

フルマラソン・ペアリレー コース情報 1



※「横浜マラソン2023」のコースは、日本陸上競技連盟公認コースではありません ※コースは、運営の諸事情で変更となる場合があります

フルマソン・ペアリレー コース情報 2

距離表示

●距離看板	●5kmおき距離看板	●大時計	●フルマソン通過 ランキングボード	●残距離看板	●残距離看板
					
1kmごと	5kmごと (計8カ所)	5kmごと (計8カ所)	中間地点付近	残り5kmから 1kmごと	42.0km地点

ペースランナー

フルマソンには、一定のペースで走る目安となるランナー(ペースランナー)を配置します。次の7つのペース設定を行う予定です。

- sub 3h sub 3h30m sub 4h sub 4h30m
 sub 5h sub 5h30m sub 6h

※ペースランナーはビブスを着用し、それぞれのランニングペースを明らかにして走行します。



関門

- 競技運営の進行管理上、関門を設置します。各関門の制限時刻までに通過していない場合は、その時点で競技終了となります。
- 関門時刻を過ぎた時点で関門まで到達していない参加者は、歩道に上がり、スタッフの指示に従って、次の関門地点でリタイア者専用バスに乗り乗るか、最後尾の専用バスに乗り乗していただきます。
- 関門時刻前でも、審判員が明らかに関門閉鎖時刻までに到達できないと判断した場合は、競技の中止を指示する場合があります。
- 関門時刻に関わらず、移動関門車に追いつかれた場合、スタッフの指示に従ってください。



給水・給食

- 走行中は、こまめな給水を心がけてください。
- スペシャルドリンク(個人専用ドリンク)の受付は行いません。
- 給水所には、水・スポーツドリンク・給食を用意します。
- 給水物品の持参及びランニングポーチなどの準備にご協力ください。
- 大会運営の給水所以外での給水・給食による体調不良等については、主催者は一切責任を負いません。
- 給水所の混雑緩和のため、ナンバーカードに記載されている(👉👉)のマークと同じテーブルの給水・給食をご利用ください。

トイレ

- コース上の給水所と関門を中心に設置し、看板等による表示をします。
- トイレ以外の場所での排泄行為は、固く禁止します。

※関門・給水・給食・救護所・トイレの位置は、コース図及びP19の一覧表でご確認ください。

交通規制について

- コース上は、交通規制が行われます。コースの一部では車両と対面走行または並走するところがあります。また、大会車両、緊急車両が走行する場合がありますので十分ご注意ください。
- コース上、歩行者の横断箇所(以下、ランパス)を設けます。ランパスでは必ずスタッフの指示に従い、安全に留意して走行してください。

もしものときに・・・

リタイア(途中棄権)する場合

- 関門以外でリタイアする場合は、コース上のスタッフに申し出てください。直近の関門地点にてリタイア者専用のバスに乗り乗するか、最後尾の専用バスに乗り乗してください。メイン会場のパシフィコ横浜まで搬送しますが、交通状況などにより時間がかかる場合があります。
- フィニッシュ(臨港パーク)の関門時刻(15時00分)やコース上の各関門時刻に合わせ、移動関門車を運行します。移動関門車に追いつかれた場合は、スタッフの指示に従ってください。
- リタイアされた方はフィニッシュ会場に到着後、必ず「リタイアカウンター」までお越しください。
- リタイアされたペアリレー第1走者で「手荷物預かりあり」の方の手荷物については、P14をご覧ください。
- 関門の場所と関門時刻は運営状況により変更する場合があります。



マッサージは行いません



コールドスプレーは
ありません



湿布やテーピングテープは
ありません

レース中の救護対応について

- 競技中に体調の異変を感じた場合は、無理をせずに競技を中止してください。
- コース上の救護所には、救護スタッフが待機しています。
- コース上には、赤いビブスを着用した救護スタッフが待機します。AEDを持ったモバイル隊もコースを巡回します。
- 具合の悪そうなランナーを見かけた場合は、近くの救護スタッフへお知らせください。
- 救護所及びコース上では、応急処置は行いますが、競技を続行するためのマッサージは行いません。またコールドスプレー、湿布、テーピングなども用意いたしませんので、必要な方は各自でご用意ください。
- 大会当日は、健康保険証、またはそのコピーを必ずお持ちください。
- レース中、救護スタッフから援助を受けた場合(車いすの使用が必要な場合など)は、リタイアとみなし原則失格とします。最終的に走行続行可能かどうかは、健康状態をみて、現場のスタッフが判断しますので、必ず指示に従ってください。
- 救護スタッフからリタイア(失格)となる旨をランナー本人に確認し、その後、応急処置に入ることがあります。



救急搬送に伴い、お預けいただいた手荷物を手荷物受取時間内に受け取れなかった場合は、後日大会事務局にお問い合わせください。

フルマラソン・ペアリレー コース情報 3

関門

関門	場所	距離 (km)	関門間距離 (km)	関門時刻	関門間時間 (目安)
スタート関門	スタート	0	0	9:10	0:40
第1関門	展示ホール北交差点	3.5	3.5	9:35	0:25
第2関門	マリントワー前交差点	6.2	2.7	9:54	0:19
第3関門	錦町交差点	8.5	2.3	10:11	0:17
第4関門	本牧陸橋北側	10.4	1.9	10:26	0:15
第5関門	プールセンター入口交差点付近	14.4	4.0	10:58	0:32
第6関門	新森町高架橋付近	17.0	2.6	11:19	0:21
第7関門	南部市場前交差点折り返し	19.6	2.6	11:40	0:21
第8関門	磯子スポーツセンター前	20.5	0.9	11:48	0:08
第9関門	首都高 湾岸線56.1kp	27.3	6.8	12:46	0:58
第10関門	首都高 湾岸線51.5kp	31.9	4.6	13:26	0:40
第11関門	港湾道路入口	36.5	4.6	14:08	0:42
第12関門	マリントワー前交差点	39.1	2.6	14:32	0:24
第13関門	横浜赤レンガ倉庫入口	40.4	1.3	14:44	0:12
フィニッシュ関門	フィニッシュ	42.195	1.795	15:00	0:16

