

第4回日立ランニングフェスティバル 開催要項

“ゲストアスリートと陸上競技を体験しよう！！” “スタンプラリーで賞品がもらえる！！”

小学生から市民ランナーのみなさんに、普段走ることのできない陸上競技場や日立市の自然の中（日立アルプス）を走り、走ることの楽しさ、気持ちよさを知ることにより、これからの充実したランニングライフを送っていただくことを目的として、「日立ランニングフェスティバル」を開催いたします。

主催 日立陸上クラブ
共催 関東地方郵便局長会・局長協会、茨城陸上競技協会、日立市陸上競技協会、
後援 日立市教育委員会、(公財)日立市体育協会、(公財)日立市公園協会、日立市社会福祉協議会
協力 FMひたち、RUNS、高萩走友会、太田走友会
賛助 石岡トレイルランクラブ
（株）ジュンホーム、スーパースポーツゼビオ、ファイテン（株）、（株）デサント、カリフォルニア・レーズン協会
（株）明治、（株）日立ライフ

■期 日 平成27年11月14日（土）・受付8:00～8:50 ・開会式9:00 ・競技開始9:30～

■場 所 日立市民運動公園 陸上競技場、日立アルプス

■種 目

	種目	対象	参加料	お申込み・その他
陸上競技体験	・30mダッシュ・ハードル ・幅跳び・高跳び、 ・投擲（やり、ジャベリック） 他	小学生以上	無料	当日申し込み ゲストランナーと一緒に体験しよう
イベント	ウォーキング教室 9:30～11:00	小学生以上		当日申し込み 指導者：小林友貴 選手（競歩）
	陸上競技教室（中・高校生） ・ハードル、幅跳び ・投擲（やり、ジャベリック）	中学生 高校生		・ハードル指導者 舘野哲也 選手 ・幅跳び指導者 長谷川大悟 選手 ・村上 清加 選手 ・投擲指導者 新垣暁登 選手
	日立アルプス・トレイルラン	高校生以上	2,500 円	※詳細下記
	ゆるキャラダッシュ選手権	ゆるキャラ	—	
記録会	3000m（中学生以上） ※ペースランナー 山口 航・千田洋輔 選手	中学生以上	500 円	インターネット申し込み ・申込締切 11月4日(日) ・参加料は当日いただきます。 ・申込先 日立陸上クラブのWEB サイト (http://hitachitf.jp/)
	5000m（高校生以上） ※ペースランナー 山口 航・千田洋輔 選手	高校生以上		
	1500mファミリーの部 ※必ず小学生を1人以上含める。 親[大人]は何人でも可能	親(大人)と 子ども 2人以上	無料	
	1000m（小学生） ※ペースランナー有	小学生		

※2種目以上の申込は可能です。（参加料は2種目でも500円となります）

※天候不順の場合はプログラムが変更になることがあります。

■タイムテーブル（予定） ※1週間前にホームページに掲載いたします

時間	種目
9:00	開会式
9:30	3000m、 1500mファミリー、 1000m ウォーキング教室（9:30～11:00）
11:00	陸上競技体験（11:00～12:00） ・30mダッシュ ・ハードル ・幅跳び・高跳び・砲丸投げ、他
12:00	・ゆるキャラダッシュ選手権 ・ゲストランナー紹介

時間	種目
13:00	5000m、 陸上競技体験（13:00～15:30） ・ハードル ・幅跳び・高跳び ・砲丸投げ、他 ・30mダッシュ（14:00～）
14:00	陸上競技教室 ・ハードル ・幅跳び、 ・投擲（やり、ジャベリック） ・長距離
15:30	閉会式

※「ゆるキャラ®」は株式会社ならびにみうらじゅん氏の登録商標です。

■その他 ○陸上競技用のスパイクシューズの使用不可とします。（3000m、5000mのみ可）
○開会式へはなるべく参加してください。参加する種目の時間が遅い方はその種目に合わせてご参加ください。

■問合せ等 日立陸上クラブのホームページに大会の詳細が掲載されておりますので、ぜひ、ご覧ください。
(<http://hitachitf.jp/>) 検索サイトで「日立陸上クラブ」と検索してください。

「日立アルプス・トレイルラン」

- ・コース : ●上級コース : 助川山自然公園 → 風神山（約23km）
●初級・中級コース：助川山自然公園 → 高鈴ゴルフ場（約12km）
- ・集合場所 : 日立市民運動公園 陸上競技場（受付 8:00～8:30）
- ・参加定員 : 全30名（2時間以上走り続けられる方）
- ・参加料 : 2,500円（手数料・バス代込※各コースバス送迎有り）
- ・その他 : 弁当付き 詳細はシンコーネットホームページを御覧ください。
・エントリー・お問い合わせ : シンコーネット <https://www.shinkonet.com/>