

京都マラソン2018



このたびは「京都マラソン2018」に
エントリーいただき、誠にありがとうございます。
本案内をよくお読みいただき、
当日はベストコンディションでご参加ください。
スタッフ一同、みなさまとお会いできることを
心から楽しみにしております。

**参加の
ご案内**

ペア駅伝に参加する方は
別紙も併せて
お読みください。

大会スケジュール

ランナー 受付	2月16日(金)	11:30~20:00 (最終入場)	●ランナー受付 ●おこしやす広場	みやこめっせ1階、3階
	2月17日(土)	10:30~19:00 (最終入場)		

大会当日	2月18日(日)	6:50	更衣室・更衣エリア開場	西京極総合運動公園
		6:50~8:15	手荷物預け	
		8:00~8:44	ランナー整列	
		8:45	スタートセレモニー	S~Fブロック:陸上競技場 G~Kブロック:補助競技場
		8:55	車いす競技スタート	
		9:00	マラソン・ペア駅伝スタート	
		13:00	マラソン表彰式	みやこめっせ3階
		15:00	マラソン・ペア駅伝終了	平安神宮前

テレビ放送 (予定)	KBS京都	2月18日(日)	第1部 8:30~9:25	第2部 12:30~13:25	第3部 21:00~21:55
	毎日放送	2月25日(日)	13:00~13:55		
	J:COM チャンネル(地デジ11ch)	2月17日(土)	14:00~15:00	「ジモト満載 ええ街でおま!」 おこしやす広場から生放送(予定)	
			3月26日(月)	21:30~22:00ほか	「京上ル下ル」(予定)
	J:COM オンデマンド	2018年4月1日~2019年3月31日(予定)「京都マラソン2018 感動のフィニッシュシーン」			

最新情報・お問合せ等

大会公式サイト	http://www.kyoto-marathon.com/	京都マラソン 検索
---------	---	---

ランナー コールセンター	 0570-066-055	2月15日(木)までの平日.....10:00~17:00 2月16日(金)・17日(土).....10:00~20:00 2月18日(日).....5:00~17:00
-----------------	---	---

大会開催の 最終決定	最終決定日時 2月18日(日) 5:00	雨天決行ですが、災害や荒天、河川が増水した場合等、大会が中止になることがあります。 大会の開催可否に関する発表は左記の日程と以下の方法で行います。 ※大会公式サイトで発表します。 ※大会中止時のみ京都市情報館 http://www.city.kyoto.lg.jp でもお知らせします。 ※大会中止の場合、参加料・手数料の返金は一切行いませんのであらかじめご了承ください。 京都市情報館 検索
---------------	-------------------------------------	---

ランナーアンケート	ランナーのみなさまの声を次回以降の大会に活かすため、大会終了後、公式サイト上でアンケートを実施します。ご協力をお願いします。
-----------	--

ランナー受付(2月16日(金)／2月17日(土))

日時

2月16日(金) 11:30～20:00(最終入場)

2月17日(土) 10:30～19:00(最終入場)

※上記時間を過ぎると、公共交通機関の遅延等であっても一切受付できません。時間に余裕を持ってお越しください。

※大会当日18日(日)の受付は一切行いません。

○必ずランナーご本人がお越しください(代理受付はできません)。

○障害のある方で伴走者と共に参加する方は、身体障害者手帳又は療育手帳等をご持参いただき、必ず伴走者と2人で一緒にお越しください。

金曜日は1時間
遅く受け付けます

会場

みやこめっせ1階

(京都市勧業館：
京都市左京区岡崎
成勝寺町9-1)

大会当日の
フィニッシュ会場です



持参するもの

①ナンバーカード引換証

※引換証の紛失、持参忘れ等による再発行には、手数料200円が必要です。

②本人確認書類(コピー不可) ※いずれか1つをご持参ください。

- ・個人番号カード(マイナンバーカード) ・運転免許証 ・健康保険証 ・住民票
- ・住民基本台帳カード ・パスポート ・特別永住者証明書 ・在留カード ・学生証
- ・国民年金手帳 ・介護保険証 ・身体障害者手帳 ・療育手帳 ・精神障害者保健福祉手帳



ナンバーカード引換証

ランナー受付の流れ

IDチェック(本人確認)

ナンバーカード・参加賞等
受け取り

おこしやす広場
(みやこめっせ1階・3階)

ランナー受付で受け取る物

①ナンバーカード(ゼッケン)



- 必ずその場で印刷された氏名をご確認ください。
- 再発行は行いません。必ず胸と背中に2枚付けてください。
2枚付けていないランナーは失格の対象となります。
- スタート会場の更衣室は大変混雑しますので、前日までにTシャツ等に付けておいてください。
- 伴走者と参加する方には、伴走者用の「伴走ナンバーカード」をお渡します。
- 手荷物袋シール(②参照)、安全ピン(8本)、スタート前チェックリストも同封されています。

②手荷物袋シール



- 前日までに必ず手荷物袋(③参照)の中央に貼り付けてください。
- 手荷物を入れる前に貼ることをおすすめします。

③手荷物袋



- スタート会場でお預かりした手荷物は、フィニッシュ会場でお渡します。
- 中の荷物が飛び出さないように袋の口紐をしっかりと結んでください。
- 貴重品、われもの、生き物、長傘(折りたたみ式は可)、危険物等はお預かりできません。なお、貴重品紛失の場合は責任を負えませんのでご注意ください。

○手荷物袋に入らないものは、スタート会場の手荷物預けエリアの宅配受付(有料)で、フィニッシュ会場やご自宅(国内のみ)へ発送してください。

④参加賞「京都マラソン2018オリジナルBUFF」



提供：株式会社ワコール

- 1枚でヘッドバンド、ネックウォーマー等何通りもの使い方ができるスパイン生まれの多機能ギアです。
- 寒さ対策として大会当日にも、ぜひご着用ください。

⑤大会プログラム



- 参加者名簿・競技注意事項をはじめ、沿道応援マップ等、大会のさまざまな情報が掲載された公式プログラムです。

メディカルランナー募集について

参加ランナーの中から医師・看護師・救急救命士資格をお持ちの方を対象に、大会に参加しながら、緊急事態発生時に居合わせた場合、救護活動、救護スタッフの補助を行っていただく「メディカルランナー」を募集します。
ご協力いただける方は、受付会場内ヘルプデスクまでお申し出ください。



