

毎年大人気!先着制です!お早目に。

いびがわ ウォーキング2019

since 2002

スペシャルサポーター 西田ひかるさんと歩く3キロウォーク!
オリジナルTシャツに加え、ゴールされた方には友好提携都市の北海道芽室町産ジャガイモをプレゼント!



ウォーキングTシャツ
プレゼント



昨年のように

今年で18回目を迎える「いびがわウォーキング」!
地元の皆さんはもちろんのこと、フル・ハーフ
マラソンに参加する選手の家族や応援の皆
さんも気軽に参加していただけます。
揖斐川の流れや紅葉した山々を眺めながら
歩き、全国の「いびがわマラソン」ファンの方
々と交流を深めてはいかがでしょうか?

【日程】11月10日(日) 雨天決行

【スタート】揖斐警察署前 午前10時35分(ハーフマラソンスタート後方より出発)

【ゴール】揖斐川町役場 午前11時25分までにゴールしてください

【参加資格】3kmを50分以内で、ゴールできる方 ※小学生未満は、保護者同伴
(保護者の方は必ずエントリーしてください)

【参加費】1,000円(保険含む)
※参加費は、申込時にお支払いください。(小学生以上は、要エントリー)

【参加賞】ウォーキングオリジナルTシャツ(6サイズあり)
※申込時に、お渡しします。

【副賞】ゴールされた方(要ゼッケン)は、友好提携都市の
北海道芽室町産ジャガイモをプレゼント。

【申込方法】事前受付 先着1,000名 当日受付 先着200名 6:30~

5/27(月)より公式ホームページ(モシコム)で受付中。参加賞は大会当日お渡し。
ご近所の方は、いびがわマラソン事務局(役場2階)、地域交流センター『はなもも』、
揖斐川健康広場でも直接受付を行っています。

※2019年大会より、電話での受付は行っておりません。予めご了承ください。

【その他】・主催者側が50分以内にゴールできないと判断した場合は、ゴールする前に
コース上から退場していただく場合があります。
・マラソン当日は、指定駐車場をご利用ください。
・荷物預かり所がご利用できます。(貴重品以外:要ナンバーカード)
・大会の映像・写真・記録等のテレビ、新聞、インターネット等への掲載権、
肖像権は主催者に属します。

【主催】いびがわマラソン実行委員会・揖斐川町体育協会

【協賛】OKB 大垣共立銀行

【お問い合わせ】いびがわマラソン事務局(TEL 0585-23-0117)

いびがわマラソン
スペシャルサポーター
西田ひかる

皆さん一緒に
歩きましょう!



いびがわ マラソン

since 1988

いびがわマラソン2019

ランナーズブック

~いびがわをより楽しむため あなたに贈る一冊~

いびがわに
走りにいこう
会いにいこう!



IBIGAWA MARATHON 2019

11-10

SUN
雨天
決行

START!!

フル 9:45AM
ハーフ 10:30AM
ウォーキング 10:35AM

レギュラーゲスト
高石ともやさん

スペシャルサポーター
西田ひかるさん

ゲストランナー 中村 優さん

スペシャルコーチ 金 哲彦さん

スペシャルアドバイザー 高橋尚子さん

■お問い合わせ

いびがわマラソン実行委員会事務局

〒501-0692 岐阜県揖斐郡揖斐川町三輪133 揖斐川町役場内 Tel.0585-23-0117 Fax.0585-23-0121

<http://ibigawa-marathon.jp/>

■主 催: 揖斐川町 中日新聞社 西濃地区陸上競技協会
■ナンバーカードスポンサー: 西濃建設 IBIDEN イビデン

■主 管: 西濃地区陸上競技協会
■ウォーキングナンバーカードスポンサー: OKB 大垣共立銀行

CONTENTS

今回お送りした物	2	2019交通規制	23
大会スケジュール	3	会場までのアクセス	24
金コーチ&優ちゃんからのメッセージ	4	大会指定駐車場のご案内	25
ランナーの皆さまへ 一日のスケジュールは…	6	お茶目大賞 募集要項	26
RUN PASSPORTによる受付方法について	8	今年のお題は!「ペアでとびきり笑顔」	26
会場マップ メイン(スタート)・ゴール会場	10	谷汲山華厳寺へみんなで完走祈願に行こう	27
コース大研究①～③	12	さまざまなおもてなし もっと楽しんじゃおう♪	28
みんなに気持ちよく走ってほしい!!「いびがわマナー」を大事にしよう	18	いびを楽しんでね! 割引券プレゼント	30
メディカル委員会より	20	いびがわウォーキング2019	裏表紙

今回お送りした物

※今回お送りしたものはすべて、必ず受付・大会へお持ちください!

①ランナースブック こちらの案内です!

②安心カード兼誓約書

緊急連絡先などを記載していただくと、救急搬送などあった場合の命綱となります。事前に記入し、受付へ提出してください。

※昨年より導入したスマートフォンアプリ『RUN PASSPORT(ラン・パスポート)』などで事前に安心カードの情報を登録いただければ、安心カードの提出は不要(受付不要)です。(P8,P9)

③ナンバーカード

陸連登録の部2枚、一般の部1枚

スタートブロックごとにお並びいただきますので、事前にブロックをご確認ください。

※特にSブロックに申請された方は、必ずナンバーカードのアルファベットが『S』になっているかをご確認ください。

今大会のナンバーカードです

招待選手・Sブロック(陸連・一般) 【フル】男子:1~女子:701~	陸連登録選手(Aブロック)*Sブロック以外 【フル】男子:1001~女子:1701~ 【ハーフ】男子:2001~女子:2701~	一般(B~Hブロック) 【フル】男子:10001~女子:17001~ 【ハーフ】男子:20001~女子:27001~
		
【フル】ライトブルー	【ハーフ】イエロー	男子:黒ナンバー 女子:赤ナンバー

④記録計測用RSタグ

出走前にシューズに取りつけてください。走ったあとは、ご自身で外しましょう。

⑤参加記念品引換券

エントリー時にご指定いただいた記念品と引き換えいたします。引換券を忘れた方は、ご希望に応じ、**大会終了後着払いにて**発送いたします。(今年中に、ご連絡ください。)

大会スケジュール

11.9土

メイン会場:地域交流センター

ランナー受付

12:00~19:00

前日受付(安心カード提出+参加賞引換)
【地域交流センター ロビー】

前日イベント

11:00~12:00

AED救急救命講習会(P21)

当日は『メディカルサポートランナー』
としてご参加いただけます。(受講証、
ゼッケン発行。)



12:00~19:00

～いびがわフェア～『ミズノ&大塚製薬』

13:30~16:00

金コーチ&優ちゃんの
ランニングミーティング・サイン会

いびがわマラソンスペシャルコーチの金哲彦さんとガス
トランナーの中村優さんによるトークイベントです。

シャトルバス(P24)

●揖斐駅⇄メイン会場

●揖斐川健康広場⇄メイン会場
(10:00~19:00まで運行)

前日駐車場(P25)

●揖斐川健康広場駐車場

会場周辺は、大会準備で危険なため
駐車をご遠慮願います。

11.10日

メイン会場周辺

ランナー受付

6:30 ~ 9:00 当日受付(安心カード提出)
【揖斐警察署北駐車場】

6:30~15:00 参加賞引換

マラソン競技

9:25 フルマラソン整列完了

9:45 フルマラソンスタート

10:10 ハーフマラソン&
ウォーキング整列完了

10:30 ハーフマラソンスタート

10:35 ウォーキングスタート
※ハーフマラソン最後尾より

13:00頃~ 各部門表彰式
(いずれも終了次第随時)

13:30 ハーフマラソン競技終了

14:30頃~ 高橋尚子賞表彰式

15:45 マラソン競技終了

16:00~ お茶目大賞表彰式

当日イベント

7:30~ 8:10

高石ともやさんのランニングミーティング
長年いびがわマラソンを盛り上げていただけるレギュラー
ゲストの高石さんが、いつものペースで大会へ導きます。

8:10~ 8:25

金コーチと優ちゃんの直前アドバイス

NHK『ラン×スマ』のコンビが今年も復活!レース直前の
アドバイスは必見!

8:30~ 9:00 開会式

高橋尚子さんや西田ひかるさんらも参加していただきます。

9:00~ 9:10 ウォーミングアップ

エアロビクスでウォーミングアップ

8:00~16:30

～いびがわフェア～『大物産展』

グルメからお土産、マラソングッズなど、いびがわマラソン
ならではの大会産物!



金コーチ&優ちゃんからのメッセージ

参 加 賞



金コーチの
サイン&イラスト入り
ロングTシャツ

いびがわマラソン
スペシャルコーチ

金 哲 彦 さん



2019年も「いびがわマラソン」で厳しい坂道に挑むランナーの皆さんと秋色に染まった景色の中で一緒に走れることを楽しみにしています。

ご存知のとおり、毎年、先着順のエントリーが数十分で定員に達してしまう大人気の大会。その魅力は数え切れないほどありますが、私が特にオススメしたいのは、幼稚園児からお年寄りまで、毎年大歓迎してくれる揖斐川町民の温かいおもてなしです。30年以上の歴史の中で、マラソン文化が街にしっかりと根付いていることを肌で感じられるのです。

今年から年号が新しくなりました。さらに年が明けるといよいよ東京オリンピック・パラリンピックイヤーです。新鮮かつ神聖な気持ちで、日本を代表するマラソンレースとして、今年も大いに盛り上がりましょう。

大好評のトークショー

“金コーチ&優ちゃんのランニングミーティング”

NHK『ラン×スマ』のコンビが今年も復活!

例年大盛況!いびがわマラソンスpecialコーチの金哲彦さんとゲストランナーの中村優さんによる“参加型トークイベント”『ランニングミーティング』『ラン×スマ』ファン必見です!

参加無料
申込不要



◀ 昨年の様子より

いびがわマラソンスpecialコーチである金哲彦さんの全面的な協力を得て、『いびがわマラソンを完走するための全5回のオリジナルプログラム』として実施している“金コーチのマラソン教室”。毎年最終日は、教室参加者以外の方も金コーチから直接アドバイスを受けることができる“参加型トークイベント”として大盛況です。13回目を迎える今年も、昨年に引き続きゲストランナーの中村優さんにもおこしいだいてNHK『ラン×スマ』のコンビが、いびがわマラソンのためだけに復活します!ぜひ皆さまお越しください!

