京都馬拉松2015 參賽指南

參加雙人接力賽者，
除了本份文件之外
亦請閱讀附件。

非常感謝您報名本次「京都馬拉松2015」。
敬請詳閱本份文件，期待您當日能以最佳狀態出賽。
全體工作人員由衷盼望與各位參賽者在會場相見。

大賽日程

跑者報名	2月13號(五) 2月14號(六)	10:30～19:00 (最終入場)	●跑者報名 ●京都馬拉松OKOSHIYASU廣場	京都Miyakomesse1樓、3樓
大賽當日	2月15號(日)	7:00	更衣室，更衣區開放	西京極綜合運動公園
		7:00～8:15	行李寄存	
		8:00～8:44	跑者定位	A～F區：陸上競技場 G～K區：補助競技場
		8:45	起跑典禮	
		8:55	輪椅競賽起跑	
		9:00	馬拉松，雙人接力賽起跑	
		13:00	馬拉松頒獎典禮	Miyakomesse 3樓
		15:00	馬拉松，雙人接力賽結束	平安神宮前

電視播放（預定）

KBS京都台　2月15號(日)第一部8:30～9:25　第二部12:30～13:25　第三部21:00～21:55
每日放送台　2月22號(日)　13:00～13:55
NHKBS1　3月7號(六)　18:00～18:50

京都馬拉松最新情報・諮詢處等

大賽官方網頁

http://www.kyoto-marathon.com　京都馬拉松 搜尋

跑者詢問處

0570-066-055

到2月12號(四)的平日……10:00～17:00
2月13號(五)・14號(六)…… 10:00～20:00
2月15號(日)…… 5:00～17:00

關於比賽舉行的最終決定

本活動有可能因各種天然災害，天候不佳或河水泛濫情形而中止舉行。
關於活動是否如期舉行，將依右側日期並由以下方式公告。
※於活動官方網站宣佈。
※若活動終止舉行時，亦會於京都市情報館（http://www.city.kyoto.lg.jp）刊載。
※若活動終止舉行時，恕無法退還報名費用、手續費，敬請見諒。

Kyoto City Web 搜尋

最終決定日期 2月15日(日) 5:00

關於參賽者問卷調查

本活動結束後，將於活動官方網站或以郵件方式實施參賽者問卷調查。為了讓京都馬拉松比賽能夠成為更加完善的活動，希望各位參賽者能將您的感想及寶貴意見提供給我們做為日後改進的參考。

日 程

2月13號（五），14號（六）10：30～19：00（最終入場）
※超過上記的報名時間無論任何理由都一律不可報名。（公共交通的遲延等也不可）請您用充足的時間前來報名。
※**大會當日一律不受理報名。（當日沒有報名）**

會 場

Miyakomesse1樓
（京都市勸業館：
京都市左京區岡崎
成勝寺町9-1）

攜 帶 物 品

①號碼牌（布）交換券
※號碼牌（布）交換券若不慎遺失、忘記攜帶時，可再次發行。唯再次發行時須酌收**200日圓手續費。**
②身份證明文件（影本不可）※**請攜帶下列任一項。**

- 駕照
- 健康保險證
- 住民票
- 住民基本台帳卡
- 護照
- 特別永住者證明書
- 在留卡
- 學生證
- 國民年金手冊
- 介護保險證
- 身心障礙者手冊
- 療育手冊
- 障礙者保健福祉手冊

跑 者 報 名 流 程

ID確認（確認是否為報名者本人）
↓
領取號碼布、參加獎等
↓
Miyakomesse 1樓
↓
Miyakomesse 3樓

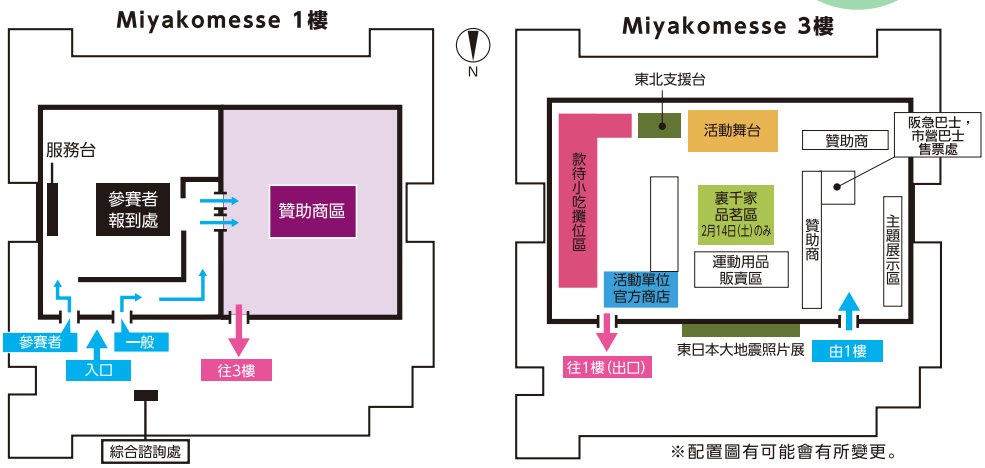
■ 注 意 事 項

○**恕不受理參賽者以外的人士持委託書代為辦理報到。**
○身心障礙者若需要陪跑員時，請持身心障礙者手冊或療育手冊，**並與陪跑員一同至報名處。**

關於京都馬拉松2015 Okoshiyasu廣場

家人，朋友等任何人可以入場。大家一起來玩吧。

2月13號，2月14號10：30～19：00（最終入場）



※配置圖有可能會有所變更。

關於報名會場的交通(大賽前1天/前2天)

