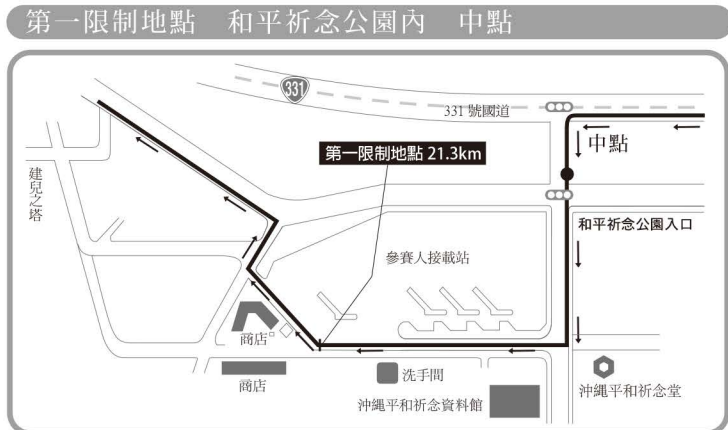
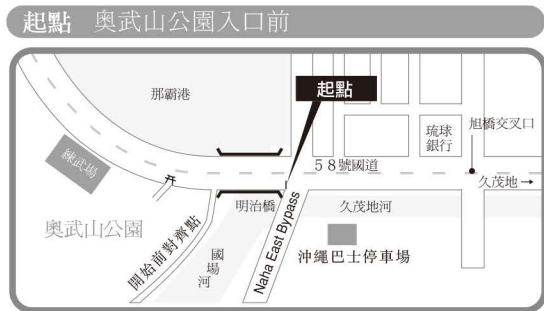
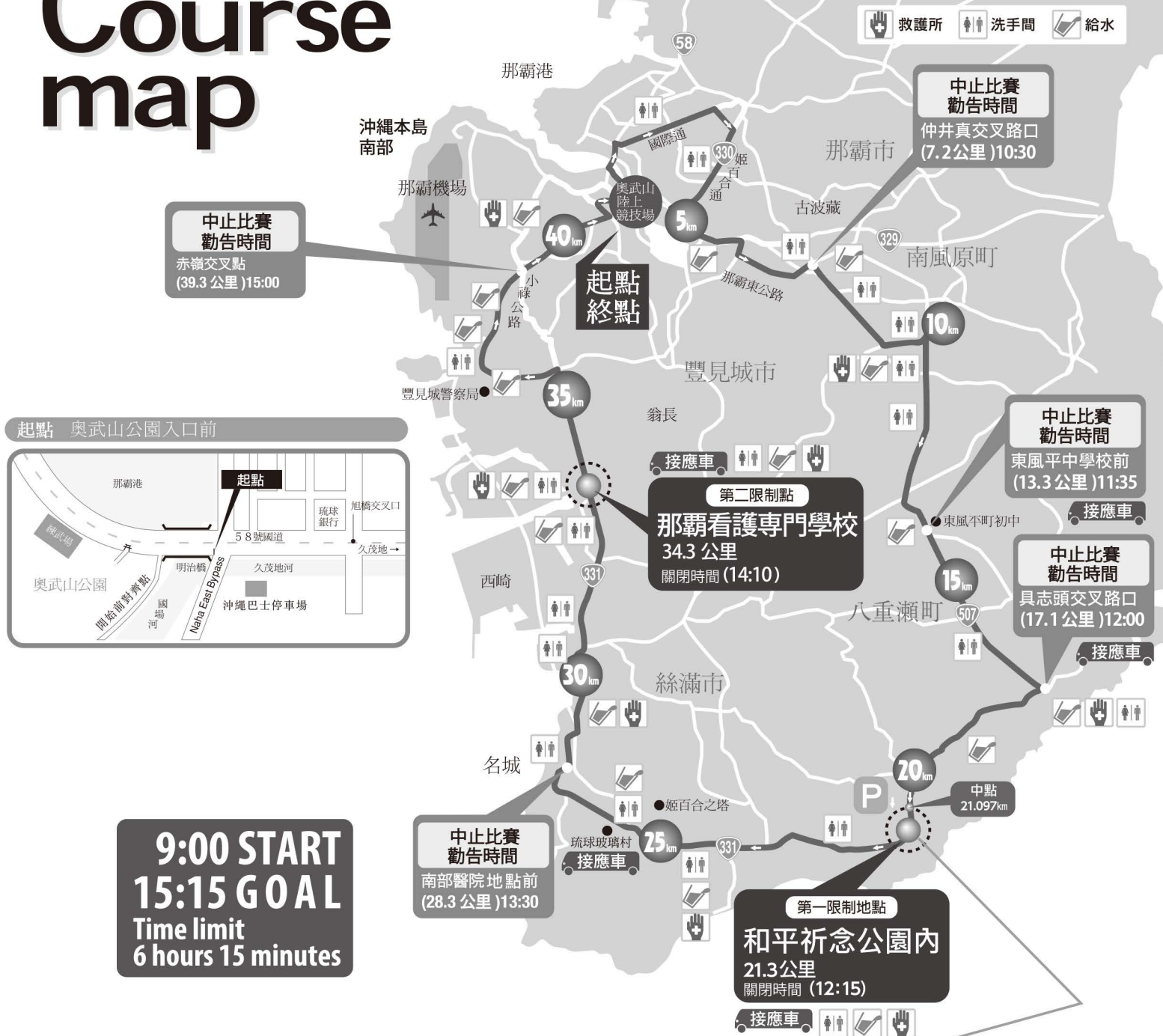