◆ 日 時 11月9日(土) 13:30~15:30 ※終了後、金コーチのサイン会
(金コーチの本を販売します。16時まで本の購入者を対象にサイン会を実施します。)

◆ 場 所 メイン会場『揖斐川町地域交流センター“はなもも”大ホール』(揖斐川町上南方27-7)

◆ 駐車場 前日駐車場(P25)
※会場周辺は大会準備で危険なため駐車をご遠慮願います。

◆ シャトルバス 養老鉄道『揖斐駅』⇄メイン会場 10:00~19:00まで運行
(P24) 揖斐川健康広場 ⇄メイン会場

◆ 持ち物 ランニングシューズ、ウェア、タオル、給水

みんなで
完走するぞっ!!

いびがわマラソン
ゲストランナー

中 村 優 さん



今年もゲストランナーとしていびがわマラソンに参加できることを嬉しく思います。

昨年は高橋尚子さんも帰って来られて、より一層大会も盛り上がりました。今年も私自身いびがわの景色、応援を味わいながら、精一杯大会を盛り上げられたらと思っています。

ずっと先だと思っていたTOKYO2020がもう来年に迫ってきましたね。いちスポーツ愛好者として、日本国民として、とても楽しみです。いびがわの町からもどんどんスポーツの盛り上がりを見せていけたらいいな!ということで、いびがわマラソン2019も一緒に良い大会にしましょう!

おしえて! 金コーチ

すべて無料!

You Tube

動画コンテンツ



音声コンテンツ

NHK『ラン×スマ』のコンビによる、いびがわマラソンを完走するためのインターネットプログラム!

いびがわマラソンスpecialコーチ金哲彦さんと中村優さんが、皆さんから寄せられた質問にお答えします!



▲ランナーからの質問に、的確なアドバイスをしてくださっています。



▲中村優さんもアシスタントとして、番組を盛り上げてくれています!

『金コーチのマラソン教室』に参加したくても定員からもれてしまった人、遠方で参加できない人、休日がお仕事の方など、参加できなくて残念…との声からはじまったインターネットプログラム“おしえて! 金コーチ”!

いびがわマラソンスpecialコーチの金哲彦さんに寄せられた質問に、金コーチが直々にYouTubeによるビデオメッセージとして答えていただけます。

また音源のみのネットラジオ(ポッドキャスト)ならスマートフォンで、いつでも、どこでも、何度でも、気軽に楽しめます。

今年も、皆さんから寄せられた質問を、ゲストランナーの中村優さんが金コーチへ直接お聞きします!

月1回の更新を予定しており、過去のプログラムも利用できます。ぜひお聞きください!

スマートフォンのポッドキャスト(インターネットラジオ)でダウンロードすれば、練習中や大会当日に走る際はもちろん、圏外であっても好きな時間に、好きな場所で、何度でも気軽に楽しむことができます。

スマートフォンでの視聴方法

●iPhoneの方

初めからインストールされているポッドキャストアプリが便利です。アプリ内で「マラソン」「いびがわ」などで検索していただければ、『いびがわマラソンポッドキャスト〜おしえて金コーチ』が出てきますので、ダウンロードしてください。※「購読」ボタンを押してください。無料です。

●Androidの方

「Podcast」アプリを検索していただいて、好きなアプリをご利用してください。(使用方法はそれぞれのアプリによって違います。)また、下記サイトからも聞くことができます。
<http://ibigawamarathon.seesaa.net/>
ぜひ、ポッドキャストをご活用ください。

スタッフ
オススメ

走るとき、音楽ばかり聞き続けて飽きることはありませんか?

『いびがわマラソンポッドキャスト〜おしえて金コーチ』を聞きながらトレーニング!繰り返し聞いて、アドバイスを身に付けよう!



ランナーの皆さまへ 一日のスケジュールは

選手受付（安心カード提出）

●受付では、スタート前に「安心カード」を提出していただきます。

■前日受付11月9日（土）12:00～19:00
地域交流センターロビー

■当日受付11月10日（日）6:30～9:00
シャトルバス発着所前（揖斐警察署北側）

オススメ

※アプリ・Webから、『ランパスポート』で『安心カード受付』ができています方は、受付不要です。（P8,P9）

ナンバーカード等について

■ナンバーカードについて

◎ナンバーカードの枚数

陸連登録者 2枚(胸、背中用。安全ピン8本付き)

一般 1枚(胸用。安全ピン4本付き)

必ず
胸に

※レースへは、ナンバーカードが必ず見える服装で参加してください。

（雨天時も透明なカッパ以外禁止）

※ナンバーカード譲渡による代理出走は、一切禁止

（写真サービス等で確認し、代理出走が判明した場合は、以後無期限出場停止とします）

※メディカルサポートランナーには、事前講習会にて背中用をお渡しします。（P21）

■記録計測について

・記録計測は「RSタグ」を使用します。

●RSタグは必ず**シューズに取り付けて**ください。

●RSタグを正しく装着していない場合や装着し忘れの場合は、記録がとれず、失格となりますので、**スタート前にご確認ください。**

●RSタグは、ゴール後回収します。
途中棄権した場合は、係員にお渡しください。

●RSタグに関するお問い合わせは、
メイン会場の「RSタグコーナー」へお願いします。

靴に紐がない場合は、
バンドをお貸しします。



タグは横向きに
つけて!!

■当日忘れた方

・「ナンバーカード」および「RSタグ」を大会当日忘れた方は、再発行します。
（数に限りあり）

・再発行手数料は、各1,000円です。

■当日出走されない方

●棄権される方は、「RSタグ」を同封の返却封筒にて、返送ください。
（未返却時は、1,000円いただきます）

●当日出走されない場合、参加料の返金はいたしません。

参加賞引換 前日:12:00～19:00 / 当日:6:30～15:00

ナンバーカードに付属の『記念品引換券』と交換します。

●エントリー時にお選びいただいた記念品となります。

・Tシャツ (SS/S/M/L/O/XO)

・ふくらはぎサポーター (M/L)

・揖斐の特産品

・記念品なし(プログラムのみ)

※記念品の変更をご希望の方は、
大会当日15:30以降「総合案内」にて
在庫に限り変更可能です。

●記念品なしの方にも、プログラムをお渡しします。

●全員の方に、厚生産業様より、「お米と米麴で
つくった“あまざけ”」が、プレゼントされます。
（参加賞の中）

参加記念品(Tシャツ・ふくらはぎサポーター)は、
大会当日事務局ブースでも販売いたしますので、
お買い求めください。（数に限りあり、各1,300円）



スタート前に

■選手更衣室 (6:30～17:00)

●男子／地域交流センター1階・2階

メイン会場南テニスコート内仮設テント

●女子／地域交流センター大ホール(ステージ上のみ)

商工会・福祉総合支援センター (R303南)

●フリー (サークル・ご家族で)

メイン会場仮設テント・美濃茶流通センター (穴場)

※詳しくは、会場周辺マップをご覧ください。

■貴重品預かりロッカー (有料300円)

●地域交流センターホール前に、有料ロッカーを設置しています。

■荷物預かり (6:30～16:00)

●地域交流センター前仮設テントでお預かりします。

●ナンバーカードが必要です。（ランナー以外、進入禁止）

※ウォーキングの方も、お預かりできます。ナンバーカードをご持参ください。

●荷物にナンバーを記入したエフをつけ、袋にいれ紐で閉じます。（当日配布）

●ナンバーカードの末尾ごとに、ブロックがわかれていますので、ご自分で預けてください。

●現金などの貴重品は、お預かりできません。

●盗難・紛失は、一切責任を負えませんのでご了承ください。

●受け取りは、ナンバーカードを呈示し、ご自分でお持ち帰りください。

●警備員が巡回しています。

大変
混み合いますので
お早目にお預け
ください

■スタートブロックへの整列

フル

9:20まで

ハーフ

10:10まで

（フル出発後より集合開始）にそれぞれ整列してください。

●ナンバーカード記載の指定ブロックに並んでください。●スタート時に並べなかった方は、係員の指示に従い、最後尾から出発してください。

●スタート時になんらかのアクシデントがあった場合は、アナウンスにより走行を中止します。



ブロック	フル男子No.	フル女子No.
S	1～ 669	701～ 930
A	1001～ 1111	1701～ 1715
B	10001～10750	17001～17150
C	10751～11500	17151～17300
D	11501～12250	17301～17450
E	12251～13000	17451～17600
F	13001～13750	17601～17750
G	13751～14500	17751～
H	14501～	

ブロック	ハーフ男子No.	ハーフ女子No.
A	2001～ 2089	2701～ 2720
B	20001～20250	27001～27150
C	20251～20500	27151～27300
D	20501～20750	27301～27450
E	20751～21000	27451～27600
F	21001～21250	27601～27750
G	21251～21500	27751～27900
H	21501～	27901～
ウォーキング		



レース中（マナーを守って楽しく）

■距離表示

●距離表示は1kmごとおよび中間点に設置します。残り5km地点からは、残り距離1kmごととも表示します。

●5kmまでは、大変混雑して見にくいいため、1kmごとに風船で高い位置にて表示します。 ●このほか、エイドまでの距離も表示します。

■関 門

	フルマラソン				
関門名	第1関門	第2関門	第3関門	第4関門	フィニッシュ
距離	8.1km	19.5km	33km	39.1km	42.195km
スタートからのタイム	1時間15分	2時間50分	4時間50分	5時間30分	6時間
時刻	11:00	12:35	14:35	15:15	15:45

	ハーフマラソン	
関門名	第1関門	フィニッシュ
距離	8.4km	21.0975km
スタートからのタイム	1時間10分	3時間
時刻	11:40	13:30

●**関門閉鎖後、競技を続けることは出来ません。**

コース上に残っている選手は、速やかに歩道や路肩に移動し、ナンバーカードを外してください。

●近くの収容関門地点で収容バスに乗車するか、最後尾バスに乗車してください。

●乗車の際に、RSタグを係員に渡してください。

※また審判員が競技続行不可能と判断した場合、競技中止を指示することがありますので、その指示に従ってください。

ゴール

■ゴール写真

●ゴール時に、完走証に掲載する写真を撮影しています。（ランフォト）写真は、ゴール正面付近で撮影をしますので、カメラに向かってポーズをおとりください。

■「よおがんばりんさった完走タオル」

●制限時間以内に完走された皆さんには、完走賞の「よおがんばりんさったバスタオル」が中学生から贈られます。走ったあとは、体も冷えますのでタオルで身も心も温めてください。



■ゴール後のプレゼント

スポンサーより

●大塚製薬「アミノバリュー」

●JAいびがわ「いびがわ産おにぎり」



■RSタグの返却 原則、自分で取り外そう!

●記録計測用RSタグを返却してください。

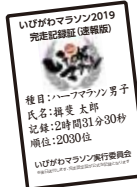
■記録速報サービス

●ゴールしてすぐに、あなたのタイムと暫定順位がわかります。記録速報所で、ナンバーを教えてください。速報を打ち出し、お渡しします。

●大会公式ホームページのがんばりデータから、検索が出来ます。



ゴール後、すぐに記録証をお渡しします!



