



大会前日スケジュール

11月30日 土	10:00～20:00	ランナー受付(県立武道館アリーナ棟)
	13:30～14:00	開会式(県立武道館アリーナ棟ステージ)
	15:30～16:00	三津家 貴也スペシャルトークショー(県立武道館アリーナ棟ステージ)

※ランナー受付会場周辺、たいへん混み合う場合がございます。お時間に余裕を持ってお越し下さい。

ランナー受付 受付の流れ

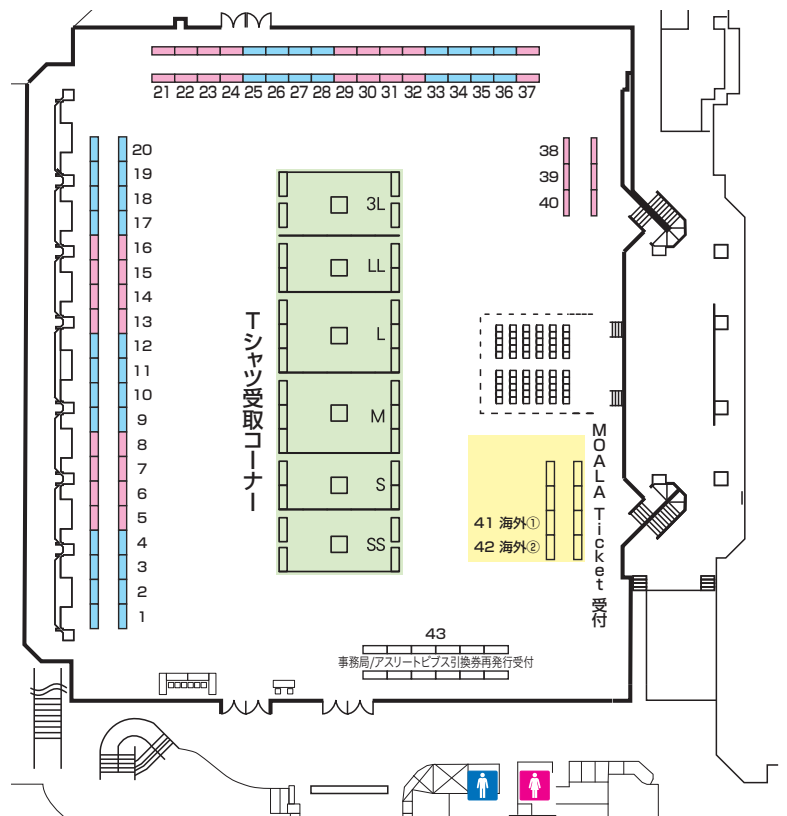
- ①アスリートビブス引き換え ※印字された名前が間違っていないか受け取りの際に確認してください。
- ②記念Tシャツ受け取り ※Tシャツのサイズ変更はできません。

1	1～599	21	12000～12599
2	600～1199	22	12600～13199
3	1200～1799	23	13200～13799
4	1800～2399	24	13800～14399
5	2400～2999	25	14400～14999
6	3000～3599	26	15000～15599
7	3600～4199	27	15600～16199
8	4200～4799	28	16200～16799
9	4800～5399	29	16800～17399
10	5400～5999	30	17400～17999
11	6000～6599	31	18000～18599
12	6600～7199	32	18600～19199
13	7200～7799	33	19200～19799
14	7800～8399	34	19800～20399
15	8400～8999	35	20400～20999
16	9000～9599	36	21000～21599
17	9600～10199	37	21600～22199
18	10200～10799	38	22200～22799
19	10800～11399	39	22800～23399
20	11400～11999	40	23400～24500

MOALA Ticket 受付	
41	海外① 1～12000
42	海外② 12001～24500
43	事務局・アスリートビブス引換券再発行受付

CHECK	
※印字された名前が間違っていないか受け取りの際に確認して下さい。	

武道館アリーナ棟 30日(土)