Course map



交通管制信息 (英文服務)

■ for inquiries
050-3786-7855

■ term 2022/12/2~12/4

■ time

12/2	9am~6pm
12/3	9am~9pm
12/4	6am~4pm

僅提供 12/4 英文服務 8am~4pm

會場指南

請注意，從8:10 開始此處將禁止出入

提前退場巴士下車處
胴體標籤歸還處

壺川站

■比賽開始前的整隊竣工 (8:30)

- ・請在上午8點30分前於比賽開始整隊區域整隊。
- ※上午8點30分以後進入最後整隊階段

國場川

比賽開始前整隊地

起點

開始此處將禁止出入

那霸港

為配合新冠肺炎防疫政策，
本次大會不提供免費肌肉效
貼布及按摩服務。

在奧武山公園以及田徑賽場內，
禁止煙火類的使用、攜帶啤酒
服務器和所有瓶類。

① 總服務檯 / 特殊飲料受理處

② 大會本部

③ Finish大門進口

④ 跑完全程的獎牌

⑤ 給水 Sports Drinks

⑥ 輔助賽場

贊助商包間

⑦ 救護總部

⑧ 縣立武道館ARENA棟

大賽前日 1.選手報到 2.開幕式
大賽當日 1.選手報到

⑨ 隨身物品寄放處 (免費)

⑩ 更衣室

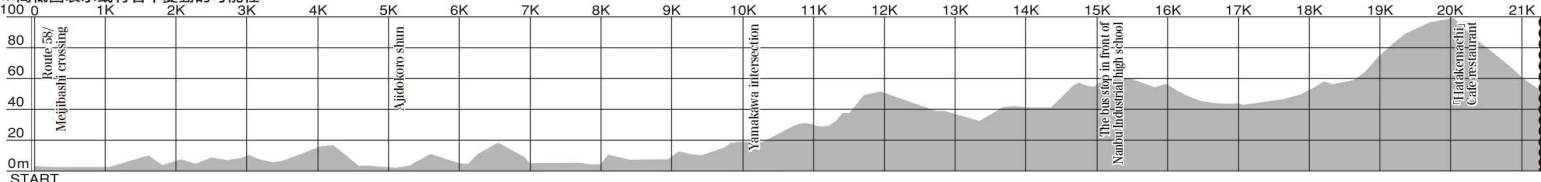
⑪ NOBINOBI公園 贊助商包間

簡易廁所

設施內廁所

公用電話

※高低圖表示或有若干變動的可能性



Line up
block

※箭頭指印：跑者抵達終點後的流動方向

作為防止 COVID-19 傳播的措施，
將從早上 5:00 開始在 8 個溫度測量站測量溫度。參加者必須檢查體溫。

Ablock	1 ~ 299
Bblock	300 ~ 949
Cblock	950 ~ 1,849
Dblock	1,850 ~ 3,349
Eblock	3,350 ~ 4,709
Fblock	4,710 ~ 6,709
Gblock	6,710 ~ 8,659
Hblock	8,660 ~ 10,159
Jblock	10,160 ~ 11,519
Kblock	11,520 ~ 14,000