ファーストエイド・サポーター募集について

コース上でランナーが突然倒れるなどの事態に遭遇した際、医療救護スタッフが到着するまで、心肺蘇生を実施するなど、京都マラソンの医療救護体制をサポートしていただける方を100名募集します。



ご協力いただける方は

過去1年間に普通救命講習を

ファーストエイド講習について

AEDの使い方や心肺蘇生法の講習会を実施します。

※詳しくは、P.3又は、同封のチラシをご参照ください。

受講されていない方

「ファーストエイド講習」を受講してください。(2月17日(土)実施)

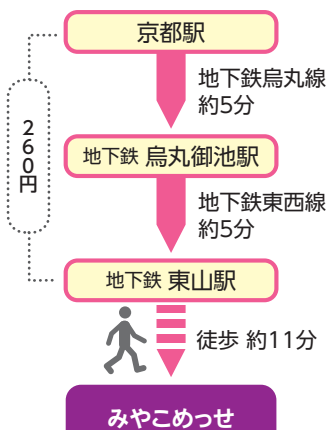
受講された方

修了証を受付会場内ヘルプデスクにてご提示のうえ、お申し込みください。

受付会場へのアクセス(2月16日(金)／2月17日(土))

必ず公共交通機関で
ご来場ください。

JR京都駅からの推奨ルート



阪急「河原町駅」から市バス(230円)

32号系統 平安神宮・銀閣寺行き

46号系統 祇園・平安神宮行き

①「岡崎公園ルームシアター京都・みやこめっせ前」下車すぐ

5号系統 銀閣寺・岩倉行き

②「岡崎公園美術館・平安神宮前」下車すぐ

31号系統 高野・岩倉行き、201号系統 祇園・百万遍行き

203号系統 祇園・熊野・銀閣寺行き

③「東山二条・岡崎公園口」下車、徒歩約5分

JR「京都駅」(烏丸口)から市バス(230円)

100号系統 清水寺・銀閣寺行き

110号系統 祇園・平安神宮行き

5号系統/五条通経由5号系統

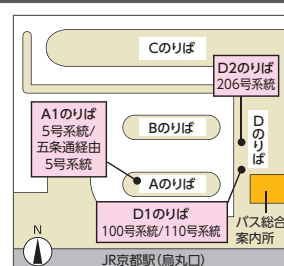
銀閣寺・岩倉行き

②「岡崎公園美術館・平安神宮前」下車すぐ

206号系統 祇園・北大路

バスターミナル行き

③「東山二条・岡崎公園口」下車、徒歩約5分



大会スポンサーをはじめとする各種ブースや京都の有名料理店の屋台、お茶席のほか、お楽しみの内容が盛りだくさん。ランナーの方はもちろん、どなたでもご入場いただけます。お友達やご家族とぜひ一緒におこしやす。※2/18(日)大会当日はランナー専用エリアです。

おもてなし屋台



京都マラソン2018 オリジナルマイカップ

2月16日(金)限定 **New!**

ランナー受付にて、DO YOU KYOTO?を推進していただけるランナー限定500名様に京都マラソンオリジナルマイカップをプレゼントします。さらに京都マラソンのコース上にマイカップ・マイボトル専用の給水所を設置します。あなたも、マイカップ・マイボトルを持参して「DO YOU KYOTO?ランナー」になりませんか。

※メニューや給水所設置場所は、ホームページ等をご確認ください。
※専用給水所以外の給水所でもご利用いただけます。

なんと!
先着 **500**名様に
プレゼント!



折り畳んで
コンパクトに!

東日本大震災復興支援

出走者のうち京都市にお住まいの方の中から抽選で各大会3名ずつランナーを派遣します。「おこしやす広場」にて募集しますのでご応募ください。

・仙台国際ハーフマラソン大会(宮城県)

平成30年5月13日開催

・一関国際ハーフマラソン大会(岩手県)

平成30年9月中旬(予定)

・会津若松市鶴ヶ城ハーフマラソン大会(福島県)

平成30年10月上旬(予定)

※交通費・宿泊費は事務局が負担します。

簡易ポンチョ の配布 **New!**

ご自由に
おとりやす!

大会当日の雨や寒さ対策としてランナーのみなさまに簡易ポンチョを配布します。必要な方はご自由にお取りください。

※配布場所は下図参照。
衣類回収に関する情報を
併せてご参照ください。



ファーストエイド講習

会場 おこしやす広場地下1階
(ランナー受付会場)

AEDの使い方や心肺蘇生法の講習会を実施します。参加者には、オムロンヘルスケア(株)から素敵なプレゼントが!さらに、京都マラソンからもオリジナルマイカップをプレゼント!定員に限りがありますので、お早めにお申し込みください。※詳しくは、同封のチラシをご参照ください。

平成30年
2月17日(土)

右記の申し込み
フォームから
お申し込みください。



① 10:30~12:00



② 14:00~15:30

いずれも定員各50名計100名

※いずれかを受講してください。



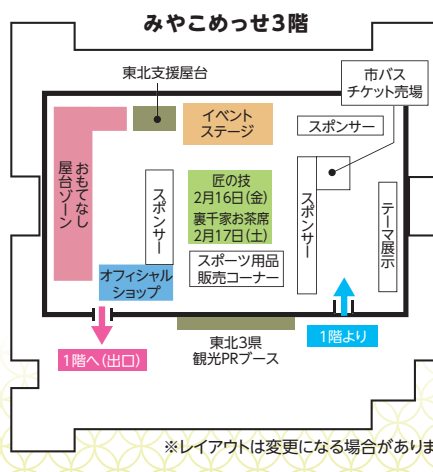
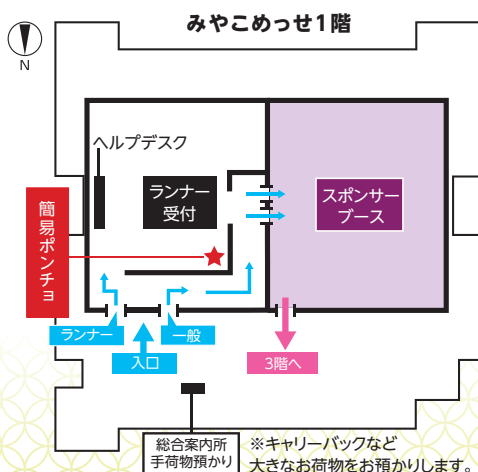
参加者に
素敵な
プレゼント!

