

新型コロナウイルス拡散防止対策実施!!
参加ランナーの安心・安全のため、新型コロナウイルス拡散防止対策を実施して開催します。皆様のご協力をお願いします。



JUST RUN



第8回 下関海響マラソン完走プロジェクト
菊川⇄豊田21K合同練習会
【スポーツ元気県やまぐち推進団体認証】

初秋の涼しい菊川・豊田の里山で、木屋川からのマイナスイオンを浴びながら、下関海響マラソンへ向けて、みんなで楽しくラストスパート！初参加からサブスリーまで、それぞれのペースに合わせた練習走です。お一人でも、チームでも、お気軽にご参加ください。

下関海響マラソン 34日前
2022年10月10日 [月祝] 小雨決行
【駐車場開門】AM 6:50~ 【走行説明】AM 7:45~ 【スタート】AM 8:00~

場所 菊川ベルちゃん体育館 (下関市菊川運動公園横) 山口県下関市菊川町大字下岡枝1477-1
主催 菊川⇄豊田21K合同練習会実行委員会



【お申し込み開始】
2022年7月12日 (火)
午後5:00より
【募集人数】400名
定員になり次第締切となります。

コール後開催
ランRUNフェスタ RUNNER'S FESTIVAL

- 豪華プレゼントが当たる!! お楽しみ抽選会コーナー
- 専門家がなんでもお答えします!! マラソン相談コーナー
- 専門トレーナーによる!! 無料マッサージコーナー
- 情報満載、ランナー必見!! マラソン情報コーナー

※人数に制限有り ※新型コロナウイルス拡散状況によっては中止となります。

第8回 下関海響マラソン完走プロジェクト
菊川⇄豊田21K合同練習会

日時 2022年10月10日 [月祝] 小雨決行
【駐車場開門】AM 6:50~ 【走行説明】AM 7:45~ 【スタート】AM 8:00~

場所 菊川ベルちゃん体育館 (下関市菊川運動公園横) 山口県下関市菊川町大字下岡枝1477-1

費用 1,000円 (走行費788円+エントリー手数料212円) 道路使用許可費・リクレーション保険料・給水費・書類郵送費・他として ※事前のお支払いとなります。



- 菊川ベルちゃん体育館をスタート。豊田下を折り返す約21キロのコースです。
- のべ5カ所の給水所・のべ4カ所のトイレを設置。安心して走行できます。
- 1キロごとのキロ表示をしています。
- 9段階の速度でペースランナーが走行します。



ペースランナー速度表 ペースランナー各2名走行 AM8:00より*0.4分15秒を先頭に2分毎に順次スタートします。

サブ3	サブ4	サブ5
4分15秒	5分	6分
4分半	5分半	6分半
5分	6分	7分
5分半	6分半	7分半
6分	7分	8分
2時間59分	3時間10分	3時間31分
3時間10分	3時間31分	3時間52分
3時間31分	3時間52分	4時間13分
3時間52分	4時間13分	4時間34分
4時間13分	4時間34分	4時間55分
4時間34分	4時間55分	5時間17分
4時間55分	5時間17分	5時間38分

黒文字は1キロ走行タイム 青文字はフルマラソン予想タイム

主催 菊川⇄豊田21K合同練習会実行委員会 事務局
TEL: 083-249-1100 FAX: 083-249-1021
E-Mail: sports@shumpou.co.jp
〒752-0927 山口県下関市長府扇町9-50 (瞬報社写真印刷株式会社内)

詳しい情報はここから... <http://www.shumpou.co.jp>
【募集人数】400名 (定員になり次第締切となります。)
※下関海響マラソン2022にエントリーされていない方も参加できます。

瞬報社グループ 検索

後援 下関市・下関海響マラソン実行委員会 J:COM下関・COMETON FM (一社) 菊川スポーツクラブ・豊田中いなほ倶楽部

協力 海響アスリートクラブ・下関走ろう会・TEAM-A 菊川ジョギング教室・山科ランニングネットワーク 北九州ブラインドランニングクラブ・ここにこー整骨院

シークレット ゲストランナー 走行予定

お申込み方法 PCで上記HPより、スマホ・携帯で上記QRコードより、「エントリー」のイー・モシコムでお申込み及び費用1,000円をお支払いください。受付完了メールを返信します。7月12日(火)午後5時受付開始

イー・モシコム moshicom

事前にランネットの会員登録(無料)が必要となります。

9月中旬にゼッケンカードと走行詳細を封書にて郵送します。当日受付業務はございませんので、ご注意ください。

特別協賛 やまぐち県酪 一の保温泉 観光ホテル グランドホテル 一の保温泉

ご宿泊のお問い合わせは... 下関旅館ホテル協同組合

SHIMONOSEKI KAIKYO MARATHON 2022