■特殊飲料

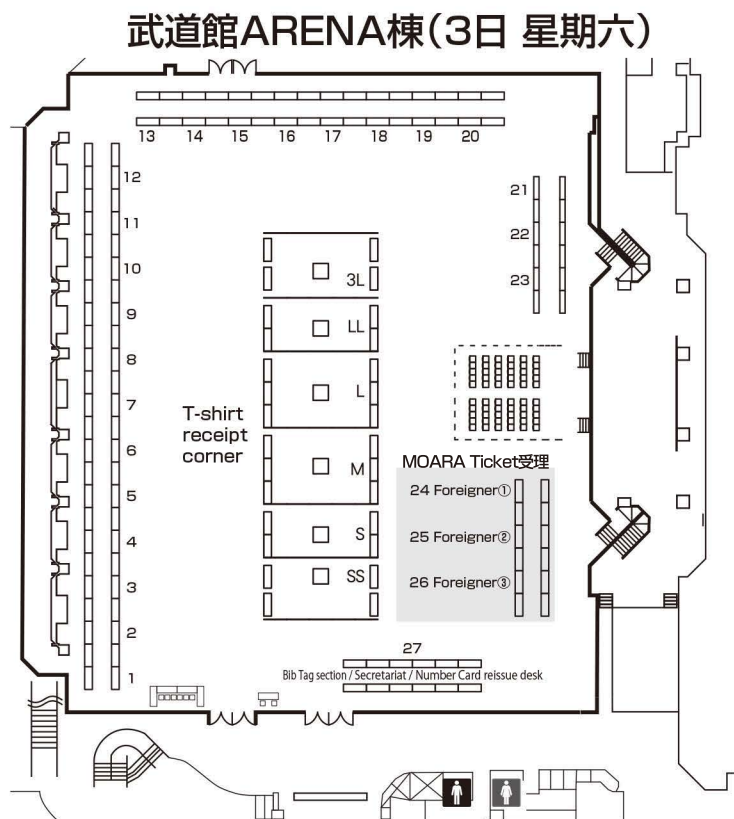
特殊飲料將設置於各給水站 (10處)。請在受理大會當天上午 7 點 ~ 7 點 20 分之間交到總服務檯。各站備有箱子。
請各自把飲料放入不容易損壞的容器內，並標上記號等以免拿錯。

選手受理

選手報到日時：2022年12月3日(六) 早上10點~晚上8點 地點：縣立武道館
號碼卡報到後，請領取T恤衫（T恤衫是無法更換尺寸，敬請諒解）
※不得代理參加或讓渡參加權利
※報名後及選手報到當天不接受尺寸變更，敬請留意。

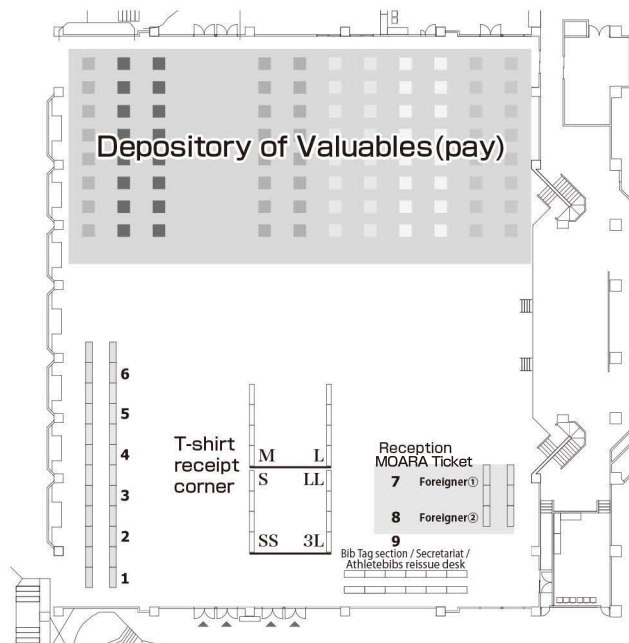
1	1~599	11	6,000~6,599
2	600~1,199	12	6,600~7,199
3	1,200~1,799	13	7,200~7,799
4	1,800~2,399	14	7,800~8,399
5	2,400~2,999	15	8,400~8,999
6	3,000~3,599	16	9,000~9,599
7	3,600~4,199	17	9,600~10,199
8	4,200~4,799	18	10,200~10,799
9	4,800~5,399	19	10,800~11,399
10	5,400~5,999	20	10,400~11,999