低周波治療器

オムロンヘルスケア(株)提供

マイカップ

京都マラソンオリジナル



鳩居堂

京都マラソン2018

京都の老舗「鳩居堂」とのコラボレーショングッズ「にほひ袋」を女性ランナー限定でプレゼント!ランナー受付時にお渡ししますのでお楽しみに。

<http://www.kyukyodo.co.jp/index.html>

鳩居堂 検索



スタート会場へのアクセス(2月18日(日))

会場には時間に余裕を持ってお越しください(公共交通機関、道路事情による遅刻等について主催者は責任を負いかねます。)

JR京都駅発 スタート会場直行バス(臨時市バス)／先着1,750名

6:25～6:50(所要時間15～20分) ※市バス「京都駅前C5のりば」から発車(ノンストップ直行便35台予定)

乗車券(現金230円)は、2月16日(金)・17日(土)のおこしやす広場(みやこめッセ3階)で販売します。

※京都市交通局のご協力により、路線バスで運行しています。

※当日券の販売はありません。

※混雑時には座席に座れない場合があります。



阪急西京極駅へのアクセス(2月18日(日)ダイヤ) 予定

	河原町駅(発)	烏丸駅(発)	大宮駅(発)	西院駅(発)	西京極駅(着)
普通	6:24	6:25	6:27	6:29	6:31
快急	6:35	6:36	6:38	6:40	6:42
普通	6:39	6:40	6:42	6:44	6:46
普通	6:44	6:45	6:47	6:49	6:51
快急	6:50	6:51	6:53	6:55	6:57
準急	6:54	6:55	6:57	6:59	7:01
快急	7:00	7:02	7:03	7:05	7:07
準急	7:05	7:06	7:08	7:10	7:12
快急	7:11	7:13	7:14	7:16	7:18
準急	7:15	7:16	7:18	7:20	7:22
快急	7:22	7:24	7:25	7:27	7:29
準急	7:27	7:28	7:30	7:32	7:34
快急	7:33	7:35	7:36	7:38	7:40
準急	7:37	7:39	7:40	7:42	7:44
快急	7:43	7:45	7:47	7:49	7:51

河原町駅発 6:24～7:43の間は快速急行を含め、全ての電車が西京極駅に停車する予定です。

混雑します

阪急電車で 使用できるカード

PiTaPa、ICOCA、Suica、PASMO、TOICAなど主なICカードが使用できます。

重要

各公共交通機関のダイヤは変更される可能性があるため、必ずご自身でご確認ください。

※スタート時間に遅れた場合、出走できません。

大阪・梅田方面からは、通常の土曜・休日ダイヤに加え、下記の快速急行が西京極駅に臨時停車する予定です。

	梅田駅(発)	十三駅(発)	淡路駅(発)	茨木市駅(発)	高槻市駅(発)	長岡天神駅(発)	桂駅(発)	西京極駅(着)
快急	6:15	6:19	6:24	6:32	6:36	6:44	6:49	6:51
快急	6:30	6:34	6:39	6:47	6:53	7:00	7:06	7:07
快急	6:45	6:48	6:53	7:01	7:06	7:14	7:20	7:21
快急	7:00	7:04	7:09	7:17	7:21	7:29	7:35	7:36
快急	7:15	7:18	7:23	7:32	7:37	7:45	7:50	7:52



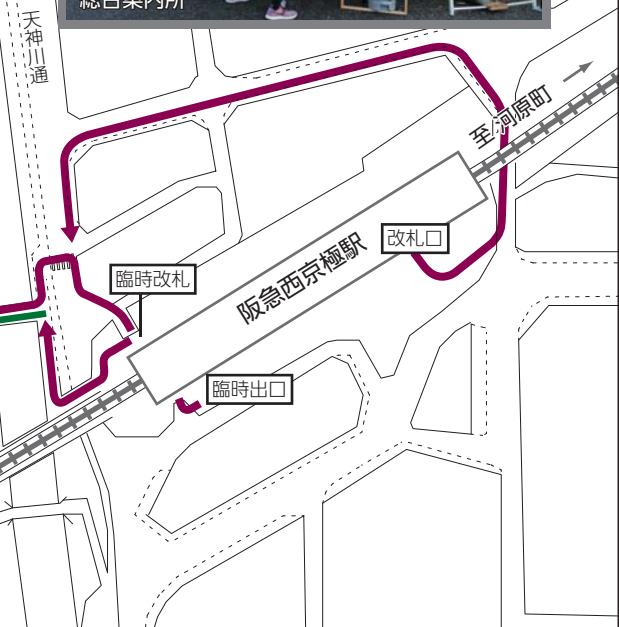
【改札からのルート】

大変混雑が予想されますので、駅到着後は係員の指示に従ってください。

- ➡ ① 京都・河原町方面からの改札口ルート
- ➡ ② 京都・河原町方面からの臨時出口ルート
- ➡ ③ 大阪・梅田方面からの臨時改札ルート

スタート会場





会場へのマイカーやバス等での送迎は固くお断りします。

○会場周辺での駐停車はしないでください。
○周辺住民や施設への迷惑となりますので前日のスタート周辺での野宿はしないでください。

スケジュール

6:50 更衣室開場
6:50 手荷物預け開始(～8:15)
8:00 ランナー整列開始(～8:44)
8:45 スタートセレモニー
8:55 車いす競技スタート
9:00 マラソン・ペア駅伝スタート

～黙とうについて～

スタートセレモニーの中で、東日本大震災で犠牲になられた多くのみなさまのご冥福と一日も早い復興を祈り、全員で黙とうを捧げます。

持参するもの

- ①ナンバーカード(胸・背中中の2枚)
- ②手荷物袋
- ③1,000円程度の現金(緊急事態における電車・バス等での移動のための交通費として携帯をおすすめします。)
- ④(必要な方のみ)防寒衣類
リユース・リサイクル用として回収できるもの(下部参照)。

更衣

New!

更衣エリアのオープンを
10分早めました!

男子更衣室

【ハンナリーズアリーナ(京都市体育館)】 **6:50～8:30**

女子更衣室 ※土足禁止

【市民スポーツ会館2階体育館】 **6:50～8:30**

更衣エリア(男女)

【わかさスタジアム京都(西京極野球場)】 **6:50～8:30**

手荷物預け

New!

手荷物預けの時間を
10分早めました!