■コンディショニングコーナー



●疲れた体を十分労わり
ましょう。
ボランティアでケアを
してもらえます。（無料）
協力:岐阜県柔道整復師会

表彰式

■表彰者

総合男女各部門10位まで(フル・ハーフ)

あわせて友好提携都市の北海道芽室町から芽室賞もあります。

高橋尚子賞

ハーフ高校生男女最優秀者(各1位)

お茶目大賞1名

お茶目賞4名

(P26)

■表彰対象の皆さんへ

●各表彰は、スタート会場メインステージで表彰を行います。

●表彰対象者は、決まり次第随時、メインステージ周辺に掲示します。

●お茶目大賞の表彰は、16:00から行います。受賞者の方には、ゴール時に係のものから表彰式の案内をお渡しします。衣装をつけたままステージにおあがりください。

●そのほか、年代別(29歳以下・30歳代・40歳代・50歳代・60歳代・70歳以上)の男女各3位までに入賞された方へは、賞状と記念品を後日郵送させていただきます。



ランパスポート

RUN PASSPORTによる受付方法について

お手持ちのスマートフォン・パソコンで事前に、『安心カード』の情報をご登録いただくだけで、前日・当日の受付がなく、当日会場での時間をゆったりお過ごしいただけます！

※駐車場・更衣室などは混み合いますので、今まで通りのお時間にお越しただいて、会場で開会式に参加したり、ゆっくりアップなどしていただくことをおすすめします。

特に、スマートフォンをお持ちの方は、アプリ『RUN PASSPORT』で大会情報もゲット！スマートフォンをお持ちの方は、アプリ『RUN PASSPORT』で『安心カード情報』のご登録とともに、事務局からの情報もゲットできます！ぜひインストールを！

▼詳細はこちら

RUN PASSPORT

<https://runnet.jp/runpassport/>


参加者が『安心カード』を登録する手順

アプリ版

RUN PASSPORTシステムに参加者データの準備が完了次第、アプリで「安心カード」の登録（緊急連絡先の登録、誓約書同意）ができます。（10月下旬公開予定）

※安心カードの登録は1回のみで変更はできません。

- ① [WEB版のメール配信日に公開] アプリ内に「いびがわマラソン」の大会情報が取り込まれる
- ② 「参加票」のタブの「参加票を表示」ボタンをクリックして「安心カード」の登録に進む



- ⑤ この画面（参加票）が表示されれば登録完了です



⑤での登録完了で、「安心カード」のデータは事務局に登録されますので、当日の受付なしで出走可能です。「参加票」の提示は必要ありません。



- ③ 「安心データ」（緊急連絡先）の登録を行う
※必須項目には未記入エラーチェックがはまります。
- ④ 緊急連絡先の登録につづいて、大会誓約書の同意を行う



RUN PASSPORTの「掲示板」から確認できます！

- 当日の駐車場混雑具合
- 当日の揖斐川の天気予報など大会情報



WEB版

RUN PASSPORTシステムから、参加者に向けて「安心カード登録のご案内」メールを配信いたします。メールの内容に沿って「安心カード」を登録します。（10月下旬メール配信予定）



※アプリ同様、最終画面の参加票は、安心カード登録が完了したことを示すものです。大会当日、提示の必要はありません。

お仲間エントリーされた場合

エントリーした代表者にお仲間分のメールもお送りしております。お仲間にもメールを転送して自分で安心カードの登録をするようご連絡いただくか、お仲間の分も代理で登録してください。

check point

RUNET・ふるさと納税以外で大会にエントリーした皆様

以下の情報を11月5日(火)までにいびがわマラソン事務局 (info-ibigawamarathon@octn.jp) へ「メール」にて次の4項目をお知らせ頂ければ、「安心カード」の事前登録のご案内メールをお送りいたします。

※11月7日(木)に配信予定

- ① ナンバーカード ② 氏名 ③ 生年月日(西暦) ④ メールアドレス

従来通りの安心カード受付をおこなっています！

パソコン・スマートフォンをお持ちでない方は、こちらをご利用ください。

【受付時間】 前日12:00～19:00 当日6:30～9:00 ● 安心カード情報のご注意 → P21

いびがわマラソンは MCC (マラソンチャレンジカップ) の参加大会です！



MCC(マラソンチャレンジカップ)は、マラソンに挑戦するすべての人を応援するプロジェクトで2017年からはじまりました。一般財団法人アールビーズスポーツ財団が、全国48カ所で開催される人気フルマラソン大会と連携しながら、大会の魅力を広く伝え、走る楽しみをより深める取り組みを行ってランナーをバックアップします。

MCCアプリ (Android、iPhone)

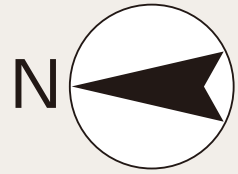
スマートフォンアプリ「MCCアプリ」では、いびがわマラソンの「3Dコースマップ」や「会場マップ」のほか「ランナーズアップデート(P29)」「応援ナビ(P29)」など様々なサービスにつながります。「RUN PASSPORT」アプリとあわせて、ぜひインストールを！

大会記録を更新すると記録ごとに設定された賞金が授与されます！

【いびがわマラソン大会記録】

男子 2時間21分34秒 女子 2時間45分14秒

詳しくは、MCC(マラソンチャレンジカップ) Webサイトで！



12:00 ～ 19:00
安心カード提出+参加賞引換

11:00 ～ 12:00
AED救急救命講習会

12:00 ～ 19:00
～いびがわフェア～
『ミズノ』『大塚製薬』

13:30 ～ 16:00
金コーチ&優ちゃんの
ランニングミーティング・サイン会

11/10(日)
更衣室
6:30~17:00

**貴重品預所
コインロッカー**

★ぼくの秘策★
スタート前に、アップをかねて
ゴール会場のトイレに
行くよー

7:30 ~ 8:10
高石ともやさんのランニングミーティング

8:10 ~ 8:25
金コーチと優ちゃんの直前アドバイス

8:30 ~ 9:00
開会式

13:00頃～
表彰式(いずれも終了次第)

11/10(日)
6:30～9:00
安心カード提出

11/10(日)
6:30 ~ 15:00
参加賞引換

11/10(日)
9:00 ~ 9:10
ウォーミングアップ

9:45
フルマラソンスタート
.....
10:30
ハーフマラソンスタート
.....
10:35
ウォーキングスタート

**ハーフ
スタート!**

フル
スタート!

9:25
フルマラソン整列完了
.....
10:10
フルマラソンスタート後
ハーフマラソン&ウォーキング整列

競技制限時間
11:25
ウォーキング
13:30
ハーフマラソン
15:45
フルマラソン

フィニッシュ!

ゴール会場

11/10(日)
8:00~16

～いびがわフェア～『大物産展』

応援してくれた家族や友達に
いびのお土産を！

大会後は、頑張った自分に
いっぱいご褒美を

 救護所

Amino-Value 給水所
※アミノバリュー

JAいび川
おにぎり

メイン会場

ゴール会場

 男子
更衣室

 女子更衣室

 **フリースペース**
※サークル・家族など
男女とも利用できるエリア

 荷物預かり所
※貴重品は、
お預かりできま

 マラソン
バスGOGO
登善所

 **キッズ
ルーム**
(P28)

安心カード受付
安心カードを受付します。アプリで省略
できます。(P8、9)

 臨時・シャトルバス
発着所

※応援バス(要整理券)のほか、

参加賞引換所
申し込まれた記念品別にお渡しいたします。(P6)

泉)、もみじバス(谷汲もみじまつり)、癒しバス(かすがモリモリ村〈葎草風呂〉)があります。(P29)

 完走証 完走タオル受取

※混雑時は写らない可能性もありますのでご理解ください。

 RSタグ回収

 記録速報
サービス

 あったか
お湯コーナー

 **コンディショニングコーナー(無料)**
※(公社)岐阜県柔道整復師会、スパイラル
テーピング協会の皆さんによるボランティア

※スタート位置は一部コース変更のため、移動する可能性があります。

コース大研究① [START～8km] [34km～GOAL]

いびがわ応援団



園児から小中学生、高校生、町中で全国のランナーを応援します。ハイタッチや横断幕、お帰なさいコールなどアイデア応援が続きますが、2019大会では、応援ボードが登場します！子どもたちの想いが綴られますので、お楽しみに！

みんな大好き“スイーツエイド”

「スイーツエイド目指します」と宣言される方が多いほど人気のスイーツエイド。このエイドは、写真にあるように、スポンサーの皆さんのご協賛で運営されています。できるだけ大勢の方に食べてもらいたいのので、ご配慮くださいね！

青柳ういろforアスリート
株青柳総本家

あげぼん
伊吹堂

柿
せつきーファーム

肉桂餅
いげたや

スポーツ大福
丸一製菓株

しらゆき餅
みわ屋

どらやき
だるま堂

あまざけ
厚生産業



check point

フルの制限時間は6時間だけど、この関門ことを忘れないでね!

フルの皆さん、第4関門 ありますよ!!

スイーツエイドの先に、フルの第4関門を設置しました。第3関門を通過できても、この関門で時間オーバーすると、ゴールまで行くことができません。ご自分のペースにあわせ、時間配分を計画しましょう!

スペシャルエイド



おっかさんステーション

冷えた体を温める「みそスープ」心も体もあたたまります。



だいしん炭酸ステーション

炭酸飲料は疲労回復に効果があることが、科学的に証明されています。コーラにサイダー、ランナーが求める究極エイドです!



