申し出ください。
- ④ゼッケンは胴体の前面にハッキリと見えるように、4 カ所を安全ピンで確実に取り付け、競技終了まで取り外してはいけません。また、ゼッケンの改造は認められません。
- ⑤スタート前にタスキを装着し、リレーゾーンでタスキを次走者に渡してください。
（計時はリレーゾーンのみで実施しますので、必ずリレーゾーンを通過してください）
タスキは最終ランナーがゴール後に必ず返却してください。（ゴール付近に回収箱を設置します）
競技中に万一破損、紛失した場合は、スタッフに申し出てください。
- ⑥コース上に物を投げ捨てる、または他の競技者を妨害するような行為は失格となります。
- ⑦急病人等の緊急事態が発生した場合、救急車両、救護スタッフがコース内を通行する場合があります。
- ⑧開会式にて「競技上の注意」を説明いたします。必ずご確認ください。

(3) スタート

- ①スタート地点には10分前に集合・整列願います。第一走者のコース説明を行います。
遅れると参加できませんので時間厳守にご協力ください。
- ②フライングは失格となりますのでご注意ください。

(4) ゴール

- ①競技終了時刻までにフィニッシュラインを超えた場合は、もう1周走ってゴールすることができます。
※周回数を競う種目の場合、同周の場合には表彰対象はタイム順となります。
- ②ゴール時に限り、チームメンバーの伴走可といたします。楽しいゴールを演出してください。

(5) 速報について（順位、タイム、周回ラップ）⇒ 各部門 1～3位が表彰対象となります。

URL : https://service.central.co.jp/event/topics/relay_marathon_2025-result/



2 ウォーミングアップについて

体調チェックや事故防止のために、各自ウォーミングアップを必ず行ってください。

3 観覧について

会場でレースをご観覧いただく場合は、安全にレースが行われるよう、リレーゾーン・指定した禁止エリアへの立入りは固くお断りいたします。

4 ゴミについて

ゴミは必ず各自でお持ち帰り頂くようお願いいたします。

会場周辺、近隣施設にてゴミを捨てることはできません。ご協力をお願いいたします。

5 その他の注意

- ①スタンドには一部屋根がございますが雨天時対策は各自、準備をお願いいたします。
- ②万一来場の際は、当日は**健康保険証（またはマイナンバーカード）**をご持参ください。
- ③競技場内、トラック部分は食事不可となります。
- ④個人でのロッカーの利用は出来ません。各自で管理をお願いいたします。

◆安全で楽しいレースのために◆

1 レース中のアクシデント、怪我を予防するために

(1) けいれん

スピードを落とし、落ち着いて筋肉をリラックスさせるようにストレッチします。けいれんの予防には、十分なウォーミングアップ、スピードのコントロール、身体を冷やさないようにすることが効果的です。

(2) 腹痛

スピードを落とし、落ち着いたら痛いところをストレッチしましょう。当日の朝食は消化のよいものとする、水を一度にたくさん飲まないこと等が予防策としてあげられます。

2 飲酒について

飲酒は、脱水症状のリスクを高めます。安全で楽しいレースのためにも、前日の飲酒は控えましょう。

3 水分補給について

マラソンのような長時間に及ぶ競技では、発汗による体内の水分減少により脱水を招く恐れがあります。脱水状態は、記録を落とすだけでなく、熱中症や脳梗塞や心筋梗塞を誘発するリスクが高まります。レース中、レース前後を問わず水分補給をこまめに行いましょう。

※ゴール後は塩分、糖分を含んだスポーツドリンクを飲むと、より疲労回復に役立ちます。

以上