6:50～8:15

- 上記時間以外では手荷物預けはできません。
- 預けた荷物を再度取り出すことはできません。

スタートブロック整列

8:00～8:44

- 8:44で各ブロックへの誘導を締め切ります。
時間に余裕をもって移動してください。
- 整列時間に間に合わないランナーは、最後尾からのスタートとなります。
- スタート時間に間に合わない場合は出走できません。

防寒衣類回収

- スタートの号砲までの寒さ対策として、各ブロックに整列中も不要なセーターやジャンパー等の衣類を着用できます。
- 衣類は事前に回収場所に入れていただくか、車いす競技スタートの号砲後に所定の回収場所、又は袋を持った回収スタッフにお渡しください。
- 回収した衣類は、リユース・リサイクルしますので、返却できません。
- ADチェックゲートや参加ブロックの入口ではナンバーカードが見えるように表示してください。
- ランナー受付時に配布する簡易ポンチョは衣類回収場所ではなくゴミ箱へ入れてください。

防寒衣類回収場所 ● S～Fブロックのランナー用 ▲ G～Kブロックのランナー用

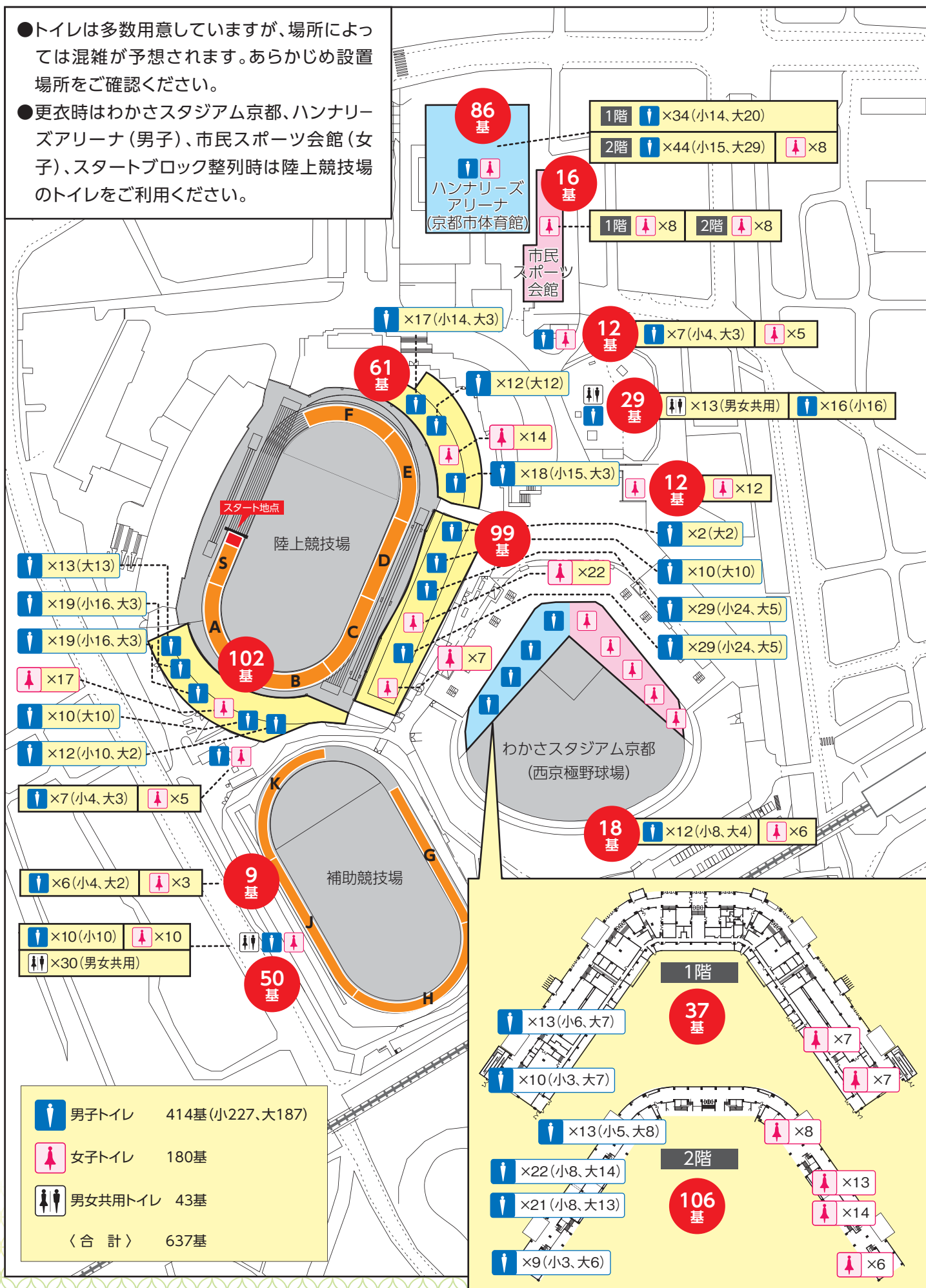
〈例〉



スタート会場トイレ

●トイレは多数用意していますが、場所によっては混雑が予想されます。あらかじめ設置場所をご確認ください。

●更衣時はわかさスタジアム京都、ハンナリーズアリーナ(男子)、市民スポーツ会館(女子)、スタートブロック整列時は陸上競技場のトイレをご利用ください。



スタート前の競技注意事項

- 2017年度日本陸上競技連盟競技規則及び本大会規定により運営します。
- 代理出走は禁止します。
- 競技中の事故については応急処置のみ行います。大会開催中の事故、傷病への補償は主催者が加入した保険の範囲内になります。

健康チェック

- 受付時に配布する「**スタート前チェックリスト**」の内容を確認のうえ、体調が悪い場合は決して無理をせずに出場を辞退してください。
- レース中、体調に異常を感じたら、無理をせずに勇気をもって棄権するよう心がけてください。
- インフルエンザ、その他感染症に感染している場合、又は完治直後の方は、ご自身及び他の方々のために参加をご遠慮ください。

服 装

- スタート後は**ナンバーカードが見える服装**で走行してください。
- 16,000人のランナーが安全に走行していただくことを優先し、**仮装しての出走は禁止します。**
※安全確認がしづらく、転倒の危険、応急処置に支障があるため。
- 大会会場（コース上を含む。）において、広告目的で企業名・商品名等を意味する図案及び商標等を身に付けたり、表示することはできません。
- 当日の気象条件によっては、更衣室の混雑が予想されますので、当日朝の基本的な更衣は自宅や宿泊先で済ませ、会場では防寒着を脱ぐだけにしておくことをおすすめします。