21	12,000~12,599	MOARA Ticket受理	
22	12,600~13,299	24	Foreigner① 1~5,000
23	13,300~14,000	25	Foreigner② 5,001~10,000
		26	Foreigner③ 10,001~14,000
		27	Bib Tag section Secretariat Number Card reissue desk



1	1 ~ 2,399	Reception MOARA Ticket
2	2,400 ~ 4,799	7 Foreigner① 1~7,000
3	4,800 ~ 7,199	8 Foreigner② 7,001~14,000
4	7,200 ~ 9,599	
5	9,600 ~ 11,999	9 Bib Tag section Secretariat Athletebibs reissue desk
6	12,000 ~ 14,000	

武道館ARENA棟(4日 星期天)



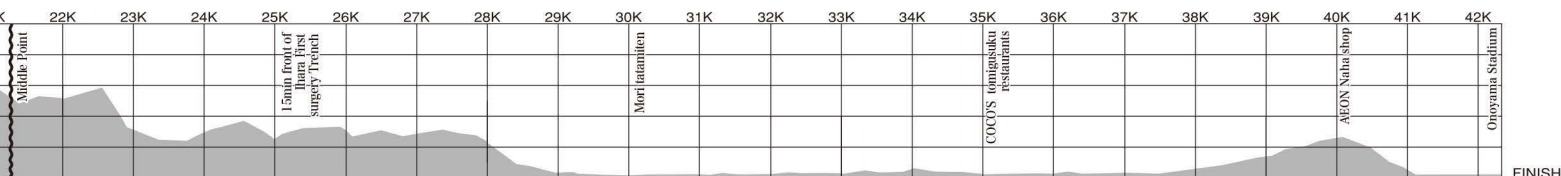
隨身物品託管服務（收費）12月4日(星期天)

隨身物品託管處，設置於縣立武道館 ARENA棟。(請參考背面地圖)
憑號碼卡(背條)領取物品，請務必攜帶號碼卡(背條)。
代為保管之貴重物品將放置於保管盒之中。
保管費 500日圓。(含保管盒租借費用)
申請時間早上6:00至8:30截止。
領取物品時間至下午5點為止。
※易碎物、大額現金、高價物品請勿託管。
常設之手提物品置物櫃(免費)，設置於少年棒球場。

Deposi gage

A luggage depository is provided in The Little league field.
Write the number of your Athletebibs clearly on the luggage tag (enclosed herein) by using a permanent marker.
Put your luggage with the tag at the depository.
※The luggage depository is for runners' use only.
※You will be required to show your Athletebibs and the slip to receive your baggage.
※Do not put breakables in your baggage.

隨身物品寄放處 SIZE
縱+橫+高度=120cm迄



比賽日期

12月3日（星期六）	
10:00～20:00	選手受理（縣立武道館 ARENA棟）
13:30～14:00	開幕式（縣立武道館 ARENA棟 STAGE）

12月4日（星期天）	
05:00	軍港停車場開放 【會場】奧武山公園內 8處體溫檢測所 開始測量體溫。
08:10	明治橋走道是禁止通行
08:30	比賽開始前的整隊竣工（奧武山公園內的河邊）
08:40	交通管制開始後引導進入起跑點
09:00	☆比賽開始☆
13:00	頒獎儀式（男女第1名～第8名）
15:15	☆終點☆
15:30	閉幕式

區間巴士運行時間

區間巴士運行時間	
12月3日（星期六）	
那霸軍港 ⇄ 鳥居前	
■運行時間：上午9點～下午8點15分（末班）	
12月4日（星期天）	
上午5點～上午9點30分	那霸軍港⇄屋內運動場前（隨時出發）
上午9點30分～下午2點	那霸軍港⇄鳥居前（15分鐘一班）
下午2點～下午5點30分	那霸軍港⇄鳥居前（隨時出發）

臨時停車場

- ・12月3日（星期六）12月4日（星期天）在那霸軍港西側・自由區域鄰接地區（那霸機場附近）設有臨時停車場。
- ・可利用的時間為：12月3日（星期六）：上午9點～下午8點30分
- ・12月4日（星期天）：上午5點～下午6點

