

# 一沼津一 スイーツラン

## 参加のご案内 & コースマップ

本日は、沼津スイーツランにご参加いただきましてありがとうございます。  
是非沼津自慢の景色がつまったコースとお店自慢の銘菓をお楽しみ下さい。

### <配布物>

- ・スイーツ引換券(給スイーツ所で必要となります。必ずお持ちください。)
- ・ゼッケン・安全ピン・オリジナルバック

### <本日のスケジュール>

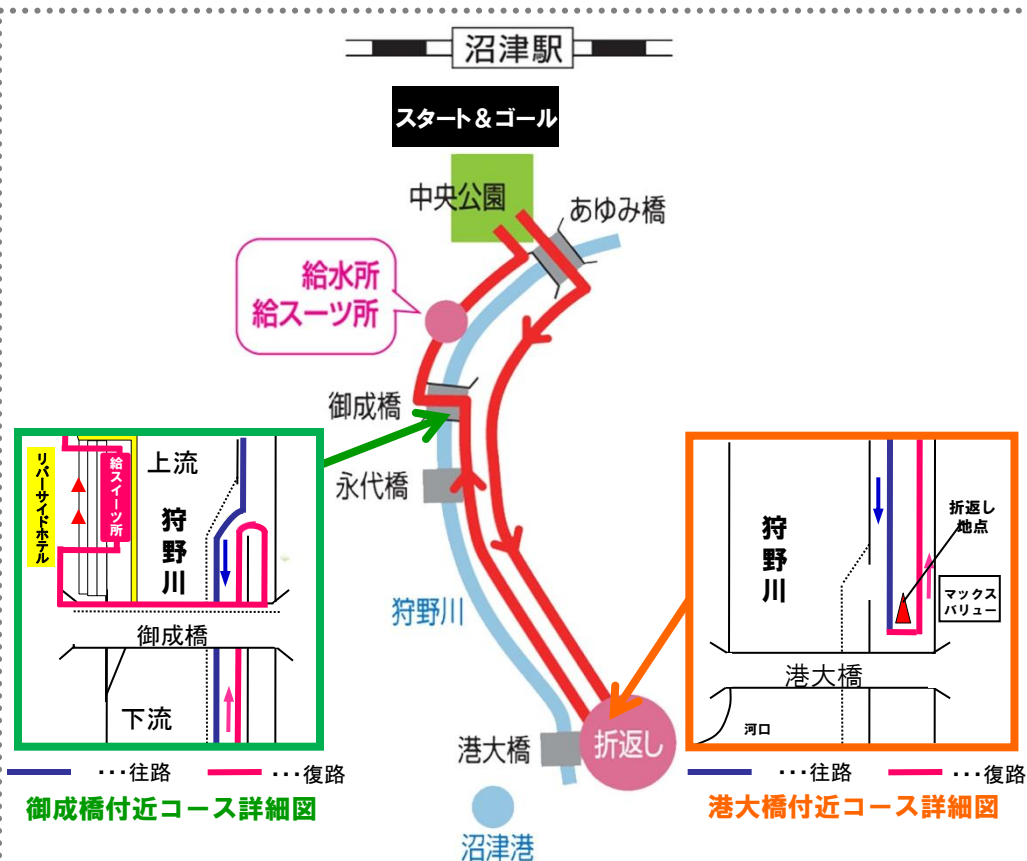
10:30 開会式  
11:00 スタート 14:00 終了(制限時間3時間)

- ※13:30にあゆみ橋付近にて新たな周回に入るのを規制します。  
14時までには中央公園に戻りください。

同時開催『スイーツフェスタ』もお楽しみください  
10時～16時

### <参加にあたって>

- 給スイーツ所で補給できるスイーツ(7個)は何周走っても、**各種類とも一人一個** までです。  
※スイーツは人数分しかご用意していません。食べ放題ではありません。  
水は十分にご用意しています。
- ご自身以外(他の参加者)の分のスイーツをとらないでください。
- 給スイーツ所をご利用いただけるのは、**ゼッケン**を付けた参加ランナーのみです。
- スイーツを受取る際は各店舗にスイーツ引換券をお見せください。
- ゴールをした後は、スイーツはお召し上がりいただけません。
- 給スイーツ所のスイーツはその場(狩野川階段堤内)でお召し上がりください。  
スイーツの持ち帰りはお断りします。
- スイーツをポケットやゼッケン、給水カップ、容器などに入れないでください。
- 給スイーツ所では手指の消毒をご用意しますので、ご利用ください。
- 給スイーツ所は、14時に閉鎖します。
- 紙コップやつまようじなどは指定のゴミ箱へ入れてください。
- スイーツはランニング時のエネルギー補給です。食べ過ぎにご注意ください。
- コースの一部に階段があります。(足元にご注意ください。)



- ・コースは右側通行です。
- ・ゼッケンは前に付けてください。

### <コース案内>

1. 中央公園をスタートし、あゆみ橋を渡り右に曲がり港大橋方面(下流へ)進む。
2. 港大橋手前に折り返し地点がありますので折り返し、同じルートを戻り、御成橋の上流側までお戻りください。
3. 御成橋は歩いて1列になり対岸へ渡り下さい。**追い抜き禁止**です。  
リバーサイドホテル前の河川敷階段踊り場へ降りると、「給スイーツ所」が、設置されていますので、水分、スイーツを補給してください。
4. その後、上流に進むとあゆみ橋へ上るラセン階段がありますので、上がってください。
5. 上がるとすぐに、分岐点があります。左へ進むとゴール(中央公園)、右へ進むと次の周回となりますので制限時間内でランニングをお楽しみください。
6. 14時までには中央公園に必ずゴールしてください。