

機運醸成事業
マラソン挑戦への道(特別練習会)実施要項

1. 日時 2026年11月7日(土)
2. 場所 集合:8時30分(開始式) / 練習開始:9時
長崎県立総合運動公園 2km周回園路コース
<集合場所> 芝生広場(トランスコスモススタジアム長崎横)
3. ゲスト 瀬古利彦さん
(長崎ミュージックフェスマラソン大会アンバサダー)
4. 練習内容 20km走
5. 募集人数 150人 ※安全確保のため各グループを2つに分けて走行します。
①50名:フルマラソン4時間完走ペース(5分41秒/km)
②50名:フルマラソン5時間完走ペース(7分06秒/km)
③50名:フルマラソン6時間完走ペース(8分31秒/km)
6. 募集方法 先着順
7. 参加料 3,000 円 (Tシャツ代、保険料を含む)
8. 参加資格 各設定ペースで20km以上の連続走行が可能な方。
9. 申込方法 下記の要領に従って申し込んでください。
①申込期間 2026年8月28日(金)～9月18日(金)
②長崎陸上競技協会webサイトの『マラソン挑戦への道(特別練習会)』申込専用ページで、必要事項を入力し、入力画面上の送信ボタンをクリックしたら、申込完了です。
※受付完了メールは届きませんのでご注意ください。