到達會場的交通路線

- 如果您利用YUI-RAIL則請在“壺川站”“奧武山公園站”下車。
- 從那霸巴士終點站徒步約10分鐘
- 從那霸機場乘坐巴士・的士約10分鐘

腕帶佩戴須知

- ・本次大會配合新冠肺炎防疫政策，實施體溫測量。
- ・上午5點起在體溫檢測所（會場內8處地點）實施體溫測量，測量體溫後，工作人員會將確認您可以出賽的「通過體溫測量腕帶」佩戴在您的手腕上。
- ・選手的腕帶顏色為【螢光綠色】。
- ・大會當日及至比賽結束前都請您要隨時佩戴好腕帶。
- ・未佩戴腕帶的選手將被視為不正當參賽，當場取消參賽資格（比賽結束）。
- ・萬一腕帶脫落或斷裂也請隨身攜帶，切勿丟棄，敬請理解配合。

- 參加比賽的選手請務必接受體溫測量。通過體溫測量之後，工作人員會為您佩戴腕帶。
- ・未佩戴腕帶的選手無法進入起跑區。
 - ・體溫超過37.5℃的選手可能會被拒絕入場。
 - ・比賽結束前請隨時佩戴好腕帶。
 - ・腕帶將不予補發。



～關於停車時間～

那霸軍港管理員強烈要求在可利用的時間之外不要把車輛放置於停車場內。如果在關門時間之前車輛還停放在停車場內，則將不得已用牽引車移動您的車輛。此際所花費的牽引移動費及停車費（保管費）將由車主承擔，請各位利用停車場的人員務必在關門時間之前將車輛從軍港設施裡移動到其他地方。

～請您合作共同緩和交通堵塞～

大會舉行期間，可預想到奧武山公園一帶將發生相當嚴重的交通堵塞。請您在前來會場之際，盡量從離會場最近的車站利用單軌電車或巴士、的士等交通機關。

■選手受理

前一天：12月3日（星期六）：10:00～20:00

場所：縣立武道館ARENA棟（奧武山公園内）

進入會場時需測量體溫、手指消毒。

請您務必帶好隨信附上的換取選手號碼布（號碼牌），並交給受理窗口以換取自己的選手號碼布。

提交健康狀況自我管理檢測表。

※不參加賽跑的人請把裝在選手號碼布裡的計測用標籤返還到事務局服務台。

※只要持有換取選手號碼布（號碼牌），代理人也可辦理受理手續，但是，我們斷然拒絕代理賽跑。

■比賽開始前的整隊竣工（8:30）

- ・請在上午8點30分前於比賽開始整隊區域整隊。工作人員會在整隊區域標示寫有號碼的標語牌，請您遵從幹事和工作人員的指示，務必在相當區域整隊並待命。在8點40分開始交通管制的同時，我們會引導您到達公路上的起跑點。

※在整隊引導之際，如果不遵從賽場幹事的指示發生插隊等行為將失去參賽資格。

※請再次確認胸前的號碼卡裡是否裝有選手標籤。

※早上8點30分以後進入最後整隊階段

■比賽開始（9:00）

- ・奧武山公園入口前。上午9點比賽開始。

※起跑時請不要慌張也不要相互推擠。

※參賽選手請務必通過起跑點。中途匯合到比賽中將失去比賽資格。

■比賽規定

1. 參賽選手不論在任何場合都必須時刻遵從警員及賽場幹事的指示。
2. 在限制時間之後比賽將中止，請選手取下號碼布並遵從工作人員的指示。
3. 如果裁判員判斷某個選手無法再進行比賽，可中止其繼續參加比賽。
4. 裁判員可中止對大會運營帶來明顯障礙的參賽者繼續參加比賽。
5. 依據2022年度日本田徑聯盟規則及本大會協定事項。

■關門（比賽）限制時間

＜關門（比賽）制限時間＞

- ・第一限制地點（和平祈念公園内） 12:15分
- ・第二限制點（那霸看護專門學校） 14:10分
- ・終點（奧武山田徑賽場第二大門進口） 15:15分

＜勸告中止比賽的時間＞

- ・7.2 公里 仲井真交叉路：10點30分左右
- ・13.3 公里 東風平中學校：11點35分左右
- ・17.1 公里 具志頭交叉路：正午左右
- ・28.3 公里 南部醫院地點：13點30分左右
- ・39.3 公里 赤嶺交叉路：15 點

