

(フルマラソン・10 km・5 km・3 km用)

第23回 弘前・白神アップルマラソン参加案内

# 必ずお読みください。

この度は第23回弘前・白神アップルマラソンにお申込みいただきまして、ありがとうございます。アスリートビブス(以下ゼッケン)等の事前発送に伴い、大会当日の参加受付が不要になり参加賞の引換はゼッケンの切り取り部分と交換で当日行います。

## 同封物

ゼッケン、RSタグ(記録計測タグ)・参加案内(本誌)  
RSタグ返却用封筒・有料バス乗車券(申込者のみ)  
記念Tシャツ引換券(申込者のみ)、荷札、プログラム  
ゼッケン留め(購入者のみ)

## ゼッケン、RSタグは必ずご持参ください！

同封いたしました「ゼッケン」、「RSタグ」、「有料バス乗車券(申込者のみ)」、「記念Tシャツ引換券(申込者のみ)」は必ずご持参ください。

「ゼッケン」、「荷札」、「RSタグ」を紛失または忘れた場合は再発行手数料として2,000円が必要となります。この場合、予備ゼッケン、予備RSタグをつけての出走になりますが、完走証の発行や東奥日報の紙面・ランネットの記録掲載については通常通り行います。

再発行所の受付は7時から9時までとなります。それ以降は受付いたしません。

## 開催期日 令和7年10月5日(日)雨天決行

### タイムスケジュール

種目	スタート時間
フルマラソン	9:00
ハーフマラソン	9:15
3km(中学生)	9:25
3km(小学生・高校生以上)	9:35
5km	10:00
10km	10:15

※ゼッケンは必ず前後に着けてスタート地点へお集まりください。

※追手門会場からスタート地点までは徒歩でおよそ3分かかります。

※スタート時間を確認し、スタート地点へ10分前に到着し役員の指示に従ってください。

スタートに遅れた場合は失格といたします。

### ペースランナー

大会当日、フルマラソンのペースランナーは3時間30分、4時間、4時間30分、5時間、5時間50分で設定いたしますので、時間内の完走を目指し、ぜひご利用ください。

## 参加賞の引換

◆受付時間 7時～15時

◆受付場所 追手門会場内

大会当日、追手門会場内で参加賞の引換を行います。同封のゼッケン切り取り部分が引き換えとなりますので必ずご持参ください。また、フルマラソン参加者にはゼッケンに参加賞を記載しています。

諸事情により、大会に参加できない方は10月31日（金）まで事務局へ取りに来た方のみ参加賞をお渡しいたします。その際にゼッケン、RSタグをご持参ください。

## 手荷物預かり

◆受付時間 7時～10時

◆受付場所 男子 フルマラソン・・・・・・ 笹森記念体育館1階

10km・5km・3km・・・・・・ 笹森記念体育館2階

女子 フルマラソン・10km・5km・3km・・・ 観光館内多目的ホール

◆預かり時間 7時～15時30分

荷物を預ける際は、同封の荷札を必ずつけてお預けください。（貴重品はお預かりできません）

また、一度お預かりした荷物は、フィニッシュ後の引き渡しまで出し入れできませんのでご注意ください。

受取りの際はご自身のゼッケンを係員に提示してください。

## 抽選会当選者

◆配布時間 7時～15時

◆配布場所 追手門会場本部テント

事前抽選方式とし、当選された方はプログラムの方へりんごマークを掲載しております。

ご自身のゼッケン番号の前に（抽選結果欄）にりんごマーク【🍏】がついている方は、大会当日追手門会場の本部テントにて賞品を贈呈いたします。その際にゼッケンを提示してください。

大会当日、引き換えに来られない方は無効となりますのでご了承ください。また、賞品発送を希望される場合は自己負担（着払等）での発送となります。

## 記念Tシャツの引換（事前申込者のみ）

◆配布時間 7時～15時

◆配布場所 追手門会場本部テント

大会当日、同封している引換券をご持参のうえ、本部テントにてお渡しいたします。当日のサイズ変更、色の変更はできませんのでご了承ください。

## RSタグによる記録計測

本大会は記録を「RSタグ」で計測しますので、必ずシューズのヒモに付けてください。RSタグのつけ間違えは失格となりますので、十分ご注意ください。RSタグはフィニッシュゲート通過後に回収します。

出場されない方は同封のRSタグ返却用封筒にてご返却ください。なお、紛失や未返却の場合は実費を頂くこととなりますのでご注意ください。

## 表彰

フルマラソン、10km、5kmの区分ごとの1位～6位まで賞状と副賞を贈呈いたします。

3kmの1位～3位までは賞状と副賞、4位～6位までは賞状のみとなります。

フルマラソン、10kmの男女総合優勝者には、弘前市長賞を贈呈いたします。

表彰時間は、準備でき次第アナウンスをいたしますので表彰テントへ集合してください。

## Web 完走証ダウンロード

第 23 回弘前・白神アップルマラソンでは、レース終了後の大会当日にゼッケン記載の QR コードを読み取り、ゼッケン番号を入力することで、完走証を作成・ダウンロードできます。