寒さ対策について **Check!**

寒さが厳しい中でのレースは、低体温症を引き起こす可能性があります。各自十分な寒さ対策をしてお参加ください。

〈ウェア〉

- 参加賞のBUFF^{バッフ}をぜひ着用いただき、ヘッドバンドやネックウォーマーとしてご活用ください。
- アームウォーマーやロングタイツ等の防寒グッズも重宝します。
- Tシャツ（長袖等）は、汗を吸って乾きにくい綿製を避け、速乾性のあるポリエステル製等の着用をおすすめします。

〈ポンチョ〉

- 透明のポンチョは防寒性に優れ、またナンバーカードが見えるので便利です。なお、走行中に捨てる場合はコースに設置しているゴミ箱に捨ててください。透明のゴミ袋に穴を開けた簡易ポンチョをランナー受付時に配布します（P.3参照）。
- スタート会場での防寒衣類回収もご活用ください（P.6参照）。

〈ホットクリーム〉

- 大腿部（太もも前）や腰、上腕、ふくらはぎ等に、保温効果のあるホットクリームをすりこんでおくのも効果的です。

■低体温症とは

直腸温等の中心体温が35度以下になった状態をいいます。エネルギー源を燃焼させながら走っている間は低体温にはなりませんが、ペースダウンして内臓機関の活動が低下したときや、燃焼させるエネルギーが枯渇したときは低体温になるおそれがあります。

過去5年間の2月18日気象データ（気象庁：気象観測データより）

年	天気概況	気温(℃)			降水量(mm)			風速(m/s)			日照時間(h)
	昼 (6:00~18:00)	平均	最高	最低	合計	最大		平均風速	最大風速	最大瞬間風速	
						1時間	10分間				
2013年	大雨	4.4	6.8	2.3	43	7.5	1.5	1.7	4.2	7.9	0.0
2014年	曇一時雪	3.3	5.5	2.3	0.0	0.0	0.0	3.1	6.1	10.7	1.0
2015年	雨後時々晴	5.7	9.3	3.7	4.5	2.5	1.0	2.3	5.9	12.8	3.3
2016年	快晴	5.3	12.1	-0.7	-	-	-	1.8	5.1	8.7	10.5
2017年	曇時々晴一時雨	6.8	10.9	3.6	0.5	0.5	0.5	1.9	6.0	14.2	2.7

コース上の競技注意事項

ペースランナー

- ペースランナー(ビブス・風船着用)が以下の6つのタイム毎に3人~4人ずつコースを走ります。
- ペースランナーはスタート号砲からフィニッシュまでの記録(グロスタイム)を目標に走ります。**あくまで目安ですので、正確な設定タイムでフィニッシュするものではありません。**

目標 タイム	3時間30分(9:02)	4時間00分(9:05)
	4時間30分(9:07)	5時間00分(9:10)
	5時間30分(9:12)	6時間00分(9:15)
	※():ペースランナー出発予定時刻	



救護

- スタート2箇所、コース上10箇所、フィニッシュ3箇所に救護所を設置しています。
- 救護所には医師、看護師が待機していますので体調不良の方は申し出てください。
- 医師、競技役員が競技続行不可能と判断した場合、ランナーに競技中止を指示することがありますので、その指示に従ってください。
- 各救護所は、救命処置を重視した体制で運用し、**競技中の傷病については応急処置のみ行います。**それ以上の処置及び責任は負いかねます。
- 救護所に家庭用常備薬(胃腸薬、感冒薬等)の用意はありません。
- テーピング・湿布・コールドスプレーの処置は行いません。必要な方は各自ご準備ください。**



救護所看板



- コース沿道約400m毎に、AEDを持った救護スタッフ(赤色ウェア)を配置しています。**まわりのランナーが突然倒れる等した場合には、他のランナーやスタッフと連携しながら、周囲の安全確認を行い、大声で、又は走って、救護スタッフを呼んでください。**そばにいる方の協力が何よりも重要です。



コース幅

- 京都マラソンの走路は、コース幅が一部で狭くなる箇所(約29km以降(河川敷))があります。**ペースが落ちてきて歩く場合は、看板に従い、端に寄るようご協力をお願いします。**



距離表示

- 距離表示はコース左側(原則)に1km毎と、中間点に設置します。残り5kmからは、残り距離も1km毎に設置します。



距離表示看板

ランナーストップ

- 大会中、事故や火災等緊急事態の発生により、コース上を緊急車両等が通行する場合があります。
- コース上を緊急車両が通行する場合、スタッフの指示に従い**走行停止(ランナーストップ)**をお願いします。なお、**停止時間分の記録の修正はできません。**
- 京都市が範囲に含まれるJアラートの警報が鳴った場合も、安全確認ができるまで走行を停止するよう指示することがあります。

歩行者・自転車のコース横断

- 道路中央部を利用して横断者の滞留場所(歩行者安全地帯)を設置し、ランナーを止めることなく歩行者・自転車を横断させる対策(島方式)をコース上13箇所で行います。コースを左右に振りますので、スタッフの指示に従い、十分注意して走行してください。
- その他の箇所においても、ランナーの走行状況によっては、歩行者を横断させることがありますので、ご協力をお願いします。**

時間制限関門

- 交通・警備、競技運営上、時間制限関門の閉鎖を行います(P.11参照)。関門閉鎖後に競技を続行することはできません。**関門閉鎖後、コース上に残っているランナーは審判員及びスタッフの指示に従って速やかに歩道に上がってください。**
- 関門閉鎖、競技中止、途中棄権の場合は、次のいずれかの方法でフィニッシュ会場(みやこめっせ)までお越しください。
 - ①直近の時間制限関門まで行き、関門バスに乗車する。
 - ②最後尾の追尾バスに乗車する。



時間制限関門看板

トイレ

- トイレは、スタート会場に637基、コース上に40箇所377基、フィニッシュ会場に141基の合計1,155基設置しています。
- コース上に看板による表示がありますので、**必ず所定の場所をご利用ください。**
- 空いている時には、ボランティア等のスタッフも利用させていただくことがあります。
- トイレ利用者の待機列解消のため、スタート会場及びコース前半を中心に計58基の仮設トイレを増設しました。**New!**



