

一緒に走らんか

# 奈良マラソン 2022

12.11<sup>SUN</sup> マラソン・10km  
(42.195km)

**nara marathon**  
主催：奈良マラソン実行委員会 共催：奈良県、奈良市、天理市、奈良新聞社  
感染症対策を徹底して開催します



募集  
期間

先着順申込 ※受付は先着順とし、定員に達した時点で申し込みを締切ります。

県民枠 7月20日(水) 20:00 ~ 7月27日(水) まで 一般枠 7月22日(金) 20:00 ~ 8月4日(木) まで

# 奈良マラソン2022 募集要項

今年は感染症対策のため、例年とは違う開催内容となります。ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

- 大会名称 奈良マラソン 2022(英文名 Nara Marathon 2022)
- 主催 奈良マラソン実行委員会
- 共催 奈良県、奈良市、天理市、奈良新聞社
- 主管 (一財)奈良陸上競技協会
- 後援 奈良県教育委員会、(公財)奈良県スポーツ協会、奈良県スポーツ推進委員協議会
- 支援 奈良市消防局、奈良県広域消防組合、日本赤十字社奈良県支部



## 開催日時

12月11日(日) 9:00 マラソン(42.195km) スタート  
9:35 10km スタート

※今年は3kmジョギング種目を実施しません。

## ランナー受付 **なし!**

今年はランナー受付を行いません。アスリートビブス(ゼッケン)、計測チップおよび参加賞は11月中旬に事前送付いたします。

種目	昨年より拡大 定員	参加資格	参加料
マラソン (42.195km)	10,000人 奈良県民枠 2,000人 ※奈良県居住者対象 一般枠 8,000人 ※奈良県居住者は一般枠でもエントリー可	登録の部 2022年度日本陸上競技連盟登録者で、 2004年(平成16年)4月1日以前に生まれ 5時間30分以内で完走できること	13,000円(税込)
		一般の部 2022年度日本陸上競技連盟未登録者で、 2004年(平成16年)4月1日以前に生まれ 5時間30分以内で完走できること	
10km	一般枠 2,000人	2004年(平成16年)4月2日～ 2007年(平成19年)4月1日に生まれた男女 85分以内で完走できること	3,500円(税込)
		2004年(平成16年)4月1日以前に生まれた男女 85分以内で完走できること	5,500円(税込)

※参加料支払時に、参加料とは別に、エントリー手数料(4,000円以下220円、4,001円以上5.5%)がかかります。  
※参加料は傷害保険料込みです。レース中の事故、傷病への補償は大会が加入した保険の範囲内とします。  
※今年は海外居住者の参加申込を受け付けません。

## 競技規則

- 2022年度日本陸上競技連盟競技規則及び本大会規定によります。
- 靴底の厚さ規定について

マラソン種目の登録の部参加者が、本大会において下記の記録を達成した場合は、レース後に靴底の厚さを測定します。靴底の厚さが規定外の場合は、日本陸連公認記録となりません。

マラソン記録	男子	2:21:00以内
	女子	2:56:00以内

※承認されたシューズリスト等、詳しくは日本陸連HPをご覧ください。

## コース・関門・制限時間

- マラソン フィニッシュ制限時刻 : 15:00

関門 9カ所 (各関門閉鎖時刻はコースマップのページに記載)  
ルートフィールド奈良(奈良市鴻ノ池陸上競技場) 発着・天理市内折返しコース  
<日本陸上競技連盟公認/AIMS公認>

- 10km フィニッシュ制限時刻 : 11:05

関門 7.5km地点に設置



- 大会記録(表彰対象記録)は、各ランナーのスタートライン通過からフィニッシュライン通過までのタイム(ネットタイム)とします。なお、日本陸連公認記録は、号砲を基準としたタイム(グロスタイム)となります。緊急自動車の通行等で、レースの中断や、号砲の遅れがあった場合でも記録や関門閉鎖時刻の調整は行いません。
- 各関門の閉鎖時刻までに通過できなかった場合や制限時刻までにフィニッシュできなかった場合は競技中止となります。また、関門以外、コース上のどの地点でも、次の関門やフィニッシュに時間内に到達しないと判断される場合、競技続行が不可能と判断される場合は、競技役員または医療スタッフが競技中止を指示することがあります。競技中止を指示された場合は、計測チップを外し、大会バスもしくは徒歩で次の関門(フィニッシュ会場)に移動してください。
- 傷病者搬送や火災、事故等のため、緊急自動車がコース内を走行する場合は、その走行を最優先させます。そのため、ランナーに対し、一時停止や進路変更を指示する場合があります。その他、主催者が必要と判断する場合に、同様の指示を行う場合があります。