フィニッシュから数分後にスマホやPC から完走証を発行できます。

※完走されていない方は作成できません。

※成績記録集は、大会当日、追手門会場内本部テントにて 1,000 円（送料込）で販売いたします。発送は 10 月中旬を予定しています。

## フルマラソン関門時間(20 k m付近 11 時 50 分・41 k m付近 14 時 45 分)

フルマラソンは 9 時にスタートし、11 時 50 分までに 20 km 付近（JA つがる弘前目屋支店）を通過できない選手はリタイヤとなります。また、41km 付近で 14 時 45 分の関門を設置しています。関門時間に間に合わなかった選手は速やかに競技を中止し、R S タグを取り外し、役員の指示に従ってください。選手搬送車等で会場へお連れします。なお、完走証等の発行は致しません。

## 健康・医療に関する諸注意

救護所やコース上では、医師・看護師・消防職員などの医療スタッフが協力し、皆さんの「安全・安心のマラソン大会」に向けて、救護活動に取り組んでおります。医療・救護スタッフの指示には従ってください。

- ① 事前に健康診断等を受け、十分な練習で体調を整えて参加してください。
- ② 体調不良等で心配のある場合は、勇気をもって出場を取りやめてください。
- ③ レース中は水分補給を心がけ、体調の異常を感じたら、早めにレースをやめる勇気を持ちましょう。
- ④ ラストスパートは急激に心臓へ負担がかかる危険な走り方ですので、余裕をもってフィニッシュしましょう。

## ランナーの皆さんへお願い

大会を安全に運営するために以下の内容にご理解とご協力をお願いします。

- ① 走路の安全確認・傷病者の早期発見等のため、大会車両・警察車両・収容車等がランナー間を走行しますのでご注意ください。
- ② 緊急時には救急車・警察車両・救護車がコース内を通行しランナーの走行を制限する場合がありますのでご了承ください。

## 河川敷駐車場(弘前市和田町地内及び弘前市樋の口町地内)

大会当日、岩木川河川敷へ無料駐車場を用意しています。(駐車台数 各 500 台まで)

台数に限りがありますので、満車になり次第各自でご対応願います。駐車場内では、係員の誘導に従ってください。また、悪天候によっては、使用できなくなる場合があります。

徒歩で会場までお越しの際は岩木橋駐車場から約 1.7 km、富士見橋駐車場から約 2.1 km あります。



## 河川敷駐車場から有料バスご利用の方（事前申込者のみ）

当日かなりの混雑が予想されますので、お早めに会場へ到着するようにお越してください。

大会当日、同封している乗車券を必ず持参のうえバス乗降場で係員へ乗車券を提示して乗車してください。乗車券をお持ちでない方は乗車できませんのでご了承ください。市民会館から追手門会場までは徒歩でお願いいたします。また、お帰りの際も乗車券を係員へ提示し乗車してください。

### 《 河川敷駐車場 ↔ 市民会館 》【所要時間: 約 30分】

臨時駐車場 → 会場(市民会館)		会場(市民会館) → 臨時駐車場	
6:30	【第一臨時駐車場(岩木橋駐車場)バス乗降場】	10:00	13:30
7:00	岩木橋駐車場	10:30	14:00
7:30	バス乗降場	11:00	14:30
8:00	【第二臨時駐車場(富士見橋駐車場)バス乗降場】	11:30	15:00
8:30	富士見橋駐車場	12:00	15:30
9:00	バス乗降場	12:30	16:00
		13:00	

当日かなりの混雑が予想されますので、お早めに会場へ到着するようお越し下さい。

## 弘前駅から有料バスご利用の方（事前申込者のみ）

大会当日、同封している乗車券を必ず持参のうえ弘前駅 1 番乗り場へお越してください。バスへ乗車する際は、係員へ乗車券を提示して乗車してください。また、徒歩で会場までお越しの際は約 2km あります。

### 《 弘前駅1番乗り場 ↔ 市民会館 》【所要時間: 約 30分】

弘前駅 → 市民会館		市民会館 → 弘前駅	
6:30	弘前駅	10:00	13:30
7:15	シャトルバス	11:00	14:00
8:00	バス乗り場	12:00	15:00
8:45	大会当日のみシャトルバス(有料)を弘前駅1番乗り場から運行します。	13:00	16:00

### 弘前への交通案内

- ◇青森空港からバスをご利用  
⇒弘前までの所要時間【約55分】
- ◇青森駅から電車をご利用  
⇒弘前駅までの所要時間【約40分】
- ◇新青森駅から電車をご利用  
⇒弘前駅までの所要時間【約30分】
- ◇大鰐・弘前I.C〈東北自動車道〉から  
⇒弘前駅までの所要時間【車で約20分】