To Kokusai Kaikan
Marutamachi-dori St.
Marutamachi Sta.
Jingu-marutamachi Sta.
N
Heian Jingu Shrine
Kamo River
東山二條・岡崎公園口
岡崎公園ROHM劇場京都・Miyakomesse前
Nijo-dori St.
Higashioji-dori St.
Kyoto Prefectural Library
Miyako messe
Kyoto Municipal Museum of Art
Kyoto City Zoological Garden
京都国立近代美術館
岡崎公園美術館・平安神宮前
Niomon-dori St.
地下鐵烏丸禦池站 Subway Karasuma Oike Sta.
Kyoto City Hall
Kyoto Shiyakusho-Mae Sta.
Oike-dori St.
Jingu-Michi-dori St.
Okazaki-Michi St.
Sanjo Keihan Sta.
東山站 Higashiyama Sta.
出口1
出口2
Sanjo-dori St.
地下鐵東西線 Subway Tozai Line
Sanjo Sta.
To Rokujizo/Hamaotsu
阪急電車 京都線 Hankyu Railway Kyoto Line
河原町站 Kawaramachi Sta.
Karasuma Sta.
Gion-shijo Sta.
Shijo-dori St.
Shijo Sta.
地下鐵烏丸線 Subway Karasuma Line
Keihan Railway
Kawabata-dori St.
Kiyomizu Temple
Gojo-dori St.
Gojo Sta.
Kiyomizu-gojo Sta.
Higashi-Honganji Temple
從京都車站來場的推薦路線
Shichijo-dori St.
Shichijo Sta.
Karasuma-dori St.
Kawaramachi-dori St.
To Osaka
JR京都站 JR Kyoto Sta.

從阪急電車「河原町站」坐都市巴士(230日圓)

32系統 去往平安神宮、銀閣寺方面
46系統 去往祇園、平安神宮方面
❶[岡崎公園ROHM 劇場京都、Miyakomesse前]下車

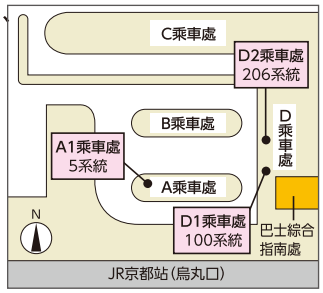
5系統 去往銀閣寺、岩倉方面
❷[岡崎公園美術館・平安神宮前]下車

31系統 去往高野・岩倉方面、
201系統 去往祇園・平安神宮方面
❸[東山二條・岡崎公園口]下車後, 步行5分鍾

從JR「京都站」(烏丸口)坐都市巴士(230日圓)

100系統 去往清水寺、銀閣寺 5系統 去往銀閣寺、岩倉方面
❷「岡崎公園美術館・平安神宮前」下車

206系統 去往祇園、北大路汽車站方面
❸「東山二條・岡崎公園口」下車後, 步行5分鍾



從JR京都站來場的推薦交通

京都站 → 地下鐵烏丸線 約5分鍾 → 地下鉄烏丸禦池站 → 地下鉄東西線 約5分鍾 → 地下鉄東山站 → 步行 約8分鍾 → Miyakomesse

260日圓

請一定利用公共交通來場。

1 號碼牌(號碼布)

登錄

胸(附測量晶片)

背後

一般

胸(附測量晶片)

背後(有信息的號碼布)

○位於起點會場的更衣室將會非常擁擠，敬請於前一天將號碼布事先別在T恤上。

○恕不再次發給。**請務必於胸前、背後各別上一片號碼布。若參賽者未依規定別上2片號碼布，將失去參賽資格。**

※一般參賽者請於背後別上有信息的號碼布。

○需陪跑員參賽的參賽者，另外發給陪跑員專用的「陪跑號碼布」。

○隨身物品貼紙（請參閱第②項）、安全別針（8個）、起跑前確認單。

2 隨身品寄存袋貼紙

○請於前一天事先貼在行李袋的中央位置。

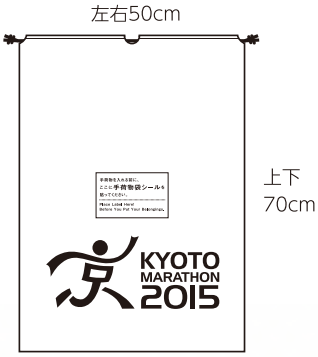
○建議先將貼紙固定好之後再放入行李。

3 心手相連刺繡貼布

○支援東日本大地震重建工程的象徵物之一。

○請貼在胸前、肩膀等明顯易見的地方。

4 隨身物品寄存袋



○於起點寄存的隨身物品，將於終點返還。

○**為避免袋內物品掉落，請將行李袋的封口拉繩確實繫好。**

○恕無法寄存貴重物品、易碎品、生鮮食品、長傘（折傘可）、危險物品等物品。此外，若發生貴重物品遺失之情形主辦方不承擔責任，敬請留意。

○**終點的寄存行李保管處位於室外，若有下雨等情形時您的行李有可能會淋濕。**

○無法放入隨身物品袋的物品，請前往起點的綜合諮詢處旁的宅配受理櫃台，將行李以宅配方式寄送到終點或府上。（此為付費服務）

5 參加獎「京都馬拉松2015原創BUFF」

商品提供:株式會社華歌爾

○可作為頭帶、圍脖等多種用途，為源自西班牙的多功能頭巾。

○**具有禦寒功能，歡迎配戴。**

6 大會活動節目內容

○包含沿途聲援路線地圖以及刊載本活動各種相關諮詢內容。

○為響應環保，減少紙張使用，恕不提供參賽者芳名錄。

○參賽者姓名一覽可於本活動官方網站上查詢。（預定於2月上旬公開）

前往起點的交通方式(活動當日)