おにぎりエイド

損斐川町の特産、「ハツシモ」のおにぎり。塩むすびは、がんばった人にだけわかる最高の味です。



ビューポイント



いってらっしゃい

スタートは、いびがわの豪華ゲストが勢ぞろい! 高台から、高橋尚子さん、金哲彦コーチ、西田ひかるさん、中村優ちゃんが、カウントダウンとともに、ランナーをお送りします。早めに、自分のブロックに入り、安心してスタートを迎えましょう。



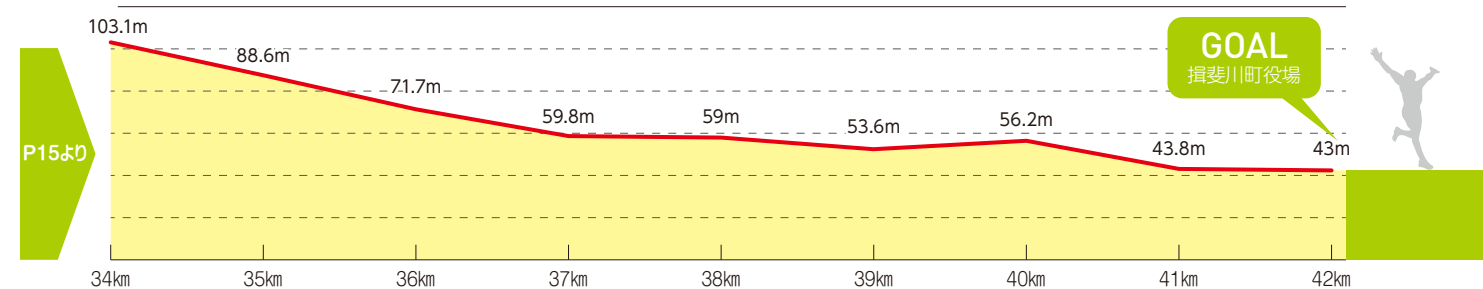
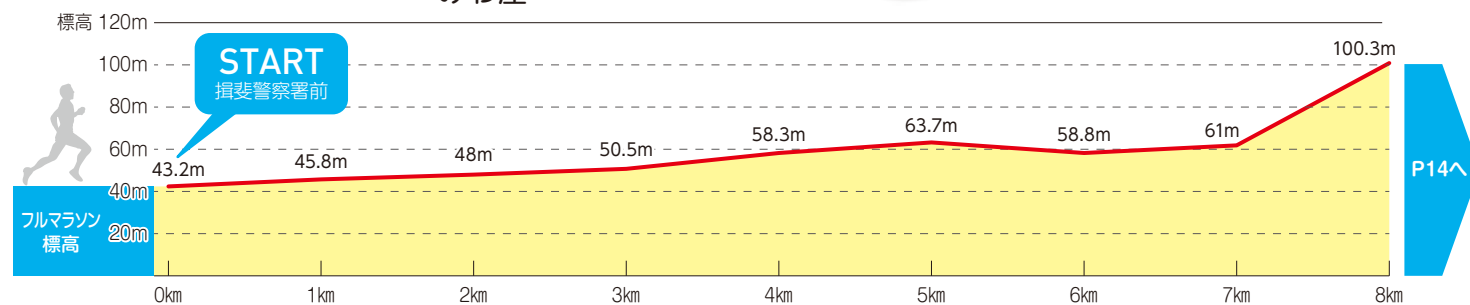
西平ダム湖

ダム湖の深い緑、紅葉真っ盛りの山々、絶景の中を走りぬける楽しさを満喫してね



ライオン岩

清流損斐川の中にたたずむ、「ライオン岩」



コース大研究②

【8km～14km】
【28km～34km】

いびがわ応援団



谷汲中学校



谷汲小学校



くぜ幼稚園

check
point

2019大会はフルのコース変更あり!! (通行止めのため)

現在公認コース申請中

2019大会では、従来のコースが落石のため、通行できない区間があり、実行委員会では、協議の結果、コースの変更を決めました。このため、復路の途中、久瀬橋を渡り、揖斐峡大橋でもとのコースに戻るまでの間、往路を走行します。また、この距離調整を、27キロ付近とスタート位置で調整します。

いびがわマラソンでは、31回続けてきた「公認コース」を守るため、このコースを再計測し、新たに日本陸連に公認コースの申請をおこなっています。大会までに許可がでるよう、精一杯努力します。

「今年のコースを楽しもう」

- フルのランナーと対面ですれちがうので、仲間をみつけて声をかけよう
- 今までとちがう景色を味わおう

応援看板

もはや、いびがわ名物の「手作り看板」地元ランナーの皆さんが、毎年、手作りし、設置してもらえます。ランナーならではの心にしみる言葉や、その場で見てほしい絶景など、その数は100枚を超えています。辛いときには、その看板を楽しみにかえて走ってみてください。



ボランティアスタッフのポケットに注目!

いびがわマラソンで、ボランティアの皆さんが着ているジャンパー。じっくり見た事ありますか?全員が、ランナーの皆さんへのメッセージを書いています。ひとり一人が、心をこめて書いています、ぜひ、ご覧ください。なお、裏面には、緊急時の連絡先が書かれていて、いざという時にも活躍しています。



スペシャルエイド



ライオンズスペシャルエイド

コースの中で一番の豪華エイドかも!お寿司、フルーツ、チョコ、パン・・・お楽しみに♪
※コース変更にともない、場所が変わっています!



私設エイド

32回を迎える大会は、地域の皆さんに支えられています。地元のおばあちゃんから温かいおもてなしがあるかも…

ビューポイント



恋のつり橋

恋のつり橋ができた頃、兩岸の地域の男女が結ばれることが増えたため、「恋のつり橋」と呼ばれるようになりました。コースからも眺めることができます、次は、素敵な人とゆっくりおでかけください!



30キロの壁 (今回はここが通れません!!まさに壁)

マラソンレースで、ランナーが気になるのが「30キロの壁」30キロを越えたあたりでペースダウンをしてしまったり、急に体が動かなくなったりします。いびがわには、30キロ付近にまさに大きな大きな壁があるのです。

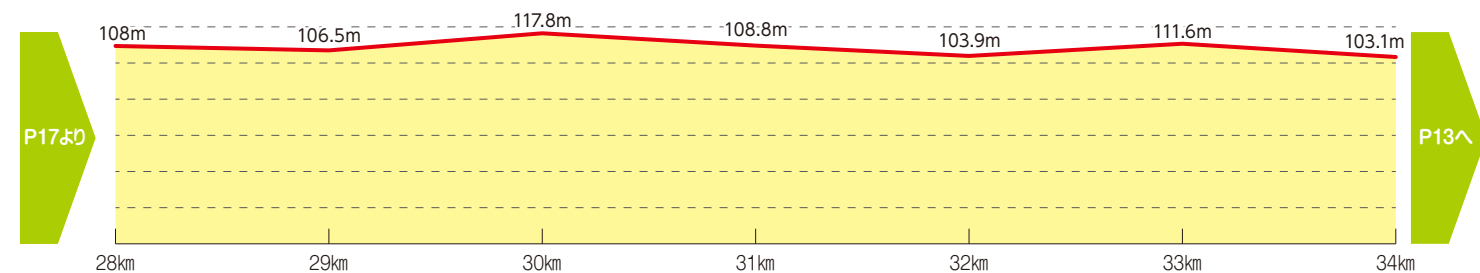
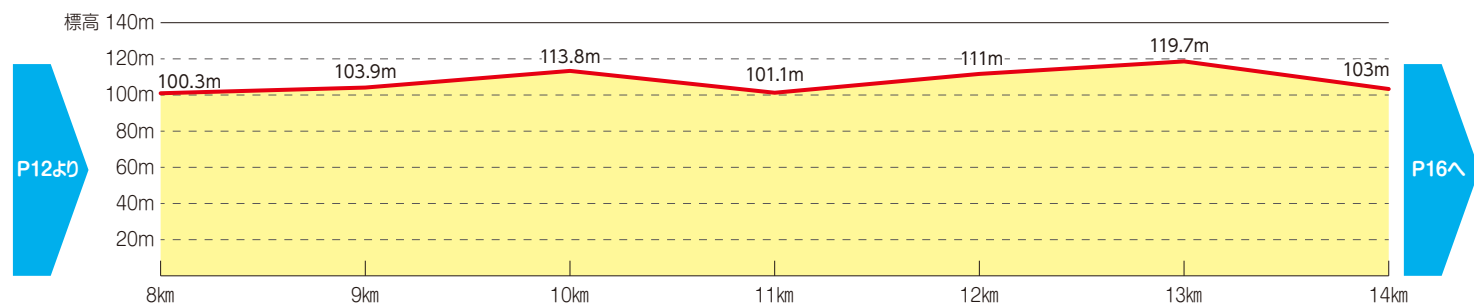
完走祈のお守

華厳寺の完走守は、2年前に誕生し、例年大会当日までには品切れになるほど人気!このお守りが、今年リニューアルし、手だけでなく、足にもつけれるバージョンになりました。もちろん、ご自身だけでなく、友だちや家族への贈り物にしてみても? 華厳寺で限定販売、700円



西国三十三所が日本遺産に!!

谷汲さんの愛称で人気の華厳寺。2019年5月20日に、谷汲山華厳寺を含む「西国三十三所観音巡礼」が日本遺産に、認定されました。この機会に、揖斐川町にゆっくり滞在され、町の魅力を味わってみては!



コース大研究③【14km～28km】

いびがわ応援団



応援バスポイント
応援バス5台がやってくる「ふじはし道の駅」応援団の皆さんは、道の駅の裏側で応援します。



おばば太鼓
藤橋診療所前で、応援し続けるのは、おばば太鼓保存会の皆さん、多世代で構成されたメンバーが、山奥で太鼓の音を響かせます。

シカ・サル・クマ・イノシシが
とうとうTシャツ
デザインの中にも!!



いびがわ名物“完走させ隊”

いびがわマラソンには、心強い「完走させ隊」の方が、初心者の方と一緒に走っていただけます。地元ランナーを中心に総勢16名。コースを熟知した方が、優しくアドバイスいただけます。完走させ隊の皆さんは、目標タイムがついたベストを着用し、遠くからもわかるように、風船を高く、掲げています。特に、完走めざして走るランナーの皆さんは、一緒に走ってはいかがでしょう。

