



# 鄂霍次克 網走馬拉松 2020

9月27日舉行



請盡情享受網走自豪的景觀。



## 1 時間限制為 6 小時 30 分鐘

此賽程前半部分因上下坡度較陡為較艱苦的賽程，以 6 小時 30 分寬裕時間設限，意在以完成全程作為大會的目標。

關門關口	關閉時間
14.4km	2時間10分
29km	4時間10分
35km	5時間00分
42.195km	6時間30分



## 2 充實的補給站

5 公里後，每 2.5 公里處就有由東京農業大學物產系學生所設置的補給站。提供蜆貝湯和螃蟹湯（另有個人設置補給站）等網走在地味道，請停下腳步慢慢品嚐。

## 3 完賽獎章是由網走監獄創意所制

由網走監獄，一個個以木紋謹慎精心製成而為世界上唯獨的獎章。背面烙有網走監獄的印記。（僅限全馬參賽者）



## 4 調節器按類別不同設定不同的支援

按目標時間為主，故以利達成大會競賽目標時間設定（目標時間 3 小時，之後每隔 30 分鐘設定）

## 5 獲列全國會跑競賽百大名內

2015 年、2016 年和 2017 年連續獲列日本 R-bies 體育財團全國會跑賽 100 名內。



# 參賽報名期間

JSS JTB SPORTS STATION

JTB Sports Station

<https://jtbsports.jp/>

R RUNNET GLOBAL

RUNNET GLOBAL

<https://runnetglobal.com/>

2020年4月24日~2020年8月25日

報到: エコーセンター2000(北海道網走市北2条西3丁目)

這將在9月26日的接待交付

- ①大會程序表(本冊)
- ②R號碼套組(號碼布、晶片、安全別針4個(3km,5km)、束帶繩2條、晶片歸還用信封)
- ③參加獎(全種目:襪子)  
(馬拉松:小袋)  
※參加3km・5km的,獎品是當日現場交付。
- ④行李寄存用袋(馬拉松參加者)
- ⑤2簽章標籤(限3km・5km參加者)

大會前日

號碼布、晶片等之確認與準備  
[開幕式16點00分~]

大會當日

報到時無需使用號碼布及晶片標籤,  
請直接至起跑點集合!  
※敬請利用免費接駁車前往

開始(START!!)

馬拉松	08:45
5km	09:50
3km	10:00

不接受當日之報名

※號碼套組當日請務必攜帶,若未攜帶將收取1,000日元做為補發費用

## 接駁巴士班車時刻表

網走刑務所起點

網走市區 ↓ 起點 6:30~8:15	馬拉松參賽者停車場 ↓ 起點 6:30~8:00	湖畔各酒店發 ↓ 起點
網走巴士總站 →網走火車站 →起點	停車場 →起點	出發時間請向各酒店 確認

大曲湖畔園地發車

前往網走市區 12:30~16:55	前往馬拉松參賽者停車場 12:00~16:50	前往湖畔各酒店 12:30~16:00	網走市區 ↓ 大曲湖畔園地
終點 →網走火車站 →網走巴士總站	終點 →馬拉松參賽者 停車場	終點 →本陣網走湖 →網走觀光酒店 →網走湖莊 →北天之丘	出發時間 8:45/9:00 網走巴士總站 →網走火車站 →大曲湖畔園地

## 報到

日時 2020年9月26日 13點00分~17點00分

場所 エコーセンター2000

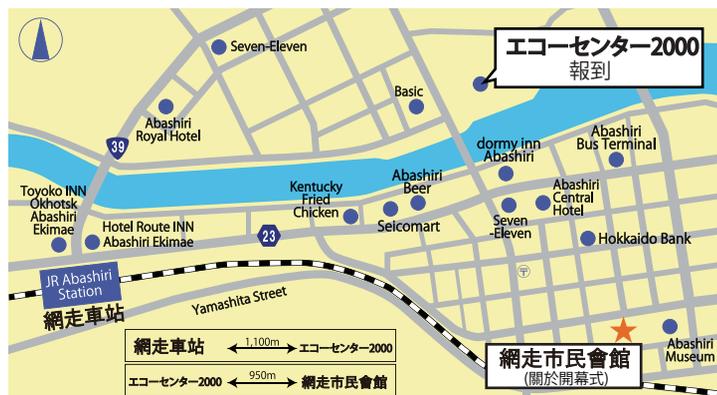
※從網走車站至受付會場(エコーセンター2000)約1100m

## 關於開幕式

- 2020年9月26日星期六16點00分~
- 網走市民會館

※從エコーセンター2000至開幕式會場(網走市民會館)約950m  
當日自網走市民會館報到出席者,一併附上"抽獎券"。

エコーセンター2000位置視圖  
網走市民會館位置視圖



從網走車站至報到會場(エコーセンター2000)約1100m(步行約18分)  
從エコーセンター2000至開幕式會場(網走市民會館)約950m(步行約15分)

## 賽日當天服裝

9月下旬的氣候大致安定,雖依據往年推測但有時還是會有多少溫差。特別是由北海道以外來的各位,請準備防寒對策。去年參加獎獲得的運動襪等、或今年參加獎的手套對氣溫變化、都是非常便利的保暖商品。  
(過去10年來9月27日當日的氣溫)

	天氣	最高氣溫(°C)	最低氣溫(°C)	降水量(mm)
2019	晴	19.5°C	7.9°C	-
2018	雲	15.5°C	11.4°C	-
2017	雲	21.9°C	11.4°C	2.0mm
2016	雲晴	22.5°C	12.1°C	-
2015	雲晴雷	21.8°C	12.5°C	9.0mm
2014	雲	20.2°C	11.2°C	-
2013	晴	15.9°C	7.2°C	-
2012	曇晴	20.9°C	11.6°C	-
2011	晴	21.6°C	13.3°C	-
2020	晴	21.7°C	8.3°C	-