請預留充裕的時間前往會場。(若因公共交通機關、路況等因素導致遲到時，主辦方恕不負責)

起點接駁巴士(JR京都車站發車　臨時市營巴士) / 限1,750名，額滿為止

6:16~6:50　※市營巴士，於「京都車站前C5乘車處」發車。(接駁車，預計共35台) New!(增加班次)

活動當天，將行駛至西京極運動公園前的臨時巴士。**車票將於13日(五)、14日(六)於Miyakomesse3樓以每張現金230日圓銷售。請有乘車需求的參賽者前往購票。**

※京都車站於發車當日不銷售本車票。

前往阪急電車西京極站的交通方式(京都馬拉松比賽當日列車)

河原町車站發車　於6：24~7：43間，包含快速急行等的所有列車都將停靠西京極車站。

	Kawaramachi Sta. 河原町站(發)	Karasuma Sta. 烏丸站(發)	Omiya Sta. 大宮站(發)	Saiin Sta. 西院站(發)	Nishikyogoku Sta. 西京極站(到)
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

將會擁擠

阪急電車可使用的IC卡

除了KANSAI THRU PASS以外，亦可使用PiTaPa、ICOCA、Suica、PASMO、TOICA等各大IC卡。

阪急電車預售票指南

活動當天售票處將會非常擁擠。

2月14日(六)於Miyakomesse將銷售阪急電車的車票，敬請有乘車需求的參賽者事先購票。

※至西京極車站為止的票價
由梅田乘車為400日圓，由河原町・烏丸乘車為190日圓，由大宮・西院乘車為150日圓(請自備零錢，恕不找零)

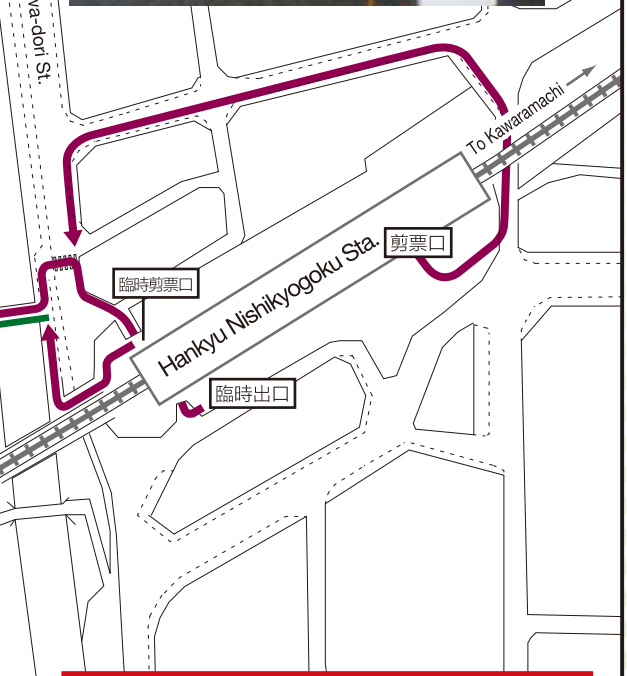
由大阪、梅田方面出發的車次，除了一般週六、節假日行駛的列車之外，下列快速急行亦會臨時停靠西京極站。

	Umeda Sta. 梅田站(發)	Juso Sta. 十三站(發)	Awaji Sta. 淡路站(發)	Ibaraki-shi Sta. 茨木市站(發)	Takatsuki-shi Sta. 高槻市站(發)	Nagaoka-tenjin Sta. 長岡天神站(發)	Katsura Sta. 桂站(發)	Nishikyogoku Sta. 西京極站(到)
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

等待區域
參賽者區
（一般民眾不能進入）
參賽者路線
聲援者路線
1～16 隨身物品運送車
救護所
Gojo-dori St.
市營巴士停靠站
（西京極運動公園前）
京都車站發車的臨時巴士抵達。（預定35台）
To Uzumasa Tenjingawa Stat
（2km／步行約30分鐘）
京都市體育館
New!
男士專用更衣室
女子參賽者於更衣後，限由京都市體育館的2樓離場。
New!
女子專用更衣室
市民運動會館
離開2樓時，請利用坡道。
男子參賽者路線
男子參賽者離場路線
女子參賽者路線
女子參賽者離場路線
隨身物品寄存區
聲援者觀賞席
（敬請配合隨身行李安全檢查。）
起　點
輪椅參賽者
禁止進入場內
陸上競技場
等待區域
（A～F）
C～F入場口
A•B入場口
宅配受理處
（此為付費服務）
雙人接力賽受理處
綜合諮詢處
飲料供應區
飲料供應區
更衣區
Wakasa 體育場京都
（西京極棒球場）
男子專用更衣區
女子專用更衣區
雙人接力賽用隨身物品運送車
G•H入場口
J•K入場口
暖身區
輔助競技場
等待區域
（G～K）
G～K區的參賽者於整隊完畢後，將移動至起點，請於大會開幕儀式結束後將防寒衣物回收至指定場所。
Hankyu Railway Kyoto Line
To Umeda