大会当日スケジュール

12月1日(日)	
05:00	軍港駐車場オープン
08:10	明治橋歩道通行禁止
08:30	スタート前整列完了(奥武山公園内川沿い)
08:40	交通規制開始後スタート地点へ誘導
09:00	☆スタート☆
13:00	表彰式(男女1位～5位)
15:15	☆ゴール☆
15:30	閉会式

手荷物預かり (有料)500円

※現金のみ お釣りのないようご協力ください。

武道館アリーナ棟 12月1日(日)

【お預かり時間】午前6:00～午前8:30

【お引渡し時間】～午後5:00

手荷物預かりサイズ

縦+横+高さ=120cm迄

・アスリートビブス番号にてお預かりします。

※割れやすい物や多額の現金、高価な物をご遠慮下さい。

※無料手荷物置き場は少年野球場に設置しております。(会場図よりご確認ください)

当日の持ち物チェックリスト

必要な物	☐ アスリートビブス(前面・後面)
持っておくと便利な物	☐ 緊急事態用交通費(1000円程度の所持をお勧めします) ☐ 健康保険証 ☐ 軽食(エネルギーゼリー、塩分、糖分、ミネラル補充、など) ☐ 熱中症・雨対策:帽子、サンバイザー、雨カッパなど ☐ 身体のケア対策:冷却スプレー、絆創膏、ワセリンなど

会場図



② 総合案内	② 女子更衣室	サブグラウンド 1. スポンサーブース 2. 出店(フード・ドリンク)
① 大会本部	② 男子更衣室	② 県立武道館アリーナ棟 手荷物預かり(有料)
① 救護所	P 臨時駐車場	③ のびのび芝生広場横駐車場 1. マッサージ・テーピング 2. スポンサーブース
① 手荷物置場(無料)	☎ 公衆電話	④ Finishゲート
① 給水(スポーツドリンク)	バス リタイアバス(降車場)	⑤ 完走メダル受取り・完走証発行所
① 施設トイレ	バス シャトルバス(乗降場所)	
① 簡易トイレ		

会場アクセス

- ・モノレール「壺川駅」、「奥武山公園駅」にて下車。徒歩約1分。
- ※運賃・時刻については「沖縄都市モノレール」<https://www.yui-rail.co.jp/>をご覧ください。
- ・那覇バスターミナル(旭橋駅横)より徒歩約10分。

車をご利用の方

那覇軍港一般指定駐車場

臨時駐車場縮小によるご協力のお願い

大会前日(11月30日(土))・当日(12月1日(日))臨時駐車場として那覇軍港西側エリアの借用を予定しておりますが、34回大会より那覇軍港の工事着工のため駐車可能スペースが大幅な縮小(例年の1/3)となりました。駐車場は大変混雑が予想されます。

臨時駐車場が満車になった場合の混雑や他パーキングを探すなどで、スタートに間に合わない状況も考えられます。影響を極力避けて頂くために、会場へお越しの際は、公共交通機関のご利用をお願い致します。

那覇軍港：NAHAマラソン一般駐車場利用時間(予定)
前日／11月30日(土) 午前9時～午後8時30分
当日／12月1日(日) 午前5時～午後6時

※駐車場出入口について

駐車場出入口は、那覇軍港内西側(フリーゾーン近く)の「第4ゲート」です。
メインゲート(山下交差点)からは入れませんのでご注意ください



路上駐車は、周辺にお住いの方に大変ご迷惑となりますので、絶対にしないで下さい。

近隣施設への駐車は固くお断りします。

※臨時駐車場の時間外の駐車はできません。ご利用時間を超えた場合、レッカー移動費及び保管料として40,000円ご請求させていただきます。予めご了承ください。

シャトルバス運行時間

那覇軍港駐車場～会場まで

11月30日 土

那覇軍港⇄鳥居前(随時)
午前9時～午後8時15分(最終)

最終運行時間

鳥居前発▶那覇軍港行 午後8時15分

12月1日 日

那覇軍港⇄屋内運動場前(随時) 午前5時～午前9時30分
那覇軍港⇄鳥居前(15分間隔) 午前9時30分～午後2時
那覇軍港⇄鳥居前(随時) 午後2時～午後5時30分