## スタートの整列

- 安全でスムーズなスタート運営を行うために申し込み時に申告される予想タイムを参考にしてスタート時の待機ブロックを振り分けます(日本陸連登録の有無に関わらず振り分けます)。申し込み時に申告されなかった方は最後尾ブロックからのスタートになります。実際の走力に応じたタイムを申告してください。確認させていただく場合があります。
- 感染症対策のため、スタートライン通過までランナー間距離を維持して移動するスタート方法とします。スタートブロックによっては、号砲からスタートラインを通過するまでに20分以上かかる場合があります。

## 伴走

身体障害者手帳等をお持ちで、単独走行が困難な参加者は伴走者を1人つけることが可能です。伴走犬は不可とします。参加申し込みの後、エントリーセンターにご連絡ください。

## 表彰

大会記録(ネットタイム)により以下を表彰する。

- ①総合 男女1~8位
  - ②年代別 男女1~3位 (29歳以下、30歳代、40歳代、50歳代、60歳代、70歳以上)
- 完走証(記録記載あり)をレース後、各自のパソコン等でダウンロードしていただけます。会場での配布はありません。
- 日本陸連公認記録はグロスタイムとなります。公認記録証(有料)については、事前に送付する案内をご確認ください。(マラソン登録の部のみ)

## 完走賞 (マラソン種目のみ)

- 完走メダル ●完走タオル **復活**

## 参加賞

- 参加賞(Tシャツ)

以下よりサイズを選んでお申し込みください。

Tシャツサイズ	目安身長(cm)	目安胸囲(cm)
SS	150~160	72~80
S	155~165	80~88
M	165~175	88~96
L	175~185	96~104
LL	175~185	104~112

※申し込み後のサイズ変更はできません。

※申し込み時にTシャツサイズが未記入の場合、女性はS、男性はMとさせていただきます。

## Wanda Age Group World Rankings参加について



奈良マラソンは、アボットワールドマラソンメジャーズ(AbbottWMM)のワンダエイジグループワールドランキング(Wanda Age Group World Rankings)の対象大会として参加しています。これは40歳以上のランナーを対象にした5歳刻みランキングで、奈良マラソンに参加いただくことにより、同ランキングポイントが付与されることとなります。対象大会で獲得したポイント上位のランナーは年代別世界選手権へ招待されます。

詳細はこちらから(英語)<https://www.worldmarathonmajors.com/agwr/how-it-works/>  
※エントリー時に国籍とお名前のアルファベット表記を入力していただきます。

# 申し込みから大会参加までの流れ

奈良マラソン申込規約、新型コロナウイルス感染拡大防止特別規約に同意した上で

**1・2** いずれかの枠でお申し込みください。

## 申込方法

先着順

## インターネット申込

**1 奈良県民枠** **2 一般枠**  
(マラソン種目のみ)

ランネット

検索 **RUNETES** インターネット

<https://runnet.jp>

上記のURLにアクセスし、大会エントリーページの指示に従ってお申し込みください。  
事前の会員登録が必要です(登録料無料)。  
参加料とエントリー手数料の支払い方法はお申し込みの際にお選びいただけます  
(クレジットカード、コンビニなど)。

※お申し込み時に通知する入金締切日までにご入金がないと、  
参加申込が取り消しになりますのでご注意ください。

- すでにランネット会員の方は住所等を最新の情報に更新しておいてください。
- 受付は先着順とし、定員に達した時点で申し込みを締切ります。
- 奈良県民枠対象の方も一般枠でエントリー可。
- お仲間エントリー、ご家族エントリーで同時登録できる人数は本人含めて5名までとします。(但し、奈良県民枠はお仲間エントリー、ご家族エントリーができません。)
- 今年は抽選方式による申し込みはありません。



## ニックネーム入り アスリートビブスで走ろう!

エントリー時に追加登録すれば、アスリートビブスにあなたの希望する5文字以内のニックネームをプリントします(500円)。

※企業名や商品名、広告宣伝的なもの等、主催者が不適切と判断する場合は、受付できない場合があります。

※表示できない字体・特殊文字があります。

※登録の部はお申し込みできません。

## 1 奈良県民枠 (マラソン種目のみ)

## 2 一般枠 (マラソン種目、10km種目)

RUNET会員登録をされていない方は申込受付前に、あらかじめ登録を済ませられることをお勧めします!