隨身物品運送車

綜合諮詢處



活動會場禁止以自用車、巴士等接送。

○請勿將車輛停放於會場周邊地區。
○請勿於活動前晚在起點附近搭營過夜。
此行為會造成鄰近居民、設施的困擾。

活動流程

7:00　開放更衣室使用
7:00　開始辦理隨身物品寄存（～8:15）
8:00　開始參賽者列隊（～8:44）
8:45　開幕儀式
8:55　輪椅競技開始
9:00　馬拉松･雙人接力賽開始

開幕儀式進行中，將為東日本大地震罹難者哀悼並祈求能早日重建家園，敬請全體參賽者與工作人員一同默禱。

須攜帶物品

①號碼布（胸前、背後共2片）
②隨身物品袋
③零錢（若發生突發狀況時可能需搭乘電車、巴士等交通工具移動，建議您隨身攜帶**500日圓左右**的零錢。）
④（僅限需要者）禦寒衣物
可反復使用，可回收的衣物（參考下面）

更　衣

男子更衣室 New!
【京都市體育館】　**7:00～8:30**

女子更衣室 New!
【市民運動會館】　**7:00～8:30**

更衣區
【西京極棒球場】　**7:00～**

隨身物品寄存

受理時間 7:00～8:15

○超過以上時間後，不再受理行李寄存。
○一旦寄存行李後，將無法再取出行李。

〈例〉

等待區域　隨身物品運送車編號

等待區域定位

時間 8:00～8:44

○**於8：44將結束進入各等待區域的導引，敬請預留充裕的時間前往。**
○若參賽者未能趕上整隊時間，須於隊伍的最後方起跑。
○**若參賽者未趕上起跑時間，則無法參賽。**

起點會場的禦寒衣物回收 New!（跑道上沒有回收處）

○至起跑的鳴槍為止，參賽者可穿著自己不需要的毛衣或外套等禦寒。
※**回收後的衣物將作為資源回收或再利用，恕無法返還。**
※衣物請於輪椅競技開始的鳴槍之後，回收至指定場所或交由手持袋子的回收服務人員。
※開幕儀式進行中不回收衣物。
※回收時，請勿丟入垃圾。
※於各個參賽區域入口，請把號碼布放在明顯位置以便服務人員確認。

禦寒衣物回收點
● A～F區的參賽者專用
▲ G～K區的參賽者專用

起點會場洗手間

●起點會場設有多處洗手間可供使用。但由於部分洗手間有可能容易擁擠，請活用本地圖事先確認好洗手間的位置。

●更衣時如需使用洗手間，請前往京都市西京極棒球場、京都市體育館（男子）、市民運動會館（女子）。於等待區域整隊時請使用陸上競技場的洗手間。

○競賽規則依照2014年度日本田徑總會競賽規則以及本大賽事規定。
○嚴禁報名參賽者本人以外的人士代跑。
○競賽中若發生意外，僅提供應急護理。活動進行中發生意外、傷病的補償僅限於活動單位加入的保險項目範圍內。
○「InterFaith接力賽～祈願和平的接力賽～」（共4個區段）也將與本活動同時舉行。包含來自海外的參賽者，由不同宗教組成的10支隊伍共40名跑者，是與京都馬拉松同一路線進行的接力賽。

起跑前的競賽注意事項

健康狀況確認

○**請確認報到時發給的「起跑前確認單」內容，如身體不適時請放棄參加，勿勉強出賽。**
○比賽中，若感覺身體狀況有異常時請鼓起勇氣棄權，勿勉強繼續比賽。
○若有罹患流行性感冒以及其他感染病，或剛接受治療初癒者，為了您以及其他參賽者著想請避免出賽。

服　裝

○請穿著能看見號碼布的服裝參賽。
○請避免穿著違反善良公共秩序的服裝。
○以創意造型裝扮出賽雖然能夠為會場製造熱鬧氣氛，但將有礙於跑步且有可能令其他參賽者、沿途民眾感到不快，因此**京都馬拉松禁止以創意造型裝扮出賽。**
○於活動會場（包含路跑沿線）禁止穿著或展示具有公司行號名稱、商品名稱等意涵的圖案及商標等廣告性質的衣物。
○依當日的天候狀況更衣室有可能會非常擁擠，請於當日出發前於府上或住宿飯店做好基本更衣。於抵達會場後僅需脫掉禦寒衣物程度的更衣為佳。

禦寒措施　Check!

由於在寒冷的天候中比賽，有可能會引發低體溫症的可能性。請參賽者做好充分的禦寒準備蒞臨會場。

配件
○歡迎配戴參加獎的BUFF，可做為圍脖或頭帶等使用。
○袖套、保暖褲等也是非常好的禦寒用品。
○T恤（長袖等）請避免吸收汗水後不易乾燥的綿製品，建議選用具有速乾性的聚酯纖維等製品。

透明塑膠袋、雨披
○將45公升大小的透明塑膠袋開孔後使用、或穿上透明的雨披不僅能達到絕佳的禦寒效果，且號碼布也清楚易見是相當方便的用品。此外，跑步時若需脫掉請丟棄於補給站的垃圾桶。
○**請使用起跑會場內的禦寒衣物回收（參考P.6）**