2019いびがわマラソン 完走させ隊

【フル完走させ隊10名】

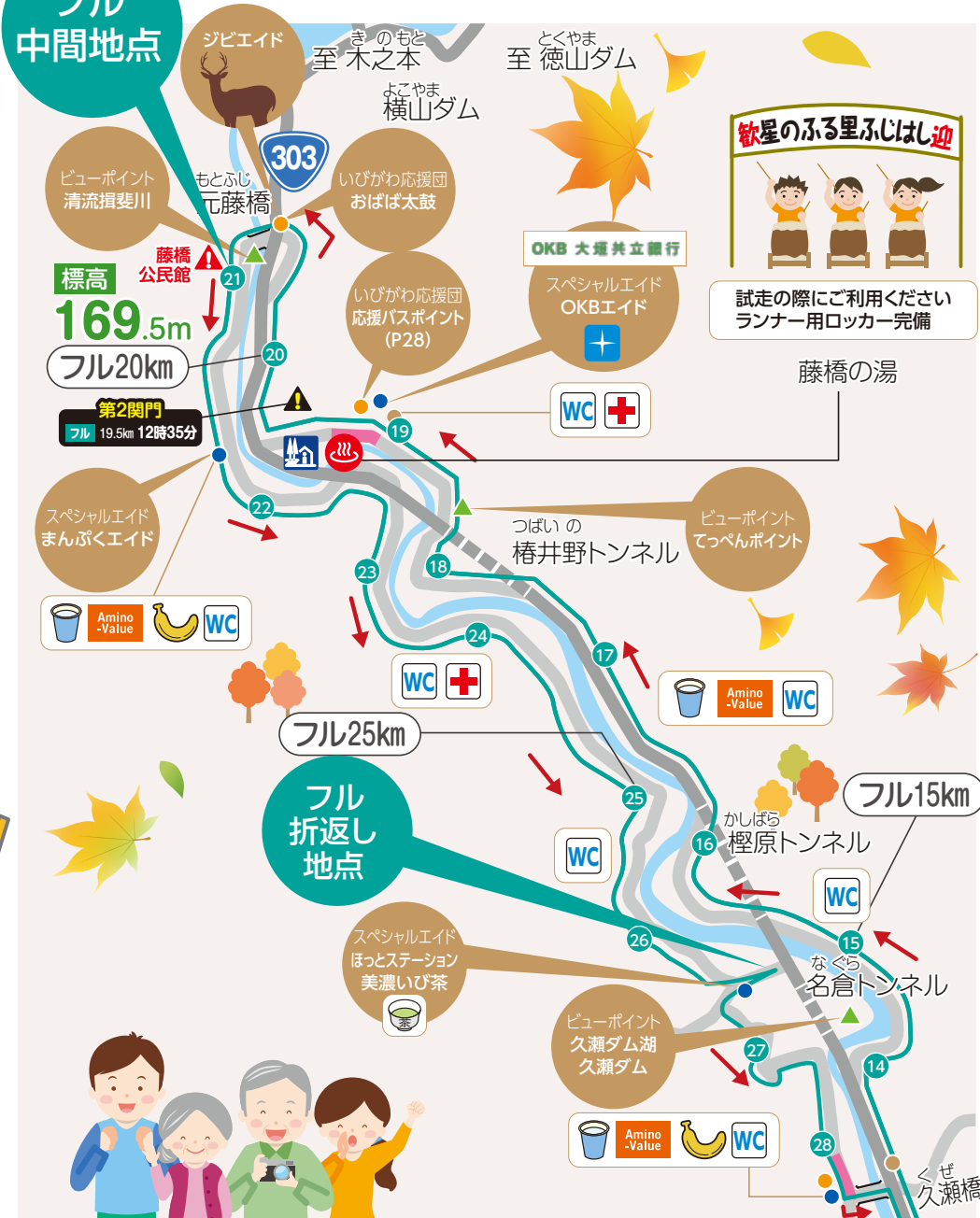
6時間	渡邊 正明さん(男)	細野 道秋さん(男)	細野 浩司さん(男)	森 秀樹さん(男)
	棚橋 祐三さん(男)	岡安 卓男さん(男)	長屋 義章さん(男)	山田 江里さん(女)
	佐藤 千恵美さん(女)	岩井 由美子さん(女)		

【ハーフ完走させ隊6名】

3時間	衣斐 功一さん(男)	河瀬 九十九さん(男)	五十川則恵さん(女)
	中山 八千代さん(女)	稲生 佳代さん(女)	
	上瀬 里美さん(女)		



フル 中間地点



コースマップ

- ハイタッチポイント
- 大応援団
- 景色イチョ押しポイント
- おたのしみエイド
- 緊急避難施設
- 関門

大会インフォメーション

キロ表示
フル…● ハーフ…●

コースラインカラー
フル ハーフ

- 給水所……………10カ所
- アミノバリュー……………10カ所
- トイレ……………20カ所
- 食べ物(バナナなど)……………6カ所
- 救護所……………9カ所
- 企業エイド……………3カ所

スペシャルエイド



まんぶくエイド
夕日谷エイドは、フルのランナーにとって大切な給食の場所です。太巻き寿司、あんパン、バナナ、チョコ、レモン、しっかり補給して、後半にそなえましょう。



OKB大垣共立銀行「OKBエイド」
OKBエイドでは、OKB農場Berry's farm池田のブルーベリーをご提供!! OKB広報宣伝ユニット「OKB45」が、ランナーの皆さんを笑顔でお出迎えします。

check point



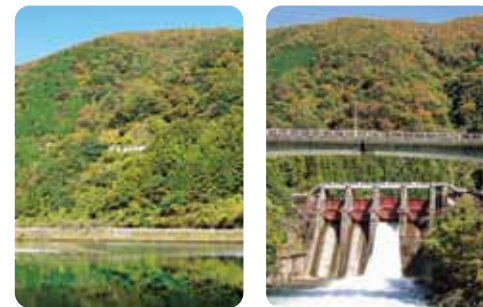
ほっとステーション
フルのランナーにとって後半の山道は、寒くて疲労が蓄積されます。そこで、温まってもらおうと揖斐川町名産の「美しい茶」をお出ししています。美味しいよー

NEW ズビエイド

ランナーのみなさんに、走る励みになるエイド、特にいびがわならではのエイドを企画!その名も「ズビエイド」揖斐川町には、鹿をおいしくいただけるお店あり。今回、より肉の美味しさを伝えたいので「サイコロステーキ」でのご提供です。めっちゃめっちゃ、高価なもので、これを食べて力が湧いてくること間違いありません。

限定 3,500個!!
鹿肉のサイコロステーキ

ビューポイント



久瀬ダム湖

国道303号をはずれ、トンネルをくぐったら、そこは静かなダム湖です。深い緑のダム湖を横目に、紅葉真っ盛りの山すそを走りぬけます。対岸には滝もあるので、さがしてみてね。



久瀬ダム

久瀬ダムは、4門の赤いラジアルゲートを備える発電専用のダムで、放流時は、迫力満点です。

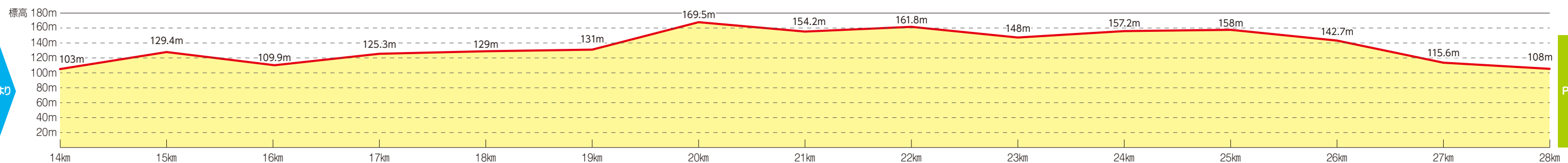


てっぺんポイント

いびがわのコースのてっぺんは、道の駅手前。その高さは、標高169.5m。右手には、大正時代から今も活躍する「イビデンの東横山発電所」があります。赤レンガの発電所は、郷土の美しい景観として地域にも親しまれています。

折り返し清流揖斐川ポイント

おばば太鼓の応援を過ぎると「元藤橋」という橋が、現れます。この橋は、清流揖斐川がとっても近い場所にあり、目だけでなく、風や音、香りを楽しんでください。



みんなに気持ちよく走ってもらいたい!! “いびがわマナー”を大事にしよう

いびがわのコースは、すごいんです!

いびがわは、高低差が127mと大変厳しいため、上りや下りの走り方も、十分練習しましょう。練習は苦しいものですが、練習はあなたを裏切りません。スタートラインにたった時、自信に満ち溢れている自分を想像してみてください!

☆公式ホームページ「教えて金コーチ」では、金哲彦コーチが、いびがわを走るコツを伝えています。



道路いっぱいには広がらないで

コースは、狭い場所もあり、特に、フルとハーフと一緒に走る区間は、思うように進めないこともあります。また、フルのトップランナーは、ハーフの中盤以降のランナーを勢いよく走りぬけるので、大変危険です。グループでお喋りに夢中になったり、携帯で写真を撮ったりなどして、速いランナーの妨げにならないよう注意しましょう。



地域交流センター内では、
飲食ができません。
トイレや更衣室として
ご利用ください!

更衣室は着がえる場所です

揖斐川町は、小さな町ですので、大きな施設や競技場のような広いスペースがありません。できる範囲でテントやトイレを準備しています。男子更衣室の中に女性が入ったり、その逆もマナー違反です。前日からシートをひいたり、集団で大きなスペースを確保したりすることもご遠慮ください。



会場周辺の路駐が、大きな問題に...

会場周辺の道路にとめたり、近隣の方の宅地内に駐車したりすることは、許されません。けれど、右の写真のように駐車場以外に、当たり前のように置かれる方がいて苦情が多く入っています。少数の心無いランナーの行為で、町の皆さんの想いが閉ざされることがないように、マナーを守って参加しましょう。



ブロックはなんのため?

昨年、ナンバーカードにブロックを入れました。これは、申告タイムによって設定され、走力順に並ぶことで、スタート時の転倒や事故を未然に防ぐためのものです。昨年の申告タイムと完走記録を照らし合わせたところ、大幅に早く申告している方が目立ちました。虚偽の申告は、混乱のもとに繋がります。自分のペースにあったところから、スタートをお願いします。

トイレ以外で用をたすのはやめてください!

スタート前は、トイレが混雑します。今年もトイレの数を増やしました。事前に会場図をじっくりみて、スタート前に、ストレスにならないよう準備をすすめましょう。コースは、大切なみんなの道路を使っています。自分の家の前で、用をたされて気持ちのいい人はいません。マナーを守って、誰もが気持ちよく走れる大会にしましょう。



ごみは捨てないでね。



コース上のごみのポイ捨ては、用をたすことと同じく、みんなを不快にさせます。

もし、ポイ捨てをしているランナーを見かけたら、注意してください。また、紙コップも決められた場所に捨てるよう心配りも大事ですね。ひとり一人が意識し、気持ち良い大会にしていきましょう。

ナンバーカードは、必ず胸につけて、これゼッタイ!

完走証を製作していて、去年事務局で困ったのは、ナンバーカードを胸につけていない人です。足や服の下、体の側面など、思わぬ場所につけていて、ナンバーが読めません。胸につけて走ることがルールです。見た目ではなく、決まりであることを確認しましょう。



計測タグは、あなたのものですか?

計測タグは、あなたの大切な記録をはかってもらえます。もちろん、自分の記録です。今までに大変困った事例を紹介します。

- ①ゴールしてから、他人のタグにつけかえ、コース途中から再度ゴール。完走証発行時に判明。
- ②友人やご夫婦で、タグを入れかえて使用したため、女子の部門で表彰者となった。
- ③計測タグをつけずに走りゴール、記録がないことを納得されず、完走証の発行を懇願。

試走時のお願い!!