※依上述時間將解除交通管制。

※每5公里處會設置紀錄用的踏墊，請務必踩過上方通過。

※但是，如果裁判員判斷某個選手無論如何也不可能在限制時間內通過限制地點，即使在限制時間前也可以中止其比賽。

※最後參賽者通過後會解除交通管制，到時請盡快走到步道上。

■距離標示

- ・每1公里在跑道左側設有距離牌。

■號碼卡

- ・分發的選手號碼布一枚在胸前（裡面貼有測量用標籤）與一張在背後，共2張。
- ・穿著附有測量用標籤的選手號碼布，務必注意前面（貼有測量用標籤的那一張）以及背面貼上號碼布時都應各自貼在腰部以上的位置。
- ・請確認號碼卡上寫有的號碼和姓名。
- ・拒絕使用他人的號碼卡代理參加比賽。
- ・請妥善保管您領取的號碼卡，注意不要丟失或遺忘等。
- ・請務必使用主辦者為您準備的號碼卡。
- ・本大會承蒙贊助商的厚意而能夠舉行。請不要彎折或隱藏印有贊助商文字的部分。
- ・測量用標籤為一次性的，不需繳回。

CHECK

為了因應意外狀況～請在號碼牌上填寫資料～選手報到時所發放的號碼牌背面，有設置填寫

①「緊急聯絡人」、②「既往病史」、③「不可服用的醫藥品」的欄位。

為了保護您的生命，這些都是必要的資訊。請您完整填寫這些欄位，然後再安心地參加比賽。



【前面】



【後面】

下記の欄に日本語または英語で記入ください。 You must fill out the form below either in Japanese or English.	NAHAMARASON
1. 緊急連絡先 / 緊急連絡人 / Emergency contacts 姓 名 Name Last First Middle	
2. 緊急連絡先電話番号 / 緊急連絡人の電話番号 / Emergency telephone number	
3. 宿泊先名 / 宿泊施設名 / Address in Okinawa (Hotel/Accommodation) ※ホテル名を明記してください	
4. 宿泊番号 / 宿泊施設電話番号 / Phone number of accommodation	
5. 既往病 / 既往症 / Pre-existing medical conditions	
6. 服用できない医薬品 / アレルギー薬品 / Drug Allergies	
7. 医師に記入していただく欄 / Additional info for doctor (医師用記入欄) ※必ず記入してください	

參加大會時

- 1.馬拉松是非常劇烈的體育運動。不充分進行健康管理的話，會有遇到意外事故的情況。參賽者要自己負責充分注意健康，特別是在大會當天，感到身體不舒服的話請停止參賽。
- 2.比賽期間發生的意外事故，將由主辦單位進行緊急處理，但除了主辦單位有嚴重過失的情形以外，恕不負擔責任。（主辦單位會投保，但由於內科疾病等原因而住院時，恕不適用於保險。只有在比賽期間發生的意外事故等，適用於保險範圍內，敬請諒解。）
- 3.在日本使用醫療機構時，持有日本醫療保險證的患者按照醫療保險制度計算費用。沒有醫療保險證的患者自己承擔全部治療費，此非常昂貴。海外參賽者，建議訂閱體育保險等。

自動計時晶片選手標籤

- ・記錄的計測由裝在號碼卡裡的選手標籤（發信器）進行。如果沒有計測用標籤則無法進行記錄的計測，請您在辦理受理手續時務必加以確認。
- ・在起跑點、5km、10km、15km、20km、21.097km(中點)、21.3km(第1關)、25km、30km、34.3km(第2關)、35km、40km、及終點設有計測用的天線墊子。請您務必通過墊子上方。