暖身乳液
○大腿前、腰部、臂膀、腳踝等處塗抹具有保暖效果的乳液亦可有效禦寒。

■何謂低體溫症
指直腸溫等的中樞體溫降到35度以下的狀態。一邊燃燒能源一邊跑步時並不會產生低體溫症，當腳步逐漸緩慢、體內燃燒機關的活動減少或可供燃燒的能源枯竭時，就有可能產生低體溫症。

天候狀況　　過去5年的2月15日氣象資料（資料來源：氣象廳之氣象觀測資料）

年	天氣概況	氣溫（℃）			降雨量（mm）			風速（m/s）			日照時間（h）
	白天（06:00～18:00）	平均	最高	最低	合計	最大 1小時	最大 10分鐘	平均風速	最大風速	最大瞬間風速	
2010年	雨轉多雲	5.9	8.5	3.5	12.0	2.5	0.5	1.7	4.6	8.2	0.0
2011年	陰時雨轉晴	3.2	7.6	0.1	0.5	0.5	0.5	1.5	4.8	9.1	3.3
2012年	陰	4.2	7.1	2.0	0.0	0.0	0.0	1.8	4.5	7.8	0.0
2013年	雨轉多雲	4.8	7.1	2.6	8.0	2.5	0.5	1.5	4.0	7.0	0.1
2014年	雨	4.4	7.4	1.4	11.5	2.5	1.0	2.5	5.5	10.9	0.6

領跑員

○做為參賽者們跑步的指標，路線上將會有4～5名領跑員（配戴圍兜、氣球）於每一個指標時段於路線上跑步。

○**領跑員在鳴槍後至終點為止，將以記錄（總時間）為目標跑步。此一紀錄時間目的僅在做為提供參賽者時間的參考，並非要求以確實的設定時間完賽。**

目標時間		
	3小時30分(9:02:30)	4小時00分(9:05)
	4小時30分(9:07:30)	5小時00分(9:10)
	5小時30分(9:12:30)	6小時00分(9:15)

※(　):領跑者的預計起跑時刻

救　護

○於起點2處、路線上10處、終點2處設有救護站。

○救護站裡有醫師、護士隨時值勤待命，若您感到身體不適時請告知服務人員。

○如經醫師、競技役員判斷不能繼續參賽時，將可能要求參賽者中止比賽，請遵循其指示。

○**各個救護站皆以急救為主的體制而設置，當參賽者在競賽中發生傷病時僅能提供應急救護。**恕無法提供其他醫療，敬請留意。

○救護站沒有預備家庭常備藥（腸胃藥、感冒藥等）。

救護所

○不提供貼紮、貼布、冰鎮噴霧的處理。請有這些需求的參賽者自行準備。

○路線沿途約每400m，將會有一名持AED（自動體外心臟去顫器）且穿著紅衣的救護人員。**如您周圍的參賽者突然倒地時，**請與其他參賽者、服務人員聯繫，再確認附近安全無慮之後**大聲呼叫、或跑向救護人員的所在位置尋求急救。**身邊人士的協助是急救時最重要的一環。

路線幅寬

○京都馬拉松的行經路線上，部分路段的幅寬縮減（約21km以後〈北山通〉、約29km以後〈河灘地〉）。

若腳步減緩需行走時，請遵循告示牌的指示儘量靠著路線兩邊行走。

距離標示

○於路線的左側（原則上）每1km及中間點會設置距離標示。當路跑距離剩餘5km時，亦會每1km設置剩餘距離標示。

距離表示

暫停腳步

○活動進行中，若發生意外或火災等緊急狀況時，路線上的任何一個地點都有可能會有救援車輛通行。

○當路線上有救援車輛通行時，請遵循服務人員的指示停止跑步（暫停腳步）。此外，暫停的這段時間無法在時間記錄裡修正扣除，敬請諒解。

步行者、自行車穿越路線

○於路線共有11處在道路中央設有穿越馬路者專用的等候區（步行者安全地帶），是當步行者、自行車須穿越馬路時參賽者們也無須停下腳步的措施（島方式）。路線將會依況分為左側或右側通行，請依服務人員指示謹慎通過。

○其他場所亦有可能依參賽者的跑步狀況讓步行者穿越馬路時，亦請配合指示。

限時關卡

○基於交通、警備、競賽營運上的考量，設有限時關卡。（請參閱P.11）超過限制時間後，參賽者即無法再繼續參加比賽。

請仍然留在路線上的參賽者依審判員及服務人員的指示迅速離開路線。

○當超過關卡時間、中止競賽、中途棄權時，請利用以下任何一個方式前往終點（Miyakomesse）。

①前往最近的限時關卡位置，搭乘關卡巴士。

②到隊伍最後方，搭乘尾隨巴士。

限時關卡

洗手間

○洗手間設於起點會場共592間、路線上38處共331間、終點會場共126間，總計1,049間。 New!(增設)

○起點及路線後半段為坐式馬桶。 New!

○臨時流動廁所備有洗手台。 New!

