

沼津スイーツラン

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沼津銘菓をお楽しみ下さい。

<配布物>

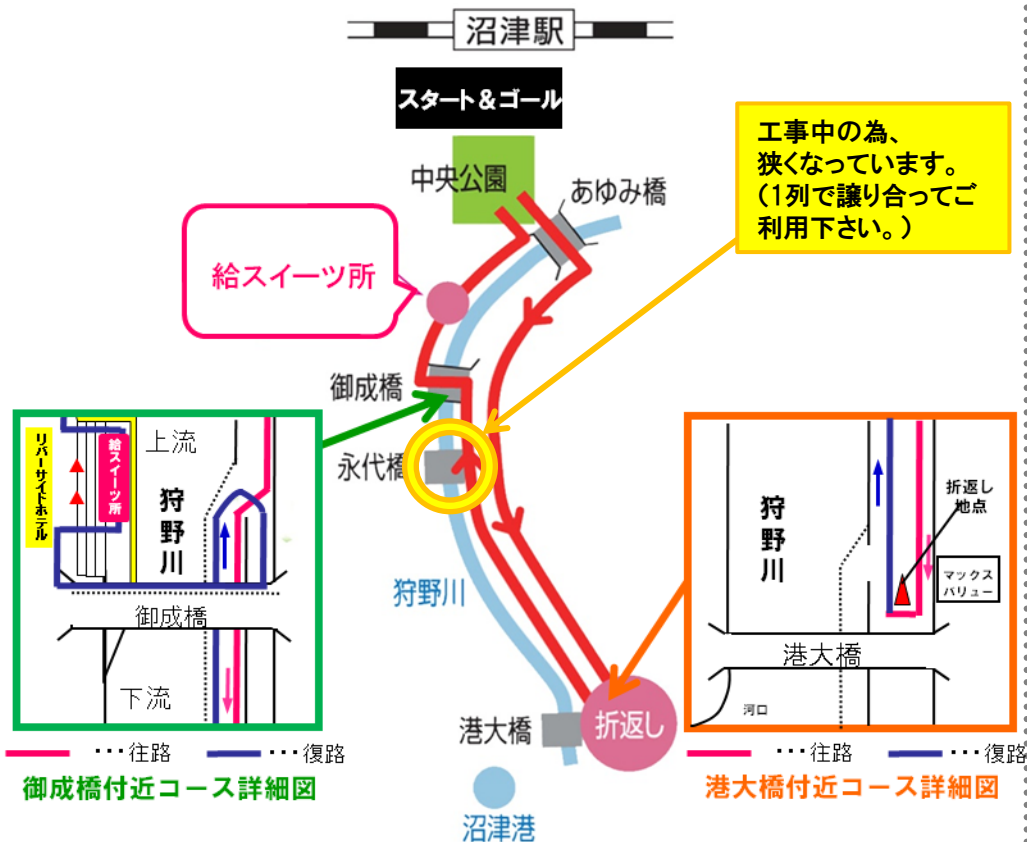
- ・スイーツ引換券(給スイーツ所で必要となります。必ずお持ちください。)
- ・ゼッケン・安全ピン
- ・その他

<本日のスケジュール>

- 10:30 開会式
- 10:40 全体ストレッチ
- 11:00 スタート 14:00終了(制限時間3時間)

<参加にあたって>

- 給スイーツ所で補給できるスイーツは何周走っても、**一人6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。
- 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(狩野川左岸河川敷内)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、容器などに入れないでください。
- 給スイーツ所は、14時に閉鎖します。
- ゴミはテント横の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。
- ランニングを終了する時は、必ず中央公園本部横テントにてチェックを受けて下さい。**
- コースの一部が工事中の為、狭くなっています。(永代橋アンダーパス)**



- ・ **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. その後、180° 回転し御成橋へ進み歩いて対岸へ渡り、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、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時まで中央公園本部横テントにて、参加賞をお受け取り下さい。
その際に、アンケートのご協力をお願い致します。