更衣室

- 更衣室設置於陸上競技場中途退出者巴士下車處附近之河川沿岸。
- 行李請勿放置於更衣室內，請寄放於手提行李放置處或轉交由陪同的人代為保管。（免費）

給水 救護

- 那霸馬拉松路線上設有給水・救護供應處（16處）。 ※距離為基準

給水(Sports Drinks)・救護地點					
1	5.1公里（只有給水）	blue-port 古波藏 S/S・Sakihama	11	33.2公里（只有給水）	系滿遊泳學校前
2	8.5公里（只有給水）	全家便利商店 津嘉山minami店	12	34.3公里	第2關(那霸看護專門學校)
3	11.1公里	東風之里	13	36.0公里（只有給水）	上原汽車維修中心
4	13.3公里（只有給水）	東風平中學前 巴士站	14	37.4公里（只有給水）	SAM'S BY THE SEA 那霸店
5	17.1公里	JA沖繩 具志頭支店	15	38.8公里（只有給水）	KOSUMO加油站
6	18.2公里（只有給水）	平良工具店前	16	40.0公里	“佳世客”那霸店前
7	21.3公里	第1關（和平祈念公園前）			
8	24.6公里	優美堂 停車場			
9	26.2公里（只有給水）	琉球玻村前			
10	29.4公里	城市廣場Kanehide真榮里店			

廁所

- ・在路線上20個地方設有簡易廁所。

關於比賽中發生的事故

- ・馬拉松是非常激烈的運動。如果不充分進行健康管理，有時會遭遇到意想不到的事故。
- ・請參賽選手自己負責充分注意身體健康，特別是大會當天，如果感覺身體不適請中止參賽。此外，如果在比賽中感覺身體有異請千萬不要勉強，應立即中止比賽。
- ※關於比賽中發生的事故，主辦者僅採取應急措施，之後概不負責。請各位自己充分注意。
- ※急救車僅收容需要救護的人員，並不收容落伍者。

關於緊急車輛

- ・因發生事故等而有緊急車輛通行時，無論任何情況下都以緊急車輛優先。此際，請參賽選手注意不要妨礙緊急車輛通行。

請您合作共同保持良好的禮節。

- ・參賽選手須在道路左側賽跑。無論任何情況下都絕對不要跑到相反車道上去。
- ・參賽選手須把使用完畢的紙杯、扔到跑道左側（人行道一側），以免影響從後面跑上來的選手。絕對不可扔到沿路的田地裡或民房裡等。

關於失物招領

- ・關於失物招領及拾獲物，請於大會當天下午4點前於陸上競技場正面「綜合服務台」領回。

懇請事項

- ・那霸馬拉松承蒙各贊助企業的協作而進行運營。請不要在會場內設置寫有贊助企業以外企業名稱等的旗幟或旗幡等。

過去3年期間的氣象情況

	第35屆大會（2019年12月1日） 晴 跑完全程率：64.22%	第34屆大會（2018年12月2日） 晴 跑完全程率：60.16%	第33屆大會（2017年12月3日） 云量 跑完全程率：69.7%
氣溫（℃）(平均)	24.2℃	25.8℃	21.9℃
濕度（%）(平均)	62%	71%	81%

第 36 屆 那霸馬拉松賽【選手報到（大會前一天）】

■日期時間 12 月 3 日（週六）10:00～20:00

■會場 奧武山公園縣立武道館 ARENA 棟

請務必由選手本人辦理報到。不接受代理報到。

當日預期人多擁擠，請事先安排充裕時間報到。

■攜帶物品

1. 選手號碼布、參加紀念 T 恤兌換券
2. 【提交用】健康自我管理檢測表
請事先填寫完成再提交。

■報到流程

1. 會場入場時須接受體溫測量、手部消毒
確認發燒 37.5℃ 以上者可能無法入場。
會場內請確實戴好口罩。
2. 提交健康自我管理檢測表
3. 領取選手號碼布
請務必當場確認號碼及姓名是否正確。
4. 領取參加紀念 T 恤
T 恤尺寸經事先申請無法變更。

《選手號碼布或參加紀念 T 恤兌換卷遺失時，欲重新申請所需準備之資料》

請在補發接待處的「補發專用表」上填寫以下資料。

1. 住址
2. 姓名
3. 出生年月日

【參賽者須知】

萬一於比賽前一日或當天確診為新冠肺炎陽性，我們將採取以下措施，敬請知悉理解。

- （1）我們將請您中止參加比賽，同時不退還參賽費用。
- （2）去程及回程皆不可使用大眾交通工具。
- （3）前往醫療機關或保健所的交通費用、或隔離期間的住宿等費用，主辦單位不予負擔，敬請見諒。