最終運行時間

鳥居前発▶那覇軍港行 午後5時30分

アスリートビブス

- ・アスリートビブスは主催者が用意したものを必ず使用して下さい。
- ・配付するアスリートビブスは胸用(裏面にBibTagを貼付済)と背中用の2枚です。
- ・アスリートビブスは必ず前面・背面の2枚を使用し、アルファベットを含むアスリートビブス番号がはっきり見えるように腰から上部に付けてください。
- ・アスリートビブス上部に記載されているナンバーと氏名は必ずご確認ください。
- ・他人のアスリートビブスによる代理出場は認めません。
- ・本大会はスポンサーのご厚意によって成り立っています。スポンサー部分を折り曲げたり隠したりしないで下さい。
- ・アスリートビブスへの落書きは禁止です。
- ・受け取ったアスリートビブスは、紛失・忘れなどに注意して大会当日まで大切に保管して下さい。

CHECK

急病や事故など緊急時に
速やかに対応できるよう、
アスリートビブス裏面の
必要事項を必ず記入して
ください。

NAHAマラソン	
下記の欄に日本語または英語で記入ください。 You must fill out the form below either in Japanese or English.	
1. 緊急連絡先 / 緊急連絡人 (Emergency contact)	
Name	姓 First 名 Middle
2. 緊急連絡先電話番号 / 緊急連絡人電話番号 (Emergency telephone number)	
3. 宿泊先 / 宿泊施設名 (Address in Okinawa hotel/Accommodation) (日本語/英語/中国語/韓国語)	
4. 宿泊先住所 / 宿泊施設電話番号 (Phone number of accommodation)	
5. 既往病 / 既往症 (Pre-existing medical conditions)	
6. 服用できない医薬品 / アレルギー (Drug Allergies)	
7. 医師(先生)に記入してもらう必要のある追加情報 (Additional information for doctor/healthcare provider)	
記入して頂いた情報は、レース中に緊急時や怪我した際の救急処置に利用します。	



【前面】



【背面】

記録計測 (BibTag) について

- ・記録計測は、アスリートビブスに装着してある「BibTag(発信器)」で計測します。BibTagが無いと記録計測ができません。絶対にはずさないで下さい。
- ・張り付けが不完全な場合は武道館内「事務局テーブル」へお越し下さい。
- ・計測用アンテナマットをスタート地点、5km、10km、15km、20km、21.097km(中間点)、21.3km(第1制限地点)、25km、30km、34.3km(第2制限地点)、35km、40km、ゴール地点に設置しています。必ず計測アンテナマットの上を通過して下さい。
- ・計測マットを通過せず、正しく計測できなかった場合は失格となります。※失格対象者は公式記録として残りません。ご注意ください。
- ・計測用アンテナマット付近、または計測地点を通過するタイミングで、電波を発する機器(計測用腕時計、携帯電話、スマートフォン、携帯音楽機器等)の使用は、計測の妨げになる場合があります。取り扱いには十分にお気を付けください。
- ・他人のBibTagのみを持って出場した場合、対象者は失格となります。
- ・BibTagは使い捨てタイプのため、回収しません。返却不要です。

途中棄権・リタイアバス降車場について

- ・制限時間に間に合わなかったランナーはアスリートビブスを外して速やかに競技を中止し、歩道へ移動してください。
- ・ゴール会場(奥武山陸上競技場)への移動については下記のいずれかの方法でお越しください。