7月20日(水)

20:00 申込受付開始

7月27日(水)

申込期間終了

定員に達し次第締切

7月22日(金)

20:00 申込受付開始

8月4日(木)

申込期間終了

定員に達し次第締切

8月上旬

参加料入金締切(入金完了で手続き終了) ※期日までに入金がない場合、お申し込みは無効となります。

11月中旬

大会プログラム兼参加案内、参加賞、アスリートビブス、計測チップ等を事前送付

12月11日(日)

大会当日

募集状況や定員締切に関しては、随時大会HPで発表します。 <https://www.nara-marathon.jp>

## エントリー注意事項 ※必ず読んでからエントリーしてください!!

### 重複エントリー禁止

- マラソンと10kmの重複エントリーはできません。重複の場合、無効とさせていただきます
- 一般枠申込で一度に複数人の申し込みができる「お仲間エントリー」や「ご家族エントリー」をご利用の際、ご本人とご本人以外からの申し込みが重複するケースや、代表者以外の方の氏名や種目を間違えられるケースがありますので、ご本人への十分なお確認をお願いします。また、チームメンバーやその保護者(参加者が高校生以下の場合)は本大会の参加を承諾しているものとみなします。

- 出走権の譲渡はできません。譲渡や代理出走が発覚した場合は失格とさせていただきます。
- ご利用のパソコン・スマートフォンやネットの環境によって、申し込みできない場合や接続に遅れが出る場合があります。

## 【奈良マラソン申込規約】

- ①自己都合による申込後の登録内容(種目など)の変更、キャンセルはできません。また、過剰入金、重複入金の返金はいりません。
- ②地震、風水害、降雪、事件、事故、疫病のほか、主催者の責によらない事由による開催縮小・中止の場合、原則として参加料・手数料の返金はいりません。また、受付日や大会当日における公共交通機関の乱れ、道路事情等による遅刻は認めません。
- ③健康に留意し、十分なトレーニングを行った上で、自己責任で大会に参加してください。60歳以上の方や基礎疾患のある方の場合、感染症の重症化のリスクが高いことを十分ご認識のうえ、ご参加ください。主催者が競技続行に問題があると判断した場合は競技中止等の指示にしたがってください。主催者は競技中の傷病に対し、応急処置のみを行い、補償は大会が加入した保険の範囲内とします。新型コロナウイルスの感染については補償の対象外となります。
- ④未成年者は保護者の了解を得た上でお申し込みください。

- ⑤主催者の責によらない原因でのインターネット機器の不具合や発送物の不着・遅延、通信環境により、期日までに主催者からの連絡が届かず、必要な手続きができなかった場合について、主催者は責任を負いません。
- ⑥年齢、性別、記録等の虚偽申告、申込者本人以外の出場等の不正行為が発覚した場合、出場、記録(表彰)を取り消します。その場合の返金はいりません。
- ⑦大会会場(コースを含む)において、企業名や商品名、またはそれらを意味する図案等の広告・宣伝的なもの(主催者が表示するもの以外)、他人を傷つける恐れがあるもの、公序良俗に反するもの、その他主催者が不適切と判断するものを、着用したり表示することはできません。
- ⑧大会の映像、写真、記事、申込者の氏名、年齢、住所(都道府県名と市区町村名)等の新聞、テレビ、雑誌、インターネット、パンフレット等への掲載権と肖像権は主催者に属します。別項の「個人情報の取り扱いについて」もご了承ください。
- ⑨大会は関連する全ての法律を遵守します。
- ⑩上記規約のほか、大会に関して主催者の指示にしたがってください。

## 【新型コロナウイルス感染拡大防止特別規約】

- ①新型コロナウイルスに感染している方、及び本規約等の主催者の取り決めにより参加を認められない方は、大会に参加することができません。すべての参加者は、本規約等の主催者の取り決めを遵守し、大会前後を通して、マスク着用、手指消毒等、感染症予防及び拡大防止に努めてください。
- ②本規約等の主催者の取り決めにより、参加が認められなかった場合、競技の中止を指示された場合、原則として参加料・手数料の返金はいりません。
- ③新型コロナウイルス感染症の影響により、イベント開催が制限されたり、開催地自治体から要請があった場合、安全に大会を開催することが困難になった場合は、大会を中止もしくは開催内容を変更すること(オンラインマラソン等代替イベントの実施含む)があります。その判断を行った時点で実際にかかった経費を勘案して、返金の有無を決定いたします。また、一部地域で緊急事態宣言や移動自粛が発出されている場合、その地域に居住する参加者の参加をお断りする場合があります。その場合の返金の有無についても、その時点での状況を判断して決定いたします。
- ④主催者は参加者の新型コロナウイルスの感染防止に努めますが、万が一参加者が感染した場合の責任は負いません。
- ⑤60歳以上の方、もしくは基礎疾患のある方には、新型コロナウイルス感染症のワクチン接種(4回以上)を強く推奨します。その他の方にも推奨します。
- ⑥大会開催前の指定期間の参加者の健康状態を確認するため、所定の「体調・行動管理チェックシート」を提出してください(各自のスマートフォンに所定のアプリを