○路線上有告示牌指引洗手間的位置，**請務必前往指定場所如廁。**

○義工等服務人員亦會使用洗手間，請互相禮讓使用。

洗手間

補給站

○路線上設有14處補給站。

○**靠近前方的桌子將會相當擁擠，請盡可能使用後方的桌子。**

○紙杯、飲食所產生的垃圾等，請務必丟棄於垃圾桶，切勿投擲道路或河川。

○恕無法提供特殊飲料。

○於補給站以外的地方補充水分及飲食所造成的後果，主辦方概不負責。

○無論天候狀況如何，為預防產生脫水症狀，請於比賽中適時補充水分或運動飲料。

○自備環保杯的參賽者，可使用環保杯取水。

補給(水)

補給(運動飲料)

補給食物

其他注意事項

○**當發現可疑物品、可疑人士時，請立刻告知服務人員。**

○植物園、河灘地為保護植物區域，除指定路線以外請勿通行。

○依天候狀況路線上有可能會灑上防止凍結的藥劑而造成路面打滑，敬請留意。

關於路線上工作人員

為營運大會，此大會約有15000名工作人員與義工。

黑色:營運服務人員　紅色:救護人員

水藍色:補給服務人員　黃色:京都市職員

藍色:沿途服務人員　深藍色:競技役員

京都馬拉松小劇場

全體路線圖

地　點	距　離	位置	水	運動飲料	補充食物
起跑點	0.0km	-	-	○	-
第1補水處	4.5km	右	○	○	-
第2補水處	7.9km	左	○	-	-
第3補水處	10.6km	左	○	○	-
第4補水處	12.5km	右	○	-	-
第5補水處	15.3km	左	○	○	-
第6補水處	17.6km	左	○	-	○
第7補水處	20.6km	左	○	○	○
第8補水處	23.1km	左	○	-	-
第9補水處	26.3km	左	○	○	○
第10補水處	29.5km	右	○	-	○
第11補水處	32.2km	右	○	○	○
第12補水處	35.1km	右	○	-	○
第13補水處	37.5km	左	○	○	○
第14補水處	40.8km	左	○	-	-
終　點	42.195km	-	-	○	○

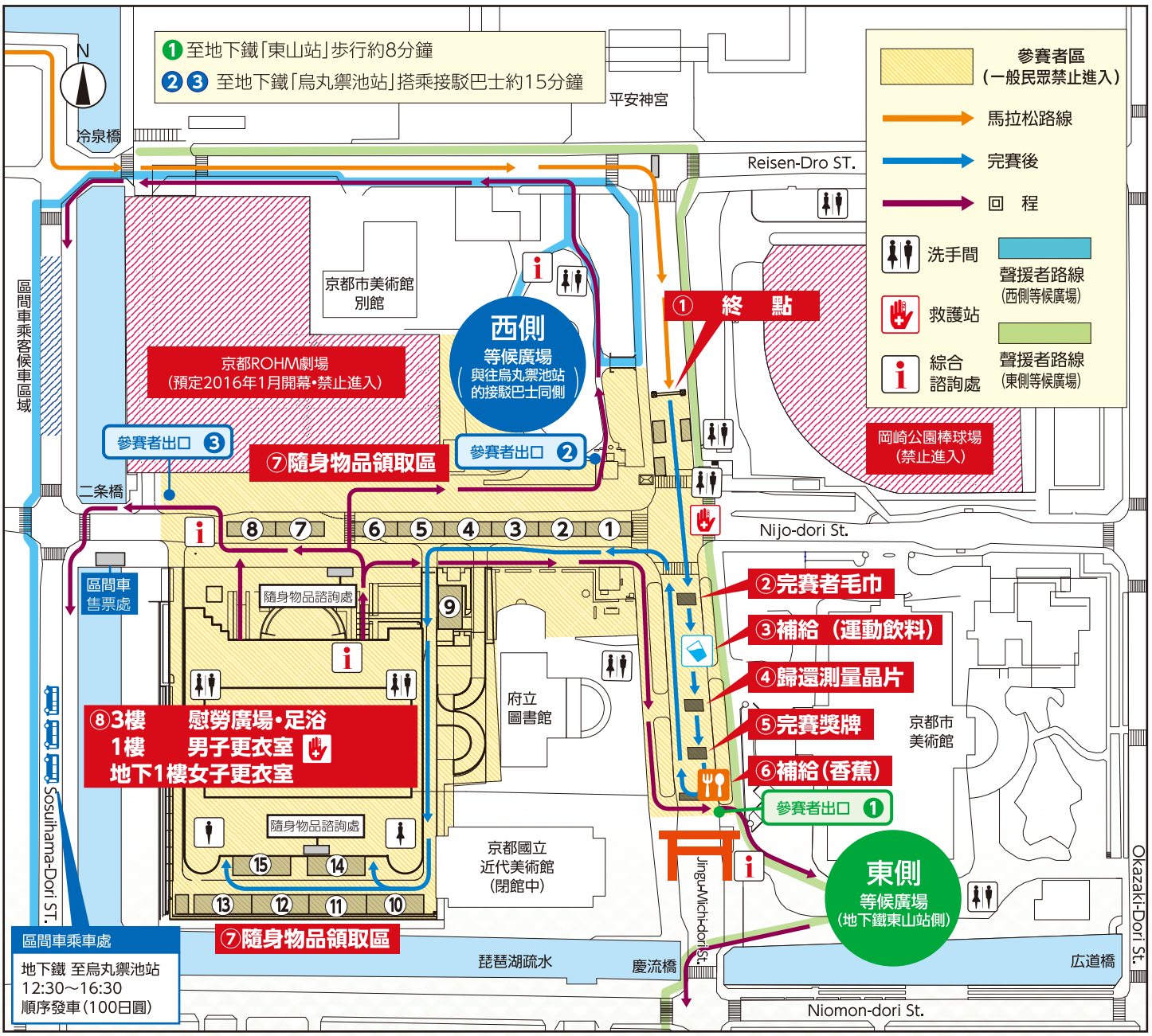
時間限制關門	距　離	關門地點	關鎖時間〈以號炮爲標記〉		區間速度(大約1km)
起跑點	0km	西京極綜合運動公園	—	—	
第1關卡	6.1km	清瀧道三條(嵐山)	10:02	〈1小時02分〉	7分42秒
第2關卡	9.1km	一條山越	10:25	〈1小時25分〉	7分40秒
第3關卡	12.5km	立命館大學前	10:52	〈1小時52分〉	7分56秒
第4關卡	18.4km	西賀茂橋西詰	11:40	〈2小時40分〉	8分08秒
第5關卡	26.6km	京都音樂廳(回程)	12:47	〈3小時47分〉	8分10秒
第6關卡	32.1km	荒神橋西詰北(河灘地)	13:32	〈4小時32分〉	8分11秒
第7關卡	34.9km	京都市政府北(去程)	13:55	〈4小時55分〉	8分13秒
第8關卡	41.0km	東山近衛	14:49	〈5小時49分〉	8分51秒
終　點	42.195km	平安神宮前	15:00	〈6小時00分〉	9分12秒