いびがわは、大自然の中をかけぬける素晴らしいコースです。その半面、台風や大雨などによる災害も多く発生します。この看板は、地元の業者の方が作成され、ヤフーニュースでも話題となりました。大会前の試走は、事務局としてもおすすめしたいところですが、「通行止め」を無視し、危険な場所に立ち入ることがないように、お願いします。



イヤホン片側装着って

昨年、宮崎県で開催された青島太平洋マラソンのなかで、心肺停止事例が発生し、その際大勢のランナーと救護係で尊い命が救助されました。その際、イヤホン装着ランナーが後方から駆け付ける救護班の声に気づきにくいという状況も起きたそうです。いびがわマラソンでは、コースの狭い場所があり、緊急時の対応が困難な場所もあり、多くのランナーの皆さんのご協力が必要です。青島太平洋マラソンと同様に、イヤホンの片側装着へのご協力をお願いいたします。



アンケートにご協力を!

いびがわマラソンは、ランナーの皆さんの声を大切に、次の大会を創り上げていきます。大会当日、配付するアンケートに、ご自身が参加されて気付いたことを届けてください。この声が、いびがわを育てる大切な肥やしになると考えています。



いびがわマラソンの
「フェイスブック・インスタ」に、
“いいね”をお願いします

こちらに大会からのメッセージや
案内を発信していきますので、皆
さんからのコメントや“いいね”を
お待ちしております。

フェイスブック&インスタ
やってます



メディカル委員会より

『マラソンは熱中症・脱水症状・低体温症・痙攣・失神などのほか、心停止もありうる危険なスポーツです。』

いびがわマラソンでも残念ながら2009大会までに3名の方が亡くなりました。そこで、ランナーに「より安全・より安心」にマラソンを楽しんでいただけるよう、揖斐川町、岐阜大学、揖斐厚生病院、岐阜県スポーツドクター協議会、警察署、消防署、陸上競技協会などで『メディカル委員会』を結成し、それぞれの専門的意見を救護医療体制に反映させ充実を図っています。

1kmごとにAEDを設置し、コース内を見守るドクターランナーの増員や自転車によるAED隊の見守りなど、コース内で目の届かないところがないように配慮するとともに、行政職員ボランティア・ランナーなど600名を超える方がAED救急救命講習を毎年受講しており、2010大会以降2件の心肺停止事案がありました。2件とも一命を取り留めることができました。

いびがわマラソンの救護体制

ランナー同士でも見守り、助け合って、皆さんの力でより安全な大会に!

スタート、ゴール、コースに計9ヵ所!

救護所

医師や看護師が常駐し、けがや病気の対応をします。コース上でけがをしたり、具合が悪くなった場合は各救護所から救護車両が迎えにいきます。



自転車で巡回するAED隊が救護します!

自転車AED隊

医師や救命士、看護師などが、AEDや救護物品を持って、自転車で、コースをエリアごとに、巡回します。



医師ランナーに看護師救命士も

メディカルランナー

日医ジョギーズ、一宮医師会をはじめ、医師、看護師、救命士などが一緒に走りながら、ランナーをサポートします。それぞれ異なるペースで走りランナーを見守ります。



AEDを誰でもわかる場所にフルのキロポイントすべてに設置!

定点AED係

約70名の救急救命士専門学生や医学生が、1kmごとのポイントに、AEDや応急手当の器具を持って備えます。



約600名のボランティアにAED救命講習を受講していただきました

AED救命講習受講済ボランティア

いびがわマラソンを支える、給水、コース、交通などさまざまなボランティアの方々にも、AED救命講習を受講していただきました。



看護師、医師、救命士の方、 あなたもメディカルサポートランナーに!

看護師の方などは、総合案内でお申し出いただけます。『メディカルサポートランナー』ゼッケンをお渡しします。背中側に付けて走ってください。ぜひ、あなたの力を貸してください!



あなたも「メディカルサポートランナー 大会前日講習会」に参加しましょう!

今年の「ぎふ清流マラソン」でAED講習を受講されたハートサポートランナーの方も総合案内でお申し出いただければ「メディカルサポートランナー」ゼッケンをお渡しします。



メディカルチェックリスト

スタート前に、
メディカルチェックをして、
安心してレースに参加しよう!

安全にレースをはこぶために、
レースの当日の体調をスタート前に
チェックしましょう。

右記項目(①～⑧)の中で、1つでも
あてはまらない項目があれば、
レース参加を中止するか、
慎重にレースに臨んでください。

- ☐ ① 体温は平熱である、熱感はない。
- ☐ ② 疲労感が残っていない。
- ☐ ③ 昨夜の睡眠は充分にとれた。
- ☐ ④ レース前の食事や水分をきちんと摂れた。
- ☐ ⑤ かぜ症状(微熱、腹痛、のどの痛み、咳、鼻水)はない。
- ☐ ⑥ 胸や背中の不快感や痛みはない。
- ☐ ⑦ 腹痛、下痢はない。吐き気もない。
- ☐ ⑧ レース運びの見通しが立っている。



【日本陸連医事委員会より】

安心カード情報のご注意

すべての人に心肺停止の可能性があります。緊急時のために必ずご記入ください。
お手持ちのスマートフォン、パソコンで「安心カード情報」を事前に登録いただけます。詳しくはP8、P9をご覧ください。

- 緊急連絡先は、必ず連絡がつく番号をご記入ください。
- ランナー同士の登録は、緊急時、お互い走っている間は連絡がつきません!
- 既往症のある方は、必ずご記入ください。医師の手がかりになります!



メディカルサポートランナー大会前日講習会のご案内

マラソン大会前日11/9(土) 11:00よりランナー対象のAED講習会を実施します。
受講していただいた方は、『メディカルサポートランナー』として、走っていただけます。ランナー同士で見守り、より安全な大会へ。あなたの力を貸してください。

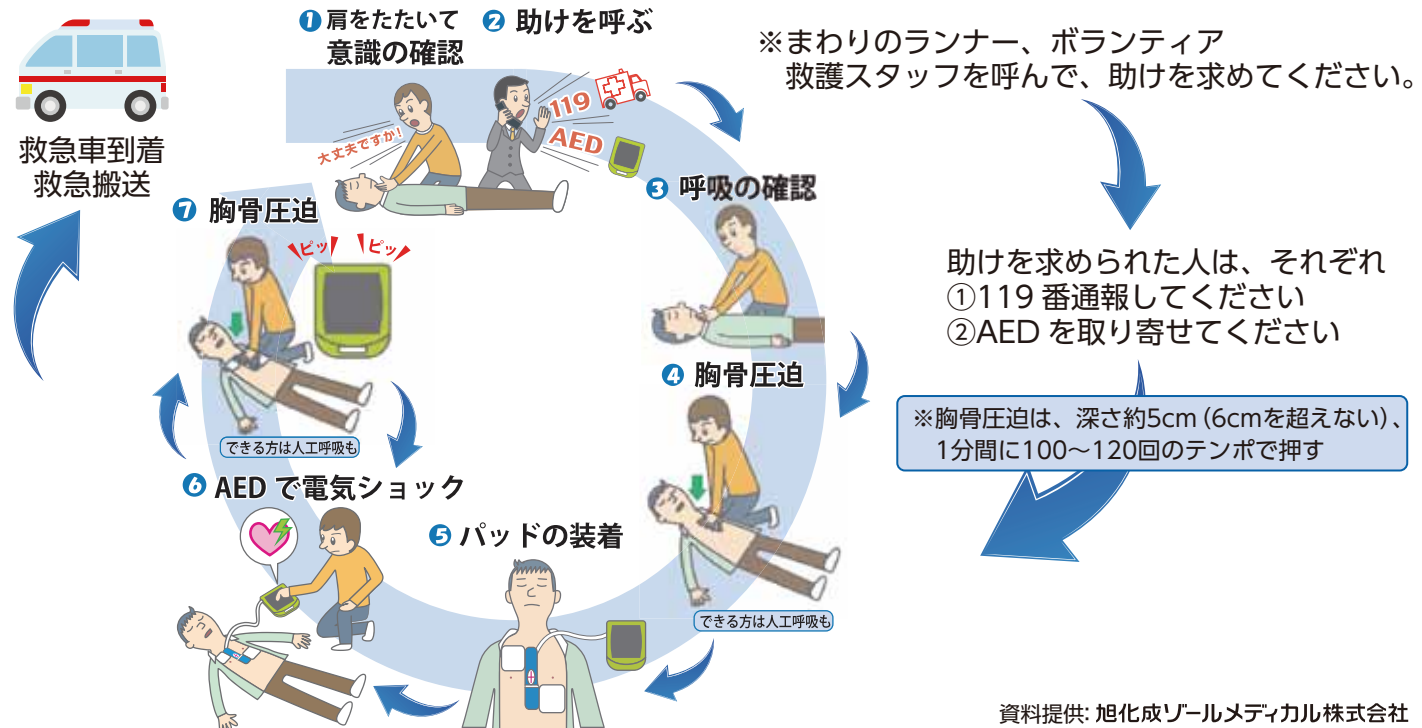
- 【日にち】11月9日(土)
- 【と き】午前11時～12時まで
- 【ところ】揖斐川町地域交流センター
- 【内 容】救命ドリルを使ってAED講習を実施します
- 【駐車場】揖斐川健康広場
- 【シャトルバス】養老鉄道『揖斐駅』⇄メイン会場 ※10:00～19:00まで運行
(P24) 揖斐川健康広場 ⇄メイン会場
- 【募集人数】先着100名(キットに限りがありますので先着とさせていただきます)
- 【申込み】大会ホームページより、お申込みください。
- 【その他】●動きやすい服装でお越しください
●大会当日は、『メディカルサポートランナー』ゼッケンを背中側に付けて走ってください



【お問い合わせ:いびがわマラソン事務局】
TEL 0585-23-0117 メール info-ibigawamarathon@octn.jp

もし、いびがわマラソンの
レース中に

目の前で人が倒れたら…



緊急時の対策について

- レース中、突発的な災害や緊急時のための『緊急避難施設』は次の3カ所になります。
公正公民館(8.6^号地点)、藤橋公民館(21^号地点)、久瀬公民館(28^号地点近く)
※詳細は『コース大研究(P12～P17)』をご覧ください。
- ドクターヘリの活用を視野に入れ、コース近辺で、ランデブーポイント(着陸候補地)を6カ所設定しています。

ご注意ください

- 皆さんの走りをサポートするAED隊(自転車)やAED係(kmポイント)は、「救急救命」に備えてコース内に配置されています。
一刻を争う事態に備えて待機しておりますので、十分な医薬品は常備しておりません。
- ・「喉が渇いた」「足が痛い」など軽度な症状の場合は安易にAED隊やAED係に頼らず、近くの給水所や救護所をご利用ください。
 - ・ランナーご自身が飲食されたゴミをAED係に渡さないでください。