### 追手門会場への交通案内

- ◇弘前駅から車での移動  
⇒追手門会場までの所要時間【約15分】
- ◇弘前駅から徒歩での移動  
⇒追手門会場まで(約2km)の所要時間【約30分】
- ◇河川敷駐車場(富士見橋駐車場)から徒歩での移動  
⇒追手門会場まで(約2.1km)の所要時間【約30分】
- ◇河川敷駐車場(岩木橋駐車場)から徒歩での移動  
⇒追手門会場まで(約1.7km)の所要時間【約25分】

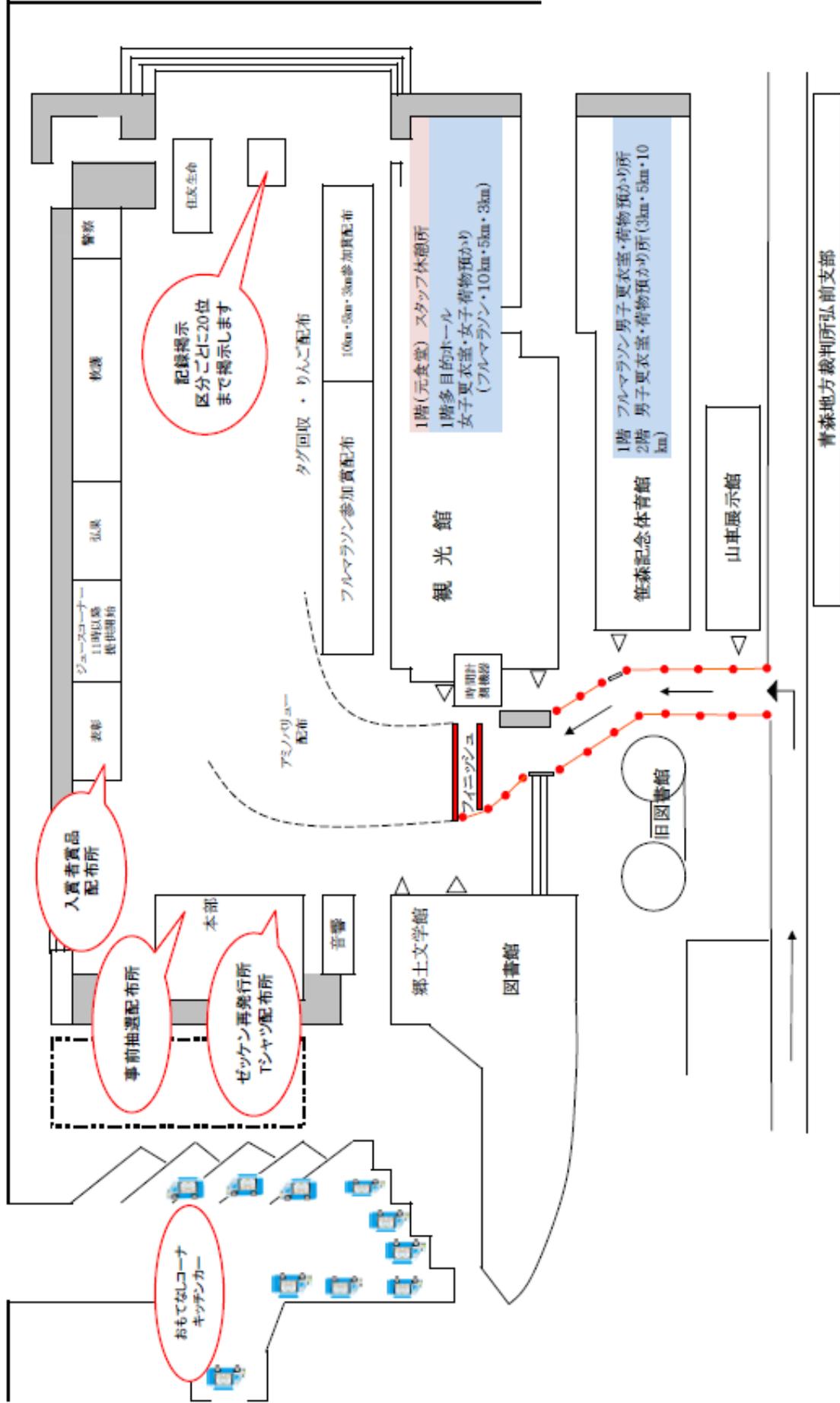


# 追手門会場図

## 弘前市役所

ハーフマラソン参加者は弘前市役所内で男女荷物預かり・更衣室・参加賞配布・記念Tシャツ配布・事前抽選会配布

000



青森地方裁判所弘前支部