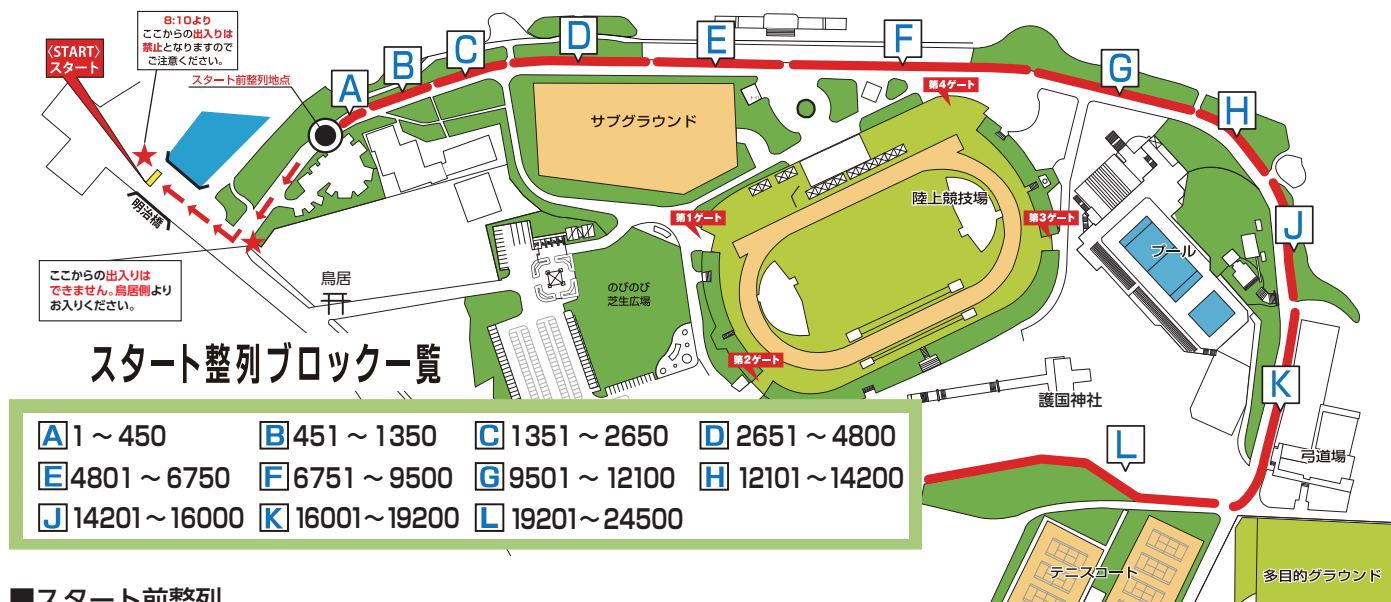
- ①直近のリタイアバス待機場まで行き、リタイアバスに乗る。
- ②最後尾のリタイアバスに乗る。

※交通規制に伴い、安全に降車していただく為、モノレール壺川駅付近に降車場を設けております。指定した降車場以外での降車はできませんので、予めご理解ご了承の上ご利用ください。

落し物について

- ・落とし物・拾い物については、大会当日午後4時までは陸上競技場正面「総合案内」にてお預かり致します。
- ・大会終了後、2024年12月下旬頃までNAHAマラソン事務局にて保管となります。
- ※保管期間(12月1日～12月下旬)を過ぎた落とし物(財布・携帯電話・スマートフォン等の貴重品を除く)は処分させていただきます。ご了承下さい。

スタート前整列

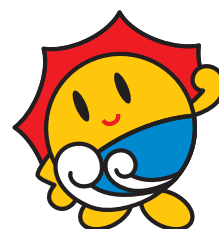


■スタート前整列

- ・ブロック閉鎖時刻は午前8時30分です。
 - ・アスリートビブスに表記されているアルファベット（A～L）の該当するブロックに集合・整列して下さい。
 - ・午前8時40分よりスタート地点【国道58号線 明治橋】への移動を開始します。
 - ・整列エリアには係員がプラカードを表示しています。
 - ・整列・移動の際、競技役員の指示に従わず割り込みを行った場合、失格になります。
 - ・ブロック閉鎖に間に合わなかった場合は最後尾への整列となります。
- ※整列時刻より著しく遅延した場合は、出走できなくなる場合があります。

■スタート(9:00)