第 36 屆 那霸馬拉松賽【大會當日】

■會場（奧武山公園）入場時

請於上午 5 時開始在體溫檢測所（會場內 8 處地點）接受體溫測量。通過測量後，由工作人員為您佩戴「通過體溫測量腕帶」。

※腕帶不會重新補發。

※若經確認發燒至 37.5℃ 以上，可能無法入場。

【關於腕帶的佩戴】腕帶顏色：螢光綠色

大會當日比賽結束前都請您要隨時佩戴好腕帶。未佩戴腕帶的選手將被視為不正當參賽，當場取消參賽資格（結束比賽）。萬一腕帶脫落或斷裂也請隨身攜帶，切勿丟棄，敬請理解與配合。

■起跑區列隊

- 在起跑區列隊時務必佩戴好腕帶。未佩戴者不可進入起跑區。
- 請於上午 8 點 30 分之前到達指定的起跑區（依選手號碼布上號碼前的字母區分）列隊。上午 8 點 30 分之後會到最後面的起跑區開始。
- 上午 8 點 40 分開始移動到起跑地點（明治橋）。
- 比賽開始之前請務必戴好口罩並保持社交距離。

■路線

- 廁所
 - 使用時請戴好口罩，進行手部消毒。
- 補水站
 - 各補水站都設置有消毒液，補充水分前請先進行手部消毒。
 - 補水站產生的垃圾請務必丟進垃圾桶。

■完賽後的流程

①手部消毒、配戴口罩

抵達終點後有設置消毒液，請進行手部消毒。

請戴上自己準備的口罩。

②選手服務

請在田徑場內領取完賽獎牌，在輔助區領取飲料。

③完賽後腕帶請在回家後或回到住宿處再行拆下。

※為了避免在分發完賽證書時發生密切接觸，本次大會不發行紙本證明，請參賽者自行進入記錄公布網站《sporoku》下載網頁版完賽證書。

※補發遺失的選手號碼布或是協助寄回失物需要收取手續費。

新冠肺炎傳染病預防措施概要的修訂

本大會根據日本陸上競技連盟訂定的《道路競賽舉辦指南》(第4版/2022年10月17日)之修訂,並考量到發表於2021年11月19日的《疫苗、檢驗套裝制度》目前已停止施行的現狀,變更部分的新冠肺炎傳染病防疫政策。

此外,視未來疫情等實際情況而定,可能會再行變更內容。

- 1・疫苗接種證明或PCR或抗原檢查的陰性證明之出示,目前並未執行。
- 2・請出示自大會1週前開始填寫的「健康自我檢測表」。

※官方發布緊急事態宣言及預防疫情擴散等重點措施命令時,很可能會再次變更規定,請參考大會官網。

關於新冠肺炎防疫政策的相關要求

本次大會依據日本競技連盟所訂定之《道路競賽舉辦指南》以及NAHA馬拉松醫療救護部會的指導所舉辦之競技營運。請先詳閱以下內容並充分理解之後,再參加本次大會。非常感謝您的合作。

請事先確認下述的防疫政策事項,再參加本大會

■出示健康自我管理檢測表

請選手於報到時出示參加大會一週前開始填寫健康狀態的「健康自我管理檢測表」。

未能出示本表格者,可能無法參加比賽。

請各位參賽選手於大會前管理自己的身體狀況,建議盡可能接種最新的疫苗,或是確認您的PCR、抗原檢查為陰性。大會會場也販售提供定性抗原檢查快篩劑,若有需要請多加利用。

奧武山公園裡的「那霸市營奧武山屋內運動場」附近,備有醫療用抗原定性檢查快篩劑(1,500日圓),數量有限,敬請見諒。

進入會場時測量體溫 將於選手報到時或大會當日進場時測量體溫。若發燒至37.5℃以上,可能會拒絕您進入會場或參加比賽。

罩配戴及手部消毒規定 除了跑步之外,基本上都請戴好口罩,並利用會場各處放置的酒精消毒液進行手部消毒。此外,比賽時也請隨身攜帶口罩,待抵達終點調整好呼吸之後再戴上口罩。

選手服務站的供應服務 完賽獎牌、飲用水、食物等,請選手自行取用。在各站產生的垃圾請勿交給志工,並請丟入設置在各處的垃圾桶。

大會結束後,為期2週的自我健康管理並記錄 大會結束後2週內,請在【大會後】健康自我管理檢測表中記錄必要項目。若身體出現並持續不適的情況,請洽詢各自區域的保健所或醫療機構等。若出現篩檢陽性結果,請盡快聯絡大會主辦單位(NAHA馬拉松協會事務局 TEL: 098-862-9902)。