- ダウンロードしていただく方法と、各自のパソコン等で用紙をプリントアウトしていただく方法と、いずれかにより提出・確認させていただく予定です。提出されない場合は、大会に参加できません。なお、主催者は提出された「体調・行動管理チェックシート」を大会終了後1カ月間保管します。なお、今後、健康状態やワクチン接種等の新たな確認手段が確保できたときは、「体調・行動管理チェックシート」の提出の代替とする場合があります。
- ⑦「体調・行動管理チェックシート」で、大会参加が不可となる項目に該当した場合は、大会に参加できません。その場合は、当日のご来場もお控えください(感染が疑われる症状があっても受診していない場合、PCR検査等で陽性反応があった後、療養期間が解除されていない場合、濃厚接触者と認められた後、待機期間が過ぎていない場合等に大会参加を不可とする予定ですが、大会3カ月前時点での知見・状況により、「体調・行動管理チェックシート」を作成し、参加者への事前送付物で案内いたします)。
  - ⑧大会終了後7日以内に新型コロナウイルス感染症を発症した場合は、主催者に対して速やかに連絡し、同時に濃厚接触者の有無についても報告してください。
  - ⑨後日参加者、大会関係者の中から感染者が出た場合には、保健所などからの聞き取り調査にご協力いただく場合があります。
  - ⑩本規約は、随時変更することがあります。また、従来行っていた大会開催内容を変更する場合や、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、新たに取り決めを定める場合があります。原則として大会ホームページで案内いたしますので、最新の情報をご確認ください。

## 【個人情報の取り扱いについて】

- ①主催者は、個人情報の重要性を認識し、個人情報の保護に関する法律及び関連法令等を遵守し、主催者の個人情報保護方針に基づき、個人情報を取り扱います。大会参加者へのサービス向上を目的とし、参加案内、記録通知、関連情報の通知、大会協賛・協力・関係団体からのサービスの提供、記録発表(ランキング等)に利用することがあります。主催者または委託先、行政機関から申込内容に関する確認連絡

- をさせていただくことがあります。
- ②参加者の安全確保や新型コロナウイルス感染拡大防止のため、行政機関や医療機関に個人情報(体調・行動管理チェックシート含む)を提供することがあります。
  - ③本大会運営に関わる範囲内で関連事業者(アボット・ワールドマラソンメジャーズを運営するアメリカ合衆国所在のWorld Marathon Majors LLCを含みます)及び委託業者に対して個人情報を提供することがあります。



**Q1** 奈良県民枠と、一般枠の両方でエントリーしてもいいですか？

**A** いいえ。奈良県民枠で申し込まれている場合は一般枠でのお申し込みは無効となります。

**Q2** 先着順申込でコンビニ支払いを選択した場合の支払期限はいつですか？

**A** 申込日によって支払期限が変わってきます。具体的な支払期限日は、ランネットMyページまたは受付完了メールに明記されますので、必ず期限をお確かめの上、期限内に店舗窓口でお支払いを完了してください。

**Q3** 当日朝の会場へのアクセスを教えてください。

**A** 近鉄高の原駅からのバス利用が便利です(所要時間約15分、無料)。JR奈良駅から徒歩約30分、バスでは約20分(220円)。近鉄奈良駅からは徒歩約20分です(11日朝のバスは運行しません)。

**Q4** 手荷物預かりや更衣室はありますか？

**A** 手荷物預かりは行う予定です。更衣室は密を避けるため、スタート前は使用できません。レース時のウェアを着て上着・ジャージ等をすぐに脱げる服装でご来場ください。

**Q5** 制限時間は何時間ですか？

**A** 号砲からの「競技時間」は6時間(マラソン)、90分(10km)ですが、整列時に間隔を空けてゆっくりスタートを実施するため、スタートラインを通過するまでに時間がかかるブロックがあります。そのため、参加資格を5時間30分以内(マラソン)、85分以内(10km)で完走できること、とさせていただきます。