(皆為預定)

※第1關卡的區間速度是以所有參賽者皆從起點離開之後起算15分鐘。
※為了能夠讓更多的參賽者跑完全程，後半段的區間速度已放寬。 New!

遇到救援車輛通行時，請遵循服務人員的指示暫停腳步。
請務必於指定場所如廁。

終點會場



完賽後的流程

停下腳步的話體溫會迅速下降，請快速移動。 **Check!**

❶ 終點

❷ 完賽者毛巾

❸ 補給 (運動飲料)

❹ 歸還測量晶片

於競技結束後回收。若不慎遺失、未歸還者須支付晶片費用（2,000日圓），敬請留意。

若為忘記歸還等情形，請於日後請寄送至下列收件處歸還。

【收件處】
1-31-9 Haramachi Meguro-ku
Tokyo,JAPAN
〒152-8532
Kyoto marathon 2015 Runners' Center
※郵資請自行負擔。

❺ 完賽獎牌 ※1

❻ 補給(香蕉)

❼ 領取隨身物品 ※2

❽ 更衣、慰勞廣場（Miyakomesse）

•味噌湯、足浴、按摩（免費）、飲食小吃（自費）

※1可以在OKOSHIYASU廣場<2月13日(五)•14日(日)>與慰勞廣場<2月15日(五)>申請在完賽獎牌上刻印時間的服務(收費)。 ※2 請於15:30前領取。

○無停車場。嚴禁使用自用車、巴士等方式接送。

正式自我記錄

鳴槍後至終點所花費的總時間。

記錄快報(Runner Updates)

於活動官方網站上，提供使用號碼牌或姓名查詢每5km、中間點、終點的紀錄檢索服務。
※此記錄為快報，僅供參考。

【PC•智慧型手機】
http://p.kyoto-marathon.com
【手機網頁】
http://r.kyoto-marathon.com

頒　獎

於13：00在Miyakomesse3樓進行頒獎儀式。
馬拉松之綜合男女組，分別取第1～8名
※馬拉松之綜合男女組，分別取第9～20名；及馬拉松之分齡男女組，分別取第1～3名（每5歲為一個分齡組距），將不進行頒獎儀式，獎狀將於日後寄送。（預定2月下旬）
※雙人接力賽僅測量記錄，無排列名次亦無頒獎。

WEB完賽證 New!