トイレ看板

給水・給食

- コース上に給水所を14箇所設けます。
- 給水所では複数台のテーブルで給水を実施しています。
テーブル毎に3/5等のサイン表示をしていますので、焦らず、できるだけ奥のテーブルで提供を受けてください。
- 天候に関わらず、脱水症状等の予防のため、レース中はこまめに給水所で水分・スポーツドリンクを補給してください。
- 紙コップや給食でのゴミ等は、路上や河川に投げ捨てずに必ずゴミ箱に捨ててください。
- スペシャルドリンクの受付はできません。
- 給水所以外での私設の給水・給食については主催者は一切責任を負いかねます。
- マイカップ・マイボトルにも給水します。
- 第10・11給水所にてマイカップ・マイボトル専用の給水所を併設します。**New!**
- 原材料に含まれるアレルギー物質はホームページ等をご確認ください。
- 「おきばりやす給食」ではバラエティー豊かな商品をランナーのみなさまへ提供します。どこの給食で、何が出てくるかは、お楽しみに。**New!**



給水(水)



給水(スポーツドリンク)



給食

給水・給食のメニュー一覧

品名	提供	写真
水	京都市上下水道局	
スポーツドリンク	大塚製薬	
ミニトマト	京都八百一本館	
みかん	京都八百一本館	
バナナ	京都八百一本館	
イチゴ	京都八百一本館	
都こんぶ	中野物産	
塩分チャージタブレット	カバヤ	
ウィダーインタブレット	森永製菓	

※画像はイメージです。実際に提供する商品とは異なる場合があります。

品名	提供	写真
はちみつレモンパン	山一パン	
チョコソフト	山一パン	
ミニクロワッサン	山一パン	
京風あんぱん	山一パン	
生ハツ橋	京都ハツ橋商工業協同組合	
コナッツサブレ	日清シスコ	
ぶどう糖ソフトラムネ	(株)黄金糖	
おきばりやす給食	卸売ひろばタカギ	
カロリーメイト	大塚製薬	
雪の宿	三幸製菓	

キリトリ線

コース上のスタッフについて

この大会では約15,000人のスタッフ、ボランティアが大会運営に当たっています。

紺色: ボランティア
黒色: 本部スタッフ
グレー: 運営スタッフ
赤色: 救護スタッフ
黄色: 京都市職員
紺色: 競技役員



その他注意事項

- 不審物、不審者を発見した場合は、直ちに大会スタッフにお知らせください。
- コース上、200～300m間隔でゴミ箱を設置しています。
ゴミ・不要になったポンチョや手袋等は、ゴミ箱に捨ててください。
- 植物園、河川敷については、植栽等の保護のため、コース以外は走行しないでください。
- 天候により、コース上に凍結防止剤等を散布することがあり、路面が滑りやすくなる場合がありますので、ご注意ください。

京都マラソンあるある劇場

衣類回収編

1. そろそろ手荷物を預けなくっちゃ

2. 寒いー！

3. えい？どうして上着をきてるの？

4. **POINT!** 京都マラソンでは各スタートブロック横で、不要なセーターやジャンパー等の衣類を回収しています。※リサイクルしています。

給水編

1. 給水所か！

2. 結構いっぱいだなあ

3. あれ？

4. **POINT!** 京都マラソンでは給水所のサインに「 $\frac{1}{6}$ 」「 $\frac{3}{6}$ 」などテーブル数を記載しています。前の方は混雑しやすいので分かれて補給しましょう。

救護所編

1. だんだん足が痛くなってきたあ！

2. 次の救護所でコールドスプレーを借りよう！

3. コールドスプレーは置いてないんだ

4. **POINT!** 救護所では、医師・看護師が待機していて、救命処置が第一優先です。ケガや体調不良のランナーには応急処置を行います。

切り取って大会当日に
お持ちいただくと便利です。

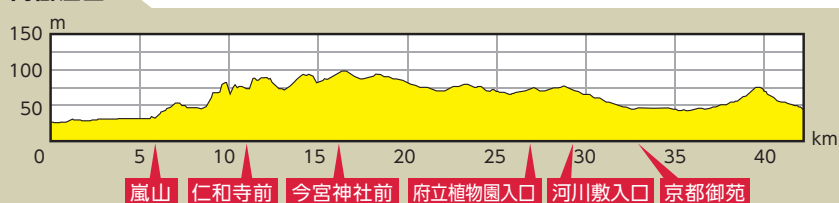
地 点	距 離	位 置	水	スポーツ ドリンク	給食
スタート	0.0km	-	○	○	-
第1給水所	4.5km	右	○	○	-
第2給水所	7.9km	左	○	-	-
第3給水所	10.6km	左	○	○	-
第4給水所	12.5km	右	○	-	-
第5給水所	15.3km	左	○	○	○
第6給水所	17.6km	左	○	-	○
第7給水所	20.6km	左	○	○	○
第8給水所	23.1km	左	○	-	○
第9給水所	26.5km	左	○	○	○
第10給水所	29.5km	右	◎	-	○
第11給水所	32.2km	右	◎	○	○
第12給水所	35.1km	右	○	-	-
第13給水所	37.2km	右	○	○	○
第14給水所	40.8km	左	○	-	-
フィニッシュ	42.195km	-	○	○	○

○マイカップ・マイボトル専用給水所を併設

時間制限関門	距 離	関門場所	閉鎖時刻〈号砲基準〉	区間ペース (1km当たり)
スタート	0km	西京極総合運動公園	—	7分42秒
第1関門	6.1km	清滝道三条(嵐山)	10:02	7分40秒
第2関門	9.1km	一条山越	10:25	7分56秒
第3関門	12.5km	立命館大学前	10:52	8分08秒
第4関門	18.4km	西賀茂橋西詰	11:40	8分10秒
第5関門	26.8km	下鴨中通北山(復路)	12:48	8分11秒
第6関門	32.1km	荒神橋西詰北(河川敷)	13:32	8分13秒
第7関門	34.9km	京都市役所前北(往路)	13:55	8分51秒
第8関門	41.0km	東山近衛	14:49	9分12秒
フィニッシュ	42.195km	平安神宮前	15:00	(いずれも予定)