## エントリーに関するお問い合わせ

### 奈良マラソン エントリーセンター

〒532-0011 大阪市淀川区西中島6-1-15  
アセズ新大阪ビル1F アールビーズ内

**TEL.06-6305-6322**

(10:00~17:00※土・日・祝日・8/6~8/15は除く)

## 宿泊に関するお問い合わせ

宿泊のお申し込みは  
以下のウェブサイトをご覧ください。

<https://branch.jtbbwt.com/j6665-0>

お申し込み受付は7月23日(土)9:00からとなります。

※大会ホームページの「宿泊プランのご案内」からも  
ご覧いただけます。

### JTB奈良支店

(定休日：土曜日、日曜日、祝日)

E-mail : nara\_eigy@jtb.com

# 奈良に来て見て走って楽しんでや!!



10kmは  
ほんまに  
奈良らしい  
コースやっぺ

## 記紀・万葉の舞台を 走らへんか

コース周辺には世界遺産の社寺や平城宮跡の朱雀門等…日本最古の歴史書である「古事記」や「日本書紀」、現存する最古の和歌集の「万葉集」に描かれた歴史的風景の中を思う存分駆け抜けてください。



みんな  
マラソンのコースは  
きついけど、  
楽しいって言って  
くれてはるよ

## 奈良ならではのTシャツ 着て走らへんか

参加賞はオリジナルデザインのTシャツ。マラソン完走賞にはメダルに加え、タオルが復活! マラソンのエイドも他にはない奈良名物がずらり。奈良をたっぷり堪能してください。



スペシャルゲスト  
有森裕子さん

有森さんも  
来てくれよ  
やっぺ



## わしも見にきたってや!

伽藍神立像／鎌倉時代／13世紀  
「走り大黒」の名で親しまれている彫刻。  
奈良国立博物館蔵  
7/5(火)から「なら仏像館」で展示予定

## 今年もランナーの皆さんとともに 新型コロナウイルス感染拡大防止に取り組みます。

### ランナーの皆さんへ参加にあたっての主なお願い

#### 体調・行動管理 チェックシートの提出



#### 感染が疑われる 場合の出場とりやめ



#### レース時以外の マスクの着用



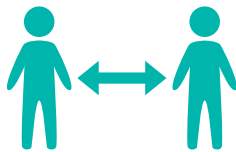
#### 施設の入退場等の 手指消毒



### 大会運営における対策(予定)

#### 会場での対策

- ランナーエリア入退場チェック
- 密にならない対策 ・スタート前更衣なし
- スタートブロック内の  
フィジカルディスタンス確保
- ゆっくりスタートの実施



#### コース・沿道での対策

- 給水・給食の  
飛沫・接触防止対策
- 個包装エイド



沿道での応援も基本的な  
感染予防対策をお願いします。

※今年を上記に加え、一部の各種配布物や、ランナーサービス等、コロナ禍以前から実施してきた取り組みを削減する予定です。

## 大会トピックス

### ボランティア募集(8/24㊦切)

### ランニングクリニック

7/24㊦・8/21㊦・9/18㊦・10/16㊦・11/20㊦

### RUNプロジェクトも進行中!

10/16㊦「奈良マラソン歴代入賞者に学べ!」など

### マラソンチャレンジカップ(MCC)に参加!!

初フルランナーから日本記録を目指すトップランナーまで、マラソンを走るすべてのランナーを応援するプロジェクトです。

MCC大会  
公式アプリ  
ダウンロード



MCC参加大会に出場したランナーには、右記のような特典があります。

- 大会新記録で優勝したランナーにタイムに応じて賞金を授与(日本陸連登録の日本人選手)。
- 男子でサブ3、女子でサブ3.5を達成したランナーに「MCC特別記録証」を発行。
- 自己ベスト達成、初フルマラソン完走者、年間自己ベスト達成者に「MCC特別記録証」を発行。

詳しくは、大会ホームページ

[www.nara-marathon.jp](http://www.nara-marathon.jp)



最新情報を掲載!  
随時ご確認ください!!

# 奈良マラソンアクセス&コース(予定)



## 関門及び閉鎖時刻(予定)

関門	距離	閉鎖時刻
第1関門	5.4km	10:07
第2関門	10.6km	10:47
第3関門	15.7km	11:27
第4関門	20.0km	12:01
第5関門	25.8km	12:46
第6関門	30.5km	13:23
第7関門	34.4km	13:54
第8関門	38.0km	14:25
第9関門	39.6km	14:37
フィニッシュ	42.195km	15:00
10km種目関門	7.5km	10:40
10kmフィニッシュ	10.0km	11:05



コース高低図(マラソン)