本来のAED係の役割を再認識して頂きますよう、ご理解とご協力をお願いします。

服装はその日の天候に合わせましょう

【過去の気象状況(気温、湿度、風はスタート時)】

2018	天気:晴	気温:14.6℃	湿度:61%	風:南西0.4m
2017	天気:晴	気温:14.0℃	湿度:43%	風:南西0.8m
2016	天気:晴	気温:16.5℃	湿度:51%	風:南1.5m
2015	天気:雨	気温:14.6℃	湿度:94%	風:西北西1.1m
2014	天気:雨	気温:15.9℃	湿度:91%	風:東南東0.9m
2013	天気:雨	気温:12.5℃	湿度:100%	風:静穏0.0m
2012	天気:雨	気温:12.0℃	湿度:66%	風:北北東0.8m
2011	天気:晴	気温:15.5℃	湿度:71%	風:南東1.4m
2010	天気:晴	気温:14.5℃	湿度:67%	風:東1m

- スタート地点とフル折返し地点(藤橋地内)では気温差があるため、スタート1時間前に折返し地点の気候・気温などの情報を会場アナウンスにてお伝えします。

いびがわマラソンの救護医療は、救命処置を重視した体制で運用し、競技中の傷病については応急処置のみ行います。
重症者に確実に対応するため、救護所においてテーピング、湿布、コールドスプレーの処置は行いませんので、
必要な方は各自ご準備いただきますよう、お願いします。

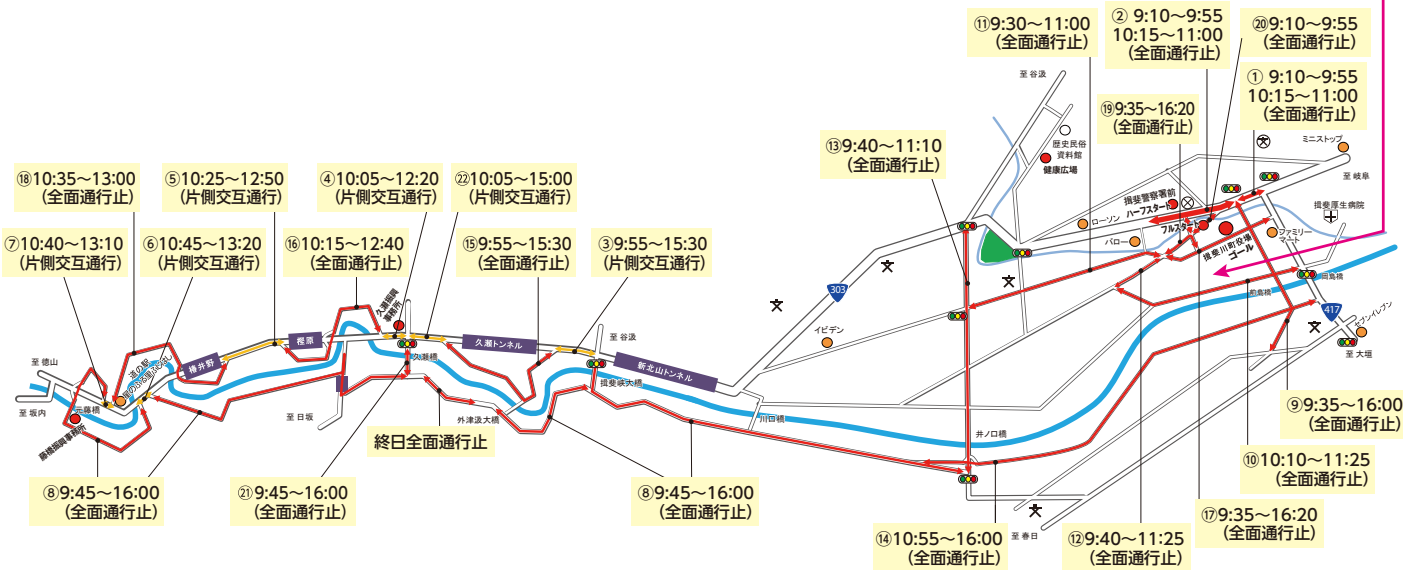
2019交通規制図

11月10日(日)いびがわマラソン、いびがわウォーキングの開催に伴い、次の路線の交通規制が行われます。近隣の皆さまにはご迷惑をおかけいたしますが、ご協力くださいますようお願いいたします。

	規制路線	規制区間	規制時間	規制内容
①	国道303号線	上新町交差点～昭和町交差点	9:10～9:55 10:15～11:00	全面通行止
②	国道303号線	昭和町交差点～ 中部電力揖斐川サービスステーション前	9:10～ 9:55 10:15～11:00	全面通行止
③	国道303号線	久瀬公正公民館前～久瀬トンネル南口	9:55～15:30	片側交互通行
④	国道303号線	久瀬振興事務所前～久瀬大橋南詰	10:05～12:20	片側交互通行
⑤	国道303号線	榎原トンネル北口～榎井野トンネル南口	10:25～12:50	片側交互通行
⑥	国道303号線	榎井野橋北詰～横山橋	10:45～13:20	片側交互通行
⑦	国道303号線	道の駅藤橋西～いび川農協久瀬支店藤橋出張所	10:40～13:10	片側交互通行(逆車線)
⑧	県道藤橋池田線	井ノ口橋西詰～いび川農協久瀬支店藤橋出張所前の一部	9:45～16:00	全面通行止
⑨	町道6号線	きさらぎ安兵衛前～上東野交差点	9:35～16:00	全面通行止
⑩	町道219号線	岡島橋北交差点～房島4区	10:10～11:25	全面通行止
⑪	町道32号線	ながら庭園西交差点～広域農道	9:30～11:00	全面通行止
⑫	町道280号線	房島4区～ながら庭園西交差点	9:40～11:25	全面通行止
⑬	広域農道	上南方交差点～井ノ口橋右岸	9:40～11:10	全面通行止
⑭	町道117号線	揖斐川右岸堤朝鳥～岡島橋南交差点	10:55～16:00	全面通行止
⑮	町道4015号線	乙原～東津汲	9:55～15:30	全面通行止
⑯	町道4010号線	神山隧道～榎原トンネル北口	10:15～12:40	全面通行止
⑰	町道280号線	カーズナカシマ交差点～ながら庭園西交差点	9:35～16:20	全面通行止
⑱	町道5014号線	榎井野トンネル南口～道の駅藤橋西	10:35～13:00	全面通行止
⑲	町道289号線	テニスコート南 町道25号の一部、289号	9:35～16:20	全面通行止
⑳	町道25号線	昭和町交差点～テニスコート南	9:10～9:55	全面通行止
㉑	県道神原西津汲線	東津汲交差点～西津汲三叉路	9:45～16:00	全面通行止
㉒	国道303号線	久瀬トンネル北口～久瀬振興事務所前	10:05～15:00	片側交互通行

フル 9:45 スタート
ハーフ 10:30 スタート

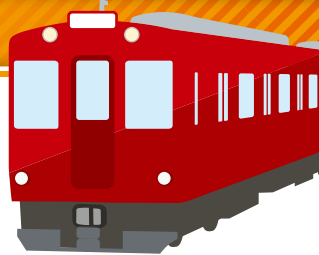
この区域内は午前9時35分から11時25分までの間、周辺道路が**全面通行止**となります。区域内の皆さまには大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力の程よろしくをお願いいたします。



会場までのアクセス

公共交通機関を利用しよう!

JR大垣駅から、養老鉄道に乗り換え、揖斐駅までお越しください。
一度に大勢のランナーが降りると、シャトルバスも混雑していきます。
[7時26分発]までの電車ご利用をオススメします。



check point

Origami Payで切符が購入できます!!(ダウンロードしておこう)

・JR大垣駅から養老鉄道「揖斐行き」に乗り換え、終点揖斐駅下車。(所要時間26分)
揖斐駅から無料シャトルバス(メイン会場まで15分程度)をご利用ください。6:30から運行します。

行き 大垣発 揖斐行き オススメ

●5:44 ●6:06 ●6:26 ●6:46 ●7:06
●7:26 ●7:46 ●8:06 ●8:26

帰り 揖斐発 大垣行き

●12:25 ●13:15 ●(臨)13:33 ●13:55
●(臨)14:13 ●14:35 ●(臨)14:53
●15:15 ●(臨)15:33 ●15:55
●(臨)16:13 ●16:36 ●17:16

・マラソン臨時電車が5本運行します。(予定)

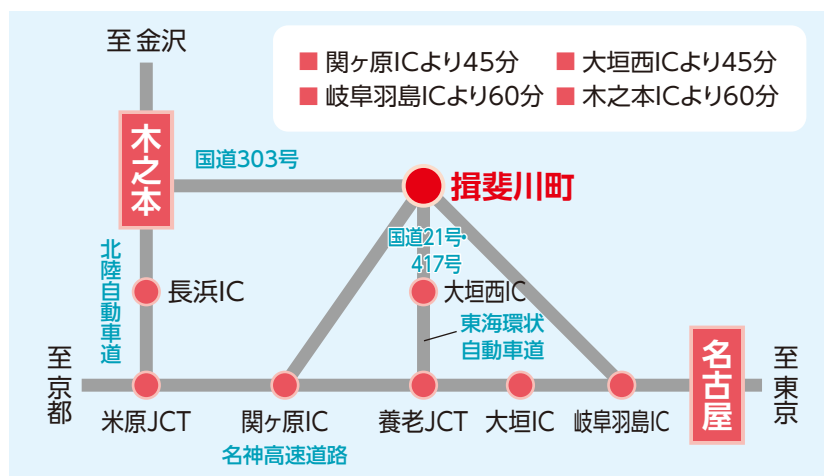


お車でお越しの方へ 渋滞回避のため推奨ルートをご利用ください

指定駐車場には約3,000台が駐車できます。スムーズに駐車するためには、揖斐川の右岸堤防道路(県道261号線)のご利用をおすすめします。車を進めていただくと、道路上には駐車場案内の看板が出ておりますので、それに従い各駐車場へ向かいますと渋滞が回避できます。

毎年混雑するのが、国道21号線から国道417号線へつながる道です。特に午前8時を過ぎると、揖斐駅から会場までの道は大渋滞しますので、ぜひ推奨ルートをご利用ください。