※第1関門の区間ペースは全ランナーがスタートするまでの時間を15分で計算しています。

高低差図



キリトリ線

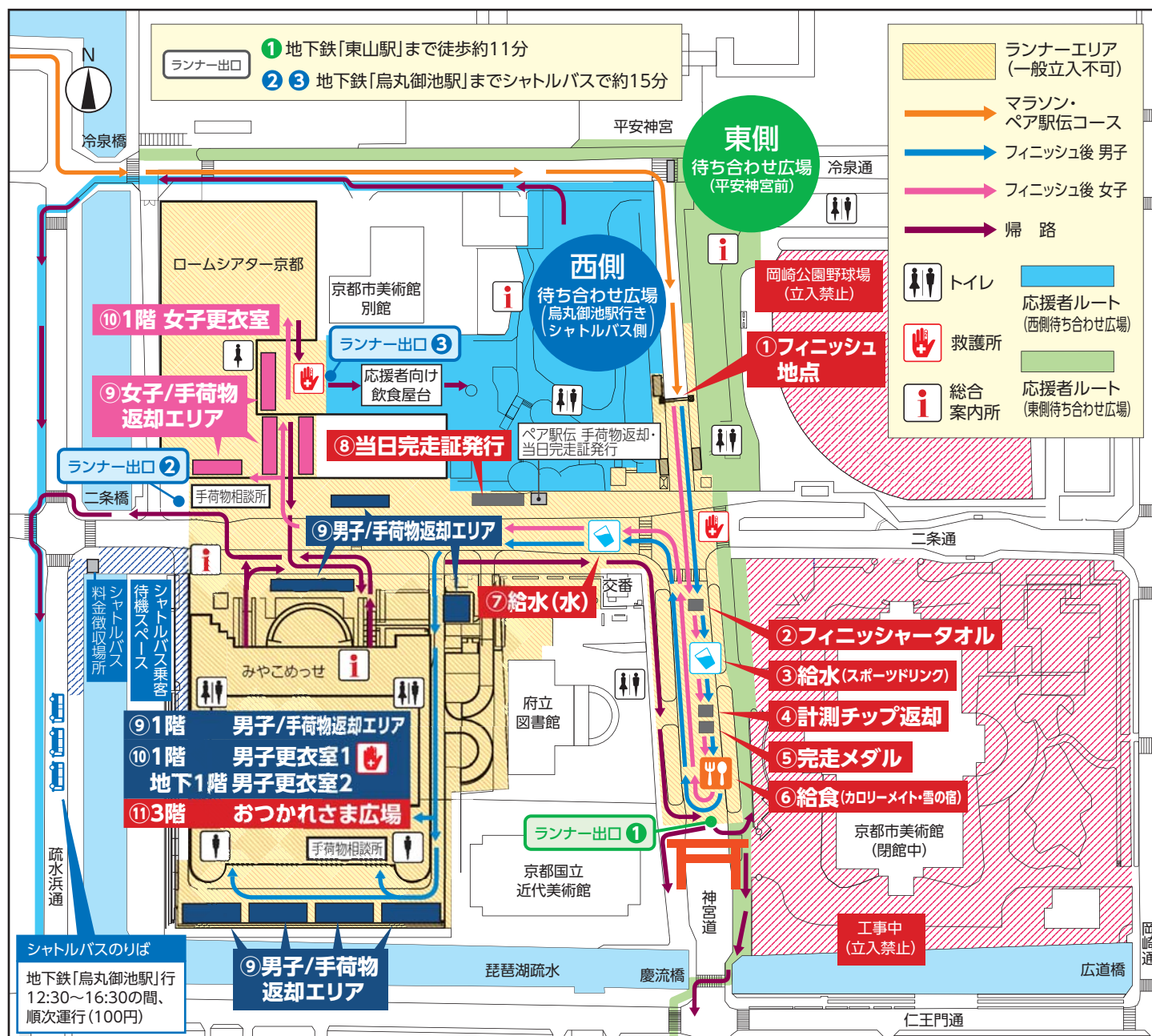


全体コース図



緊急車両通行時にはスタッフの指示に従い、走行停止をお願いします。
トイレは必ず所定の場所にてお願いします。

フィニッシュ会場



フィニッシュ後の流れ

立ち止まると急激に体温が低下しますので速やかにお進みください。

Check!



計測チップ返却について

競技終了後回収します。紛失したり、未返却の場合は実費 (2,000円) を請求させていただきますので、ご注意ください。
返却忘れ等で後日返却の場合は、3月16日 (金) までに右記宛先までお送りください。

〒152-8532 (住所不要/郵便番号で届きます)
「京都マラソン2018計測チップ返却」係
※郵送料は各自のご負担となります。

○ 駐車場はありません。マイカー、バス等での送迎は固くお断りします。

当日完走証

大会当日に速報値による**当日完走証**を発行します。

※「記録証」「敢闘証」はWEB完走証になります。

WEB完走証

○大会5日後(予定)より、**WEB完走証**を大会公式サイトからダウンロードできます。公式記録(グロスタイム)の他に、参考としてスタートライン通過時刻から計測したタイム(ネットタイム)と5km毎に計測したスプリットタイムを記載しています。

※登録の部の方には「記録証」、制限時間外完走者や途中棄権者(5km以降通過者対象)の方には「敢闘証」を発行します。

※印刷されたものの発送をご希望の方は、3月16日(金)までにコールセンターにご連絡ください。

公式記録

号砲からフィニッシュまでの所要時間(グロスタイム)です。

完走者新聞

○京都新聞社ホームページにて完走者新聞の申込みを受け付けます(500円送料・税込)。2月1日(木)～3月7日(水)予定。

※2月16日(金)・17日(土)のおこしやす広場での申込み受付は行いません。

記録速報(ランナーズアップデート)

大会公式サイトにおいて、5km毎、中間点、フィニッシュのタイムをナンバーカード又は氏名で検索することができるサービスを提供します。

※この記録は速報のため、参考タイムになります。

PC・
スマートフォン



<http://p.kyoto-marathon.com>

携帯サイト



<http://r.kyoto-marathon.com>

応援者向け飲食屋台もあるよ!! 京都の名店屋台がずらり! ぜひお立ち寄りください(お連れ様と一緒に飲食できます)。

京都マラソン2018

おつかれさま広場

大会終了後、ランナーのみなさまへ、みそ汁や足湯、マッサージなどのサービスをはじめ京都の有名料理店の味が楽しめるおもてなし屋台を設置します。フィニッシュ後はおつかれさま広場で疲れた体を癒してください。

