

2019年11月26日

関西学院中学部

生徒および保護者のみなさま

関西学院中学部

校内マラソン大会 開催のご案内

平素より関西学院中学部の教育活動にご理解とご協力をいただきまして心より感謝申し上げます。

さて、標記のマラソン大会につきまして、下記の通り開催いたします。これまで生徒たちは保健体育科の授業や「駆け足の時間」などを通じて練習を重ねてきました。その成果を、ぜひご来場のうえ、ご観覧くださいませようご案内申し上げます。

記

I. 日時・場所

- ・ 2019年11月28日（木）午前 武庫川河川敷公園コース（西宮市側）

II. 雨天時等

- ・ 雨天であっても集合
- ・ 当日雨天等中止の場合は11月30日（土）に順延

III. 出欠点呼

- ・ 9:00 武庫川河川敷公園 武庫川橋北（阪神武庫川駅下車約0.8km、約15分）
 - 当日欠席の場合は、8:30までに中学部事務室（0798-51-0988）に連絡を入れる
 - 集合場所付近の仮設トイレには数限りがあるので、到着・点呼までに用便を済ませておく
 - 阪急・阪神の乗り継ぎを考慮して、時間的余裕をもって行動する
 - 阪神武庫川駅での運賃精算は混雑する（通路が狭く、急ぎの方、お年寄りの方も多いため）、カードの利用、小銭の用意、帰りの切符の購入など工夫する
 - 阪神武庫川駅の西改札口（西宮市側、兵庫医科大学側）から出場する
 - 武庫川河川敷公園へは、横断歩道（西改札口からトンネルをくぐり北へ）を利用し、自転車道路やランニングコースを歩かない、なお、途中住宅地を通るためとくに静粛にする
 - 集合場所到着後、更衣を済ませ、指示された場所に荷物を置き、貴重品は身に付け、出欠点呼時に預ける
 - 「駆け足」の隊形（出席番号順2列縦隊）で出欠点呼、川上より1A・1B……3E・3Fの順

IV. スタート時間・距離・コース

【女子】 9:50 スタート 約7km

武庫川橋北側（スタート）→甲武橋南1km（折り返し）→武庫川橋北側（ゴール）

【男子】 10:05 スタート 約10km

武庫川橋北側（スタート）→甲武橋北側（折り返し）→武庫川橋北側（ゴール）

V. 服装

- ・ 集合時
 - 制服、その下に体操服（半袖とハーフパンツ）着用、運動靴など、手袋、マフラーについては学校生活に準ずる

- ・ 待機時
 - 防寒具（ウィンドブレーカーなど）を着用しても構わない ※華美にならない
- ・ 走る時
 - 体操服（半袖とハーフパンツ）、運動靴、手袋をしても構わない

VI. 持参物 ※記名を忘れずに

- ・ 着替え、水筒、タオル、ペン1本（着順記入用）、手袋、雨具、ビニール袋など

VII. 注意事項

- ・ 走る前、こまめに少量ずつ水分補給する
- ・ スタートのタイミングは以下の通り
 - 1年女子→（25秒後）→2年女子→（10秒後）→3年女子→（10分後）→1年男子→（40秒後）→2年男子→（20秒後）→3年男子
- ・ 走っている最中、体調が悪くなった場合は、近くの先生・コーチなどに申し出る
- ・ コースの左側を走ることが原則、折り返し点は右回り
- ・ 補修工事箇所や走路の狭いところについては、先生やコーチの指示に従って走る
- ・ やむをえず自転車道路を走るときは、自転車や対向ランナーに注意する
- ・ 散歩やジョギングをしている一般の方々が優先、邪魔にならないように、利用者全員が気持ちよく取り組めるように心掛ける
- ・ 折り返し点では、走りながら片方の手を差し出し、「しるし」をつけてもらう
- ・ 男女別にゴールする、着順カードを受け取り、カードの着順番号の下に学年・組・番号・氏名を記入し、運動委員に提出する
- ・ ゴール後、汗をふき取り、必要に応じて着替えをする（男女とも更衣テントあり）
- ・ 解散後すぐに帰宅する、当日のクラブ活動はなし
 - 解散は、1年女子→2年女子→3年女子→1年男子→2年男子→3年男子の順
 - 雨天中止時、クラブによっては活動する場合がある、各顧問の指示に従う
 - 保護者の方々による送迎はご遠慮ください
- ・ 後日、全校で男子は1位～30位、女子は1位～15位に表彰がある、また、学級の平均順位により、学年内で優勝学級を決定する、見学者、欠席者は最終ランナーより後位とする、ただし公欠の場合は平均に加算しない



以上