- ・国道58号線、明治橋がスタート地点。午前9時に号砲の合図で競技スタートです。
- ※慌てず押し合わずにスタートして下さい。
- ※必ずスタート地点を通過してください。途中から競技に合流した場合は失格になります。



ランナーの心得

「スタート整列時に割り込むランナーがいる。マナーが悪い。」というご意見を多くいただいております。スタート時の事故防止とすべてのランナーが気持ちよく走れるようにスタート前の整列は、役員の指示に従い、アスリートビブス順にご整列下さい。

1. マラソン当日、コースは沿道の住民をはじめ、多くの方のご協力により長時間交通規制を実施しております。規制解除の時間になりましたら、競技者はアスリートビブスはずし、係員の指示に従い、リタイアバスに乗るなど、速やかに走路を空けて下さい。
2. ランナーは規制されている車線(コース)を走行すること。いかなることがあっても、絶対に歩道や別車線へはみ出したりしないこと。
※片側車線が走路の場合、対向車線は、車両が進行し、大変危険です。
3. ランナーはそれぞれのペースで走行するが、自ら遅いペースを選ぶ場合は走路の歩道側に寄って走行すること。グループで走る方も、できるだけ歩道側に寄り、道幅をとらないこと。(後から来るランナーの前方を妨げないようにして下さい。)
4. ランナーは使用後のコップを後方から来るランナーの邪魔にならないように、設置しているゴミ箱や、走路の歩道側に捨てること。コース沿いの畑や民家などに絶対に投げ捨てないこと。
5. 本大会は、スポンサーのご厚意によって成り立っています。アスリートビブスのスポンサー部分を折り曲げたり隠したりしないこと。

仮装等について

- ・他のランナーや応援者を不快にするような服装、転倒の危険性のある大きな装飾や着ぐるみなど、スポーツイベントにふさわしくない仮装は認めません。
- ・ベビーカーを押しながらの出走、ペットの伴走はできません。
- ・長物やのぼり旗等を持っての走行も大変危険です。絶対にお止めください。

ご協力願い

- ・会場内において、スポンサー社以外の企業名などが入った旗やのぼり等の設置はご遠慮下さい。
- ・奥武山公園では、指定された場所以外での喫煙は禁止です。
- ・各エイドステーション付近での喫煙はお止めください。
- ・自分で出したゴミは責任をもって持ち帰りましょう。

過去3年間気象状況

	37回大会 (2023年12月3日)	36回大会 (2022年12月4日)	35回大会 (2019年12月1日)
	曇り 完走率: 72.68%	晴れ 完走率: 67.84%	晴れ 完走率: 72.68%
気温(℃) (平均)	21.5℃	24.9℃	24.2℃
湿度(%) (平均)	61%	82%	62%