給水・給食

給水	給水所名	給水位置	距離 (km)	エイト間距離 (km)
スタート前給水所	スタート前給水	-	0.0	0.0
第1給水所	象の鼻パーク前付近	右	5.0	5.0
第2給水所 (NISSAN給水所)	マリントワー前交差点付近	右	6.2	1.2
第3給水所	本牧橋交差点付近	左	8.2	2.0
第4給水所	本牧元町入口交差点付近	左	10.1	1.9
第5給水所	間門交差点付近	左	12.6	2.5
第6給水所	レイズネクスト(株)磯子本社前	左	16.0	3.4
第7給水所	新中原南側交差点付近	左	18.0	2.0
第8給水所	南部市場付近	左	19.3	1.3
第9給水所	高速杉田上り口付近	左	20.7	1.4
第10給水所	首都高 鳥浜町料金所付近	右	23.1	2.4
第11給水所	首都高 杉田入口付近	右	26.0	2.9
第12給水所	首都高 磯子入口付近	右	27.6	1.6
第13給水所	首都高 根岸駅付近	右	29.8	2.2
第14給水所	首都高 三溪園出口付近	右	31.6	1.8
第15給水所 (UNDER ARMOUR給水所)	首都高 狩場線分岐付近	左	35.0	3.4
第16給水所	本牧橋交差点付近	右	37.2	2.2
第17給水所 (LAWSON給水所)	マリントワー前交差点付近	左	39.0	1.8
第18給水所	横浜赤レンガ倉庫付近	右	40.9	1.9
フィニッシュ後給水所	フィニッシュ後給水	-	42.195	1.295

トイレ設置場所

距離 (km)	名称	設置数
1.3	みなとみらい大橋	20
2.0	神奈川公園	30
2.9	山内ふ頭	30
3.4	パシフィコ横浜(ピロティ)	90
3.9	パシフィコ横浜(円形プラザ)	80
4.6	7街区	30
5.1	象の鼻パーク	17
5.4	パイロットビル隣(NS山下町パーキング)	5
7.8	A突堤入口付近	10
8.8	北方消防出張所前	6
9.2	大島中学校裏バス停付近	12
10.1	横浜本牧駅バス停先	12
11.1	ENEOS(株)中央技術研究所前高架橋下	12
12.4	立野高校入口交差点手前	12
13.2	神奈川県立看護専門学校	10
14.3	横浜プールセンター	12
14.9	八幡橋 ニトリ付近歩道	10
16.1	レイズネクスト(株)磯子本社	9
16.9	新森町高架橋付近	8
17.3	新中原北側信号	6
18.5	聖天川東側信号付近	14
19.5	南部市場前交差点付近	18
20.2	首都高速道路 高架下積雪・凍結対策基地	6
23.2	首都高速湾岸線 鳥浜料金所付近	9
25.9	首都高速湾岸線 杉田入口付近	9
27.5	首都高速湾岸線 磯子出入口先	9
28.6	首都高速湾岸線 新磯子JFE付近	6
29.5	首都高速湾岸線 根岸駅付近	9
30.6	首都高速湾岸線 根岸エネオス付近	6
31.9	首都高速湾岸線 三溪園出口付近	9
32.6	首都高速湾岸線 市民プール付近	6
33.5	首都高速湾岸線 本牧元町入口交差点付近	6
34.5	首都高速湾岸線 錦町第2歩道橋付近	6
35.0	首都高速湾岸線 本牧ふ頭本牧JCT付近	6
35.6	首都高速湾岸線 本牧ふ頭入口先折返し	2
36.6	横浜税関コンテナ検査センター付近	6
36.7	横浜税関本牧庁舎付近	12
37.5	A突堤入口付近	10
39.8	パイロットビル隣(NS山下町パーキング)	5
40.2	象の鼻パーク	17

※トイレ設置場所は変更する場合があります

救護所

救護所名	設置場所	位置	距離 (km)	救護所間距離 (km)
第1救護所	神奈川公園	右	2.0	-
第2救護所	横浜赤レンガ倉庫入口	左	4.9	2.9
第3救護所	山下ふ頭入口	左	6.5	1.6
第4救護所	錦町交差点付近	左	8.5	2.0
第5救護所	ENEOS(株)中央技術研究所前	左	11.2	2.7
第6救護所	横浜プールセンター	左	14.3	3.1
第7救護所	新森町高架橋付近	左	17.0	2.7
第8救護所	磯子スポーツセンター前	右	20.5	3.5
第9救護所	首都高 杉田出口付近	右	22.4	1.9
第10救護所	首都高 磯子入口付近	左	27.3	4.9
第11救護所	首都高 三溪園出口付近	左	31.9	4.6
第12救護所	首都高 狩場分岐付近	左	34.9	3.0
第13/第4救護所	錦町交差点付近	右	36.5	1.6
第14/第3救護所	山下ふ頭入口	右	38.7	2.2
第15/第2救護所	横浜赤レンガ倉庫入口	右	40.4	1.7
フィニッシュ救護所	臨港パーク内	-	42.195	1.795
パシフィコ救護所	パシフィコ横浜展示ホールC-11諸室	-	-	-