・各駐車場(P25)から、無料シャトルバス(メイン会場まで15分程度)をご利用ください。
・当日は混雑が予想されますので余裕を持ってお出かけください。



前日シャトルバスが出ます! 前日受付をされる方、AED講習会・ランニングミーティング参加の方へ

①養老鉄道「揖斐駅」②前日駐車場となる「揖斐川健康広場駐車場」

の2箇所からメイン会場までシャトルバスがご利用できます。もちろん無料でメイン会場からの帰りバスもあります。運行時間は10時から19時までとなります。

※シャトルバスの時刻表はございません。

※電車の発着時刻や乗客数等に合わせて運行します。発車の待ち時間が長くなる場合がございますので、あらかじめご了承ください。

駐車場のご案内

会場へのシャトルバスの運行は、6:30～9:00(原則)までとなります。余裕をもってお早めにお越しください。各駐車場は6時に開場します。



おねがい

メイン・ゴール会場(地域交流センター・揖斐川町役場)周辺は大変混雑いたします。各駐車場から、シャトルバスでお越しください。
会場周辺への路上駐車は、**近隣住民の迷惑となります**ので絶対にしないでください。

案内看板を★ポイントで提示しています、交通係、駐車場係の指示に従い、駐車してください。

※車で会場付近送迎は、ご遠慮ください。

ナビで検索される皆さまへ【参考】

①イビデン大垣北工場◆揖斐川町北方1-1
②揖斐川健康広場◆揖斐川町上南方853-49
③池田公園◆池田町粕ヶ原231

皆さまのご協力を

短時間に大勢の方が集中します。渋滞回避推奨ルートをご利用ください。

お茶目大賞 募集要項

いびがわマラソン2019では、毎年恒例の仮装部門『お茶目大賞』を今年も実施します。
いびがわマラソンは、「参加した人、応援した人が家族みたいになれる大会」という思いのもと、地域の方や市民ランナーの皆さんによる手作りの大会をめざしております。このため、よりマラソンを身近に感じ、大会を楽しんでもらえることを期待して、仮装部門を設けています。仮装部門に参加希望される皆さんは、下記の募集要項にもとづき、参加申込みをしてください。
皆さんのユニークなアイデアあふれるご参加をお待ちしております。

【参加資格】いびがわマラソン2019にエントリーされた方

【大賞趣旨】創意あふれた、楽しいファッションでまわりのランナーや沿道の応援者を楽しませる

【仮装規定】自分の体から、50センチ以内(他のランナーの走行の妨げにならない)
公序良俗に反しないもの。顔を完全に覆うのは禁止です。

【申込方法】11月10日(日) 午前6時30分～8時45分まで【時間厳守】

お茶目大賞受付へ、申込み書を記入の上、ご持参ください。
写真を撮りますので、衣装とナンバーカードを付けて、お越しください。
申込み書はいびがわマラソンホームページより、ダウンロードいただけます。

【審査方法】申込み書と写真をもとに、審査いたします。

【審査基準】①お茶目大賞の趣旨にそっているか?

②レース中、ランナーや応援の皆さんに楽しんでもらえたか?

③完走をめざして、その衣装で走れたか?

【賞品等】●お茶目大賞 表彰状(写真入り)

●スポンサーからの副賞(ミズノ賞)

●いびがわマラソン2020プログラムにカラー写真で紹介します。

【表彰】大賞1名とお茶目賞4名を、午後4時から表彰

【協賛】



2018お茶目賞受賞の皆さんです!

地元の子どもたちは、どんなお茶目さんが登場するか楽しみにしています。
また、審査は、ゲストの皆さんです。毎年、仮装のポイントまで、じっくり読んで審査されていますよ。



オールスポーツ×いびがわマラソン スペシャル企画

今年のお題は!

「ペアでとびきり笑顔」

5名の方には...

オールスポーツコミュニティ(フォトクリエイト)からは、A4額つきで、写真のプレゼント
いびがわマラソンからは、絵本「ミクラのタロウ」をプレゼントします!



仲間と走るって楽しい!!とびきりの笑顔まっています。

フォトコンテスト応募方法

STEP1 オールスポーツコミュニティよりご自身の写真をチェック!

STEP2 『これだ!』という写真を決めたらイベントページトップの「フォトコンテスト 応募フォーム」より応募ください。

STEP3 応募完了!あとは発表を待つのみ!!

パワースポットで大人気!

谷汲山華厳寺へみんなで完走祈願に行こう

since 2015



2019年5月
日本遺産に!!



日本最古の巡礼である西国三十三所巡礼。

和歌山県的那智勝浦、青岸渡寺を1番札所とし、京都の清水寺などを経由したのち、巡礼の最終地点33番札所が、揖斐川町にある谷汲山華厳寺(たにぐみさんけごんじ)です!

巡礼というと『お遍路』なども有名ですが、神仏に祈った願いが叶うことを『満願成就(まんがんじょうじゅ)』ということから、谷汲山華厳寺は、最終の札所:満願霊場(まんがんれいじょう)として、最古より旅人の願いをかなえてきました。

今も、巡礼の方とともに、多くの観光客が訪れ、地元では谷汲さん(たにぐみさん)の愛称で呼ばれています。

今年もこの歴史ある『谷汲山華厳寺』と、 歴史ある『いびがわマラソン』がタイアップしました!

日本最古の巡礼地のゴール「谷汲山華厳寺」で、『完走お守り』が発売されております。

皆さま、ぜひ大会前に試走などで揖斐川町へお越しただいて、『完走お守り』をつけて走ってはいかがですか?



参加無料!

申込み不要!

谷汲観光
ガイドの方と行く

「谷汲さん完走祈願」

集まったランナーみんなで、完走を祈願し、ワイワイと大会に向けての話が弾むこと間違いありません。揖斐川町の皆さんとのふれあいも楽しみましょう!

【日にち】11月9日(土)

【とき】午前10時～12時頃まで

【ところ】谷汲山華厳寺

【集合場所】揖斐川町観光プラザ 谷汲山駐車場北端参道沿

【内容】集まったランナーで、谷汲観光ガイドの方のお話を聞きながら華厳寺で「完走祈願」をします。参道では、名物のみたらしや田楽に舌鼓も!

【駐車場】1台400円

自分の痛い所にお札をはるといいんだって



「揖斐川町をもっと味わってほしい」

前日受付や金コーチのマラソン教室とあわせてご利用ください
昨年は、60名を超える方が参加し大変好評でした!



▲名物みたらし団子 ▲秋色御膳

▲地元でも人気のお土産

いびを楽しんでね! 割引券プレゼント

ランナーの皆さんへ!

皆さん、とっても嬉しいお知らせです。

いびがわマラソンは、ランナーの皆さんに大会当日だけでなく、年間を通じて、「揖斐川町」にお越しいただき、いびをもっと身近に感じてもらいたいと考えています。

そこで、もっともっと揖斐川を知っていただこうと、下記の施設の割引券を発行いたしました。チケットは、大会当日だけでなく、この案内が届いてから有効期限まで利用できます。ご家族で、いびを満喫してくださいね!

家族みんなで楽しめるよ



かすが★モリモリ村



大人気!
ほかほか薬草風呂

かすがモリモリ村～薬草風呂

伊吹山のふもと揖斐川町春日でとれた薬草をふんだんに使った「薬草風呂」。薬草のすばらしさをぜひ、ご体験ください。地元で採れた薬草や食材を使って工夫を凝らした、薬膳料理も人気です。

〔住所〕岐阜県揖斐郡揖斐川町春日六合3429 TEL 0585-58-0001

久瀬★白龍の湯

久瀬温泉は、龍神が祀られている貝月山の近くで湧き出した温泉で、「白龍の湯」と命名されました。マラソン当日は、コース近くのためバスは運行できませんが、試走時など、ぜひお越しください。特に、露天風呂は、とっても気持ちがいいですよ!



白龍の湯◆露天風呂

緑が眩しい
露天風呂

〔住所〕岐阜県揖斐郡揖斐川町日坂224番地1 TEL 0585-54-2678

藤橋★プラネタリウム



お城の中は
プラネタリウム

藤橋歴史民俗資料館も併設
～なつかしいあの品々を展示～

全国有数の「星がよく見える町」揖斐川町。実際の星空を見る前に生解説のプラネタリウムで季節の星空を堪能されてはいかがですか?

〔住所〕岐阜県揖斐郡揖斐川町鶴見332番地1 TEL 0585-52-2611

藤橋の湯



藤橋の湯

ランナーの皆さんへ!

大人気のいび川温泉「藤橋の湯」。

この温泉、地元の皆さんに「とってもいいお湯で、綺麗な温泉」として大人気♪

藤橋の湯は、フルマラソンの20km地点付近のふじはし道の駅に隣接しています。

ランナーの皆さんにとっては、とても身近な場所にあるんですよ。

今回も、いび川温泉にご協賛いただき、下記のようなランナーだけの特別優待券をプレゼントしていただきました!大会を前に、コースの下見を兼ねて、また、大会後に、頑張った体を癒しに、ご家族で、出かけてみませんか?

いますぐQRコードでアクセス!
お得な最新情報が満載



星空を眺めながら至福のひとときを



【泡風呂】 マッサージ効果で
疲れをとります



【足湯】 気軽に無料で楽しんで
いただけます



【サウナ】 汗や老廃物を排出



トレーニングの後の温泉って気持ちいい～
頑張ったあとは、自分を労わってあげましょ♪

いび川温泉「藤橋の湯」

TEL:0585-52-1126

- 【営業時間】 10:00～21:00(1月と2月は20:00まで)
- 【料金】 大人540円(12才以上)
小人330円(3才以上)
- 【休館日】 毎週木曜(祝日の場合は翌日)
年末年始(12月31日,1月1日)
- 【回数券】 大人回数券/5,600円(12枚綴り)
小人回数券/3,300円(12枚綴り)

いびがわマラソン協賛

かすがモリモリ村

薬草風呂割引券

大人入浴料が100円割引

令和元年12月29日(日)まで 1枚につき、2名様まで有効
(水曜日定休・祝日の場合は翌日休館)

いびがわマラソン協賛

久瀬温泉・露天風呂

白龍の湯割引券

大人入浴料が100円割引

令和元年11月21日(木)まで 1枚につき、2名様まで有効
(火曜日定休・祝日の場合は翌日休館)

いびがわマラソン協賛

藤橋城・西美濃プラネタリウム
藤橋歴史民俗資料館

無料券

入場料が無料に!

令和元年11月30日(土)まで 1枚につき、5名様まで有効
(月・火曜日休館、祝日の場合はその日を除く平日2日休館)

いびがわマラソン協賛



入場料100円割引券

このチケットを持って受付へお越しください。 1枚につき5名様まで有効
(有効期限:令和2年2月26日(水)まで)

いびがわマラソン協賛



入場料100円割引券

このチケットを持って受付へお越しください。 1枚につき5名様まで有効
(有効期限:令和2年2月26日(水)まで)