

# みなとみらい7kmラン コース情報 1

## 距離表示



1km



2km



3km



4km



5km

## 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。

## 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
フィニッシュ関門	フィニッシュ	7.0	3.5	10:00	0:25

- 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、徒歩で会場までお戻りください。
- 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。

YOKOHAMA MARATHON

フルマラソン

**第1関門**

関門時刻  
**9:31**

展示ホール  
(3.5km)

---

第2関門まで  
**2.7km**

閉鎖時刻 9:52

## 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。
- 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。
- 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、徒歩で会場までお戻りください。
- 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。
- 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、お預かりし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。

# みなとみらい7kmラン コース情報 2



## コース (7km)

スタート【横浜ランドマークタワー前】 ▶ みなとみらい大橋 ▶ パシフィコ横浜 ▶ 横浜赤レンガ倉庫  
▶ 横浜ハンマーヘッド ▶ 女神橋 ▶ フィニッシュ【パシフィコ横浜臨港パーク】

### 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
給水所	横浜赤レンガ倉庫付近	右	5.7	5.7
フィニッシュ後給水所	フィニッシュ後給水	-	7.0	1.3

- 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。
- 給水所は、コースマップをご覧ください。
- 給水所には、水・スポーツドリンクを用意します。
- 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。

### トイレ設置場所

距離	名称
1.3	みなとみらい大橋
2.0	神奈川公園
2.9	山内ふ頭
3.4	パシフィコ横浜(ピロティ)
3.9	パシフィコ横浜(円形プラザ)
4.6	7街区

- 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。
- トイレ以外での場所での排泄行為は固く禁止します。

### 救護所

設置場所	設置場所	位置	給水位置	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	右	4.9	2.9
フィニッシュ救護所	臨港パーク内	-	7.0	2.1
パシフィコ救護所	パシフィコ横浜展示ホールC-11諸室	-	-	-