2023年大会当日のコンディション

スタート時 20.0℃
最高 22.2℃
湿度 60.6%

過去3年大会当日のコンディション

最高 25.6℃
平均 23.5℃
最低 22.2℃

コース MAP・高低図・関門・給水・救護所

コース上の距離標識について
距離標識は1km毎に走路左側に設置しています。

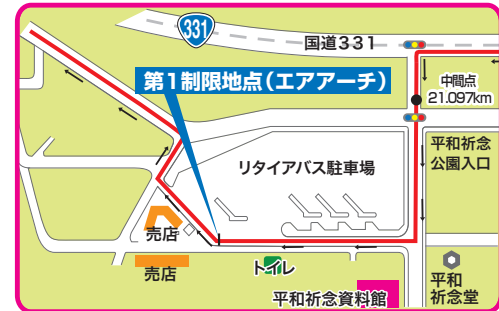
救護所 給水 スポンジ



START 奥武山公園入口



第1制限地点 平和祈念公園内



リタイアバス待機所 **リタイアバス**
※時間は目安です。

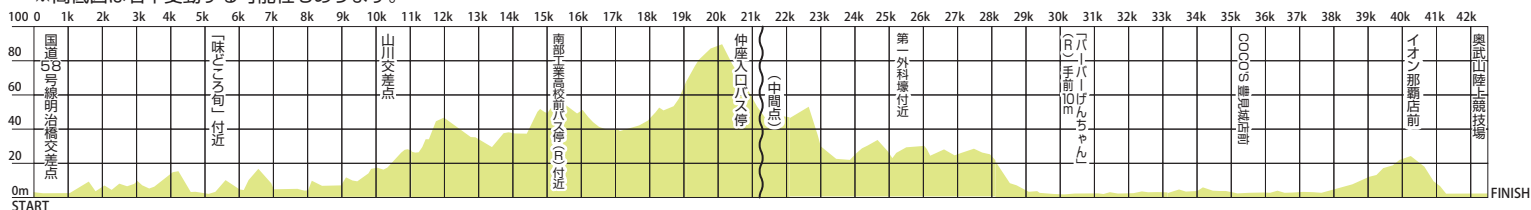
13.3km	東風平中学校前	発車予定時刻 11:40~
17.1km	具志頭交差点	発車予定時刻 12:00~
21.3km	第1制限地点 (平和祈念公園内)	発車予定時刻 12:15~
26.2km	琉球ガラス村	発車予定時刻 13:00~
34.3km	第2制限地点 (那覇看護専門学校)	発車予定時刻 14:10~

リタイアバスはコースを巡回し、満席になり次第、奥武山運動公園に向かいます。道路状況が混雑している場合は、長時間の乗車、待機時間の延長等が発生する場合がございます。予めご了承ください。

交通規制に関するお問い合わせ番号(英語対応)
TEL 050-3786-7855

- コールセンター開設期間 11月29日(金)~12月1日(日)
- お問い合わせ時間
11/29(金) 午前 9:00~午後6:00
11/30(土) 午前 9:00~午後9:00
12/1(日) 午前 6:00~午後4:00
※英語対応は12/1(日) 午前8:00~午後4:00のみとなります

※高低図は若干変動する可能性もあります。



競技規則および注意事項

NAHAマラソン競技規則・競技規定

- 2024年度日本陸上競技連盟規則及び本大会申し合わせ事項とする。
- 審判員又は医師がレース続行不能の判断(診断)した場合は、競技を中止させることができる。
- 審判員は、ルールやマナーを守らず、厳重な注意を無視し、大会運営に著しく支障をきたす競技者に対し、競技を中止させることができる。(スタート前、決められた位置に整列しなかった場合や、途中からの飛び入りなどの不正や危険な行為があった場合など)
- 審判員は制限地点を制限時間内に到底通過できないと判断した競技者に対し、制限時間前でも競技を中止させることができる。
- 救急車は、救護を必要とする者のみ収容し、リタイアしたランナーは収容しません。
- 緊急時はいかなる場合でも緊急自動車を優先にします。ランナーは緊急自動車の進行の妨げにならないよう注意してください。

競技中の事故について

- マラソンは大変激しいスポーツです。健康管理を十分になされていないと、思わぬ事故に遭うことがあります。参加者は自己の責任において健康に十分気をつけ、特に大会当日、体の不調を感じたら出場を取りやめて下さい。また、競技中に異常を感じた場合は絶対に無理をせず、すみやかに競技を中止してください。
- 競技中の事故につきましては、主催者で応急処置は行いますが、主催者に重過失がある場合を除きそれ以外の責任は負いません。各自十分に注意してください。

緊急車両について

- ・事故等により緊急車両が通行する場合、いかなる場合でも緊急車両を優先します。ランナーは緊急車両の進行の妨げにならないよう注意して下さい。

緊急車両通行時には、ご協力をお願いします。

関門規制

交通・警備・競技運営上、コース中に関門及び競技中止勧告時間を設けます。制限時間に間に合わない場合は競技を続けることはできません。

関 門	場 所	距 離	制限時間
第1制限地点	平和祈念公園内	21.3km	12時15分
第2制限地点	那覇看護専門学校	34.3km	14時10分
FINISH	奥武山陸上競技場	42.195km	15時15分