○本活動單位導入**WEB完賽證**系統，令參賽者可以在第一時間於府上等利用電腦上網發行證明。於活動結束10天後（預定），參賽者即可於活動官方網頁下載。

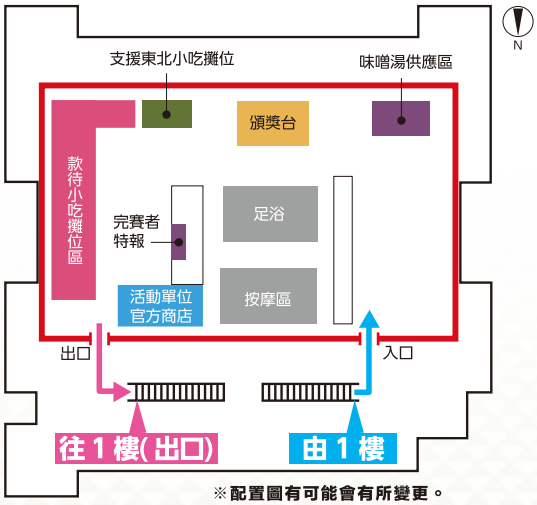
※活動當日不發給證書。請前往活動官方網站下載。

○京都新聞報社接受預訂完賽者特報。（每份500日圓）有意者請於2月13日（五）～15日（日）前往京都市Miyakomesse3樓申購。

參賽者出口

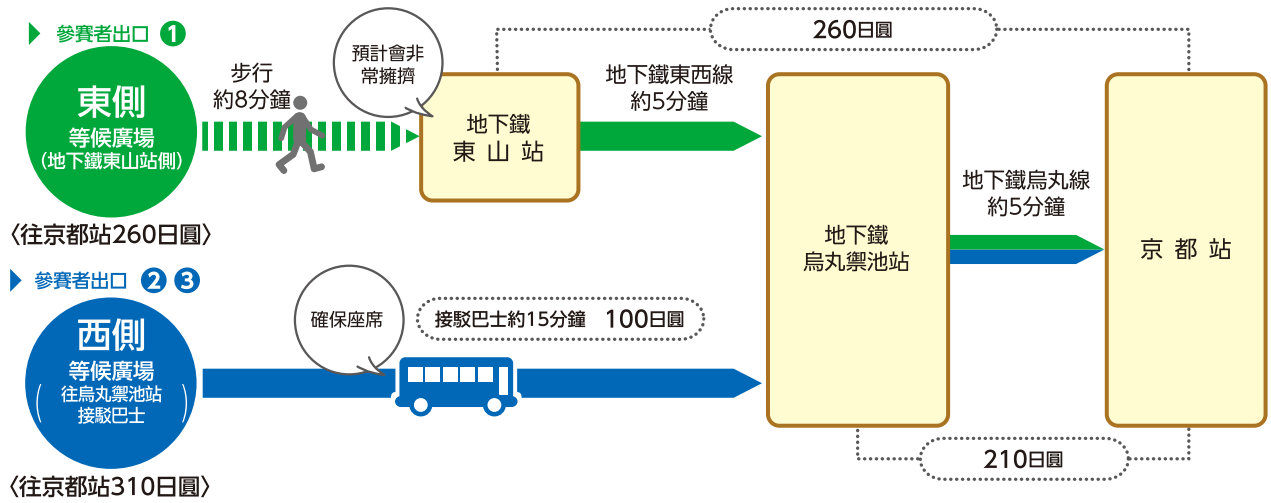
	參賽者出口 ❶	參賽者出口 ❷	參賽者出口 ❸
等候廣場	終點東側	終點西側	不能等候
聲援者度過等候時間的方式	京都市美術館「本館」 京都市立藝大作品展	京都市美術館「別館」 京都市立藝大作品展	不能等候
銷售飲食	無	無	無
等候標誌	東AB	西CD	無
回程	前往地下鐵東山車站便利	搭乘接駁巴士便利	搭乘接駁巴士便利

京都市Miyakomesse3樓　慰勞廣場(參賽者專用)



※配置圖有可能會有所變更。

■ 往京都車站的交通方式



KYOTO MARATHON 2015

Q&A

Q1 活動前一天，前二天是否可以利用委託的方式辦理報名？

A. 不接受以委託書等的方式代為報名。請參賽者親自辦理報名。此外，雙人接力賽請兩名參賽者一同報名。團體報名（好友團報、家族團報）的成員可分別辦理報名，但務必全員親自辦理。凡無法出示本人身分證明文件時，恕無法受理報名，敬請留意。

Q2 若無法出場比賽時，應該怎麼辦呢？

A. 若無法參賽時，恕無法退還報名費用。因地震、風災水害、降雪、河川氾濫、意外、事故、疾病等非主辦方的責任導致大賽中止或縮減規模時同樣不返還。

若未辦理報名

若您希望領取參加獎的「京都馬拉松2015原創BUFF」，請於2月27日（五）前發網路郵件到以下郵箱。

收件處
郵箱地址：jtbss@west.jtb.jp
電話號碼：+81662675163

若已辦理報名後

請將測量晶片歸還至跑者報名處的「服務台」，即完成離場手續。亦可利用郵寄的方式歸還測量晶片。若未歸還測量晶片須支付晶片費用2,000日圓。

收件處
1-31-9 Haramachi Meguro-ku Tokyo,JAPAN
〒152-8532
Kyoto marathon 2015 Runners' Center

Q3 是否可以請親友代為參賽（代跑）？

A. 不接受本人以外的人士代為參賽。如經查證出賽者非報名的參賽者本人時將喪失比賽資格。一旦有此違規案例者，今後本活動將拒絕其報名參賽。

Q4 等待區域的設定方式為何？

A. 為了讓起跑順暢且安全，不論是不是日本田徑總會的註冊運動員，馬拉松與雙人接力賽針對過去三年跑出馬拉松或半程馬拉松最佳成績的選手，依時間順序設定了等待區域，其後是填寫了預估完賽時間的參賽者們依時間順序排好。

Q5 活動當日是否可以移動至其他的等待區域？

A. 無法從您被安排的等待區域移動至前方的區域（速度較快的等級）。但您可移動至後方的等待區域（速度較慢的等級）。

Q6 團體報名時，所有成員的等待區域是否相同？

A. 團體報名（好友團報、家族團報）的成員將分別依個人的速度分區。若您希望團體同區出賽時，請前往團體中被安排到最後方等待區域的成員所在位置等候。

Q7 跑步時不慎遺失物品。應該怎麼辦？

A. 請與京都馬拉松實行委員會事務局連絡。
TEL:075-366-0314（受理時間為平日8：45～17：30）

各位參賽者來場時敬請配合

京都マラソン2015
平成27年 2月15日(日)
新コースで開催!!
ノーマイカーデーにご協力お願いします。

活動當天敬請配合避免駕駛自用車來場。

活動當天，預期京都市內有可能會發生交通阻塞的情形。
請各位參賽者、聲援者蒞臨會場時，
避免行駛自用車並請多加利用公共交通工具來場。

AIMS Association of International Marathons and Distance Races
JAAF PERMIT Road Race 2015
DO YOU KYOTO?
VEGETABLE OIL INK
Waterless Printing Naturally
toto スポーツ振興くじ助成事業
リニアを、京都へ。
都 TRY! 来 西京極に世界のラグビーを