足湯／無料

冷えた身体が足元からポカポカ。疲れた足をゆっくりと癒やしてください。



マッサージ／無料

12:00～15:30(最終受付)

レースで疲れた身体を鍼や指圧で癒やします。



みそ汁／無料

2013年12月、「和食」がユネスコ無形文化遺産に選ばれ、ますます注目を集める京都の食文化。レース後のランナーの方に、京都ならではの食材を使用した温かいみそ汁を無料で提供します。



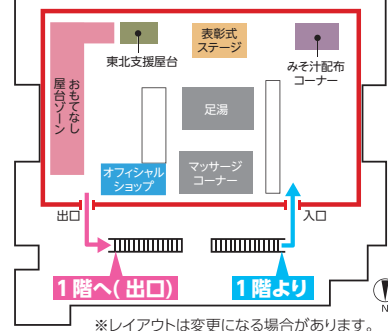
表彰式／13:00～13:30

ステージにてマラソン総合男女1～8位の方の表彰式を行います。



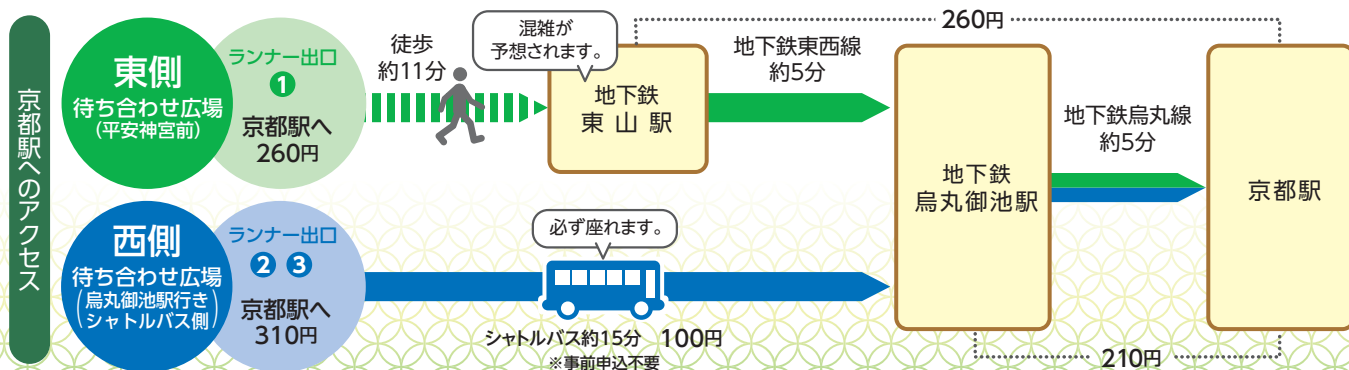
完走メダル

今回のメダルは、Instagramを通じた投票で七宝文様のデザインに決定しました!

みやこめっせ3階
おつかれさま広場(ランナー専用)

ランナー出口

	ランナー出口①	ランナー出口②	ランナー出口③
待ち合わせ広場	東側待ち合わせ広場	待ち合わせできません	西側待ち合わせ広場
応援者の待ち時間の過ごし方	ありません	ありません	京都市美術館「別館」
飲食販売	ありません	ありません	あります
帰路	地下鉄東山駅に便利	シャトルバスに便利	シャトルバスに便利





Q1 ランナー受付は代理でも可能ですか？

A. 代理受付は一切認めていません。ランナーご本人による受付をお願いします。また、ペア駅伝の受付は出走者2人が一緒に行ってください。グループエントリー（お仲間・ご家族エントリー）の受付は別々でも可能ですが、必ず全員が行ってください。いずれも本人確認書類の提示がない場合、受付できませんので、ご注意ください。

Q2 出走できなくなった場合の参加料の扱いはどうなりますか？

A. 不参加の場合も参加料の返金はできません。地震、風水害、降雪、河川敷の冠水、事件、事故、疾病等、主催者の責にやらない事由で中止又は縮小となった場合も同様です。

未受付の場合

参加賞の「京都マラソン2018オリジナルBUFF」を希望される方は3月2日（金）必着にて次の宛先までナンバーカード引換証を郵送してください。

送付先 〒152-8532（郵送の場合、住所記載不要）
京都マラソンランナーコールセンター

受付後の場合

計測チップをランナー受付会場（みやこめっせ1階）の「ヘルプデスク」に返却するか、次の宛先まで郵送してください（3月16日（金）必着）。返却されない場合は、実費（2,000円）を請求させていただきます。

送付先 〒152-8532（郵送の場合、住所記載不要）
「京都マラソン2018計測チップ返却」係

Q3 友人等に代わりに走ってもらうこと（代理出走）はできますか？

A. 出場の権利譲渡や代理出走はできません。申込者本人でないことが判明した場合には失格とし、かつ、今後の本大会への申込みは受け付けません。

Q4 スタートブロックはどのように決めているのですか？

A. スムーズかつ安全にスタートしていただくため、日本陸連登録の有無、個人・グループエントリーの別にかかわらず、過去3年間のマラソン又はハーフマラソンのタイムを持つランナーからタイム順に待機ブロックを設定します。その後、予想タイムを記入したランナーがタイム順に整列します。未記入の方は、最後尾からのスタートとなります。

Q5 当日、別のスタートブロックに入ることはできますか？

A. 指定ブロックより前方（速めの）ブロックに入ることはできません。後方（遅めの）ブロックへの移動は可能です。

Q6 グループエントリーのスタートブロックは全員一緒ですか？

A. グループエントリー（お仲間・ご家族エントリー）であっても、各個人のタイムを元に別々のスタートブロックを設定しています。グループで同じブロックからスタートしたい方は、一緒に走られる方の中で、最も後ろに位置する方のブロックにお並びください。

Q7 走っているときに落とし物をした場合どこに問い合わせたらいいですか？

A. 京都マラソン実行委員会事務局までご連絡ください。
TEL:075-366-0314（大会翌日以降の平日8:45～17:30）

みなさまへのお願い



大会当日はご不便をおかけしますが、マイカーを使用しないよう、ご協力をお願いします。

大会当日は、京都市内で交通渋滞の発生が予想されます。ランナーのみなさまをはじめ、応援に来られる方々もマイカーのご使用を控え、公共交通機関をご利用ください。