※上記の時間をもって交通規制を解除します。制限時間に間に合わなかったランナーは、アスリートビブスを外して速やかに競技を中止し、歩道へ移動してください。

競技中止勧告時間

- 仲井真交差点(7.2km).....10時30分頃
- 東風平中学校前(13.3km).....11時35分頃
- 具志頭交差点(17.1km).....12時頃
- 南部病院跡地前(28.3km).....13時30分頃
- 赤嶺交差点 (39.3km).....15時頃

走路・距離・時計表示について

- ・コース上の時計表示はスタート時の号砲9:00からのタイムとなります。
 - ・距離標識は1km毎に走路左側に設置しています。
 - ・スタート地点を含む5km毎に設置している記録計測用マットの上を必ず通過してください。
 - ・記録計測用マットを通過せずにコースを大きく外れて走行した場合は失格となります。
 - ・最後尾車が通過した後は、競技を続けることができません。競技を中止し、すみやかに歩道へ上がってください。
 - ・コースのセンターライン上にカラーコーンを設置している区間がありますが、いかなる場合においても前のランナーを追い越すためにカラーコーンををはみ出して走行することは大変危険です。絶対にお止めください。
- ※審判員は制限地点を制限時間内に到底通過出来ないと判断したランナーに対し、制限時間前でも競技の中止を指示することがあります。その際は指示に従ってください。
- ※競技中止勧告を上記5か所の地点で行います。交通渋滞の緩和の為、ご協力いただきますようお願いいたします。

給水・救護・スポンジ地点

※距離は目安です

	給水(スポーツドリンク・水)	スポンジ	救護所
5.1km	①ブルーポート古波蔵S/S・サキハマ		
8.5km		①ファミリーマート津嘉山みなみ店	
11.1km	②東風の里前		①東風の里前
13.3km		②東風平中学校前バス停	
17.1km	③JAおきなわ具志頭支店		②JAおきなわ具志頭支店
18.2km		③(有)平良建設前	
21.3km	④平和祈念公園内(第1制限地点)	④平和祈念公園前(第1制限地点)	③平和祈念公園(第1制限地点)
24.6km	⑤優美堂駐車場		④優美堂駐車場
26.2km		⑤琉球ガラス村前	
29.4km	⑥タウンプラザかねひで真栄里店		⑤タウンプラザかねひで真栄里店
33.2km		⑥糸満スイミングスクール前	
34.3km	⑦那覇看護専門学校(第2制限地点)		⑥那覇看護専門学校(第2制限地点)
36.0km	⑧上原自動車整備センター		
37.4km		⑦鶴丸うどん本舗 小禄店	
40.0km	⑨イオン那覇店前		⑦イオン那覇店前

給水地点9カ所は、スポーツドリンクと水、両方を設置しております。

【注意】 上記地点の給水所以外での給水・給食については主催者は一切責任を負いません。

トイレ地点

※距離は目安です

1	2.2km	てんぶす那覇前歩道	8	15.0km	南部工業高校バス停過ぎ	15	30.2km	糸満市役所入口交差点
2	3.6km	与儀公園	9	17.3km	具志頭駐在所過ぎ歩道上	16	31.3km	川尻橋手前歩道上
3	7.3km	国道329号 那覇東バイパス歩道上	10	21.3km	平和祈念公園内(第1制限地点)	17	33.2km	糸満スイミングスクール付近
4	9.0km	海邦銀行津嘉山支店・ダイソー駐車場	11	22.3km	みなみの里過ぎ歩道上	18	34.3km	那覇看護専門学校(第2制限地点)
5	9.5km	県道82号線 空港道高架下歩道上	12	24.6km	優美堂駐車場	19	37.3km	小禄バイパス具志頭ポンプ場横
6	11.1km	東風の里前	13	26.2km	琉球ガラス村			
7	13km	東風平北交差点	14	28.5km	南部病院跡地前歩道上			

【注意】 コース以外の道路は交通規制が実施されていないので、トイレなどで競技中に、コースを外れる場合は車両の通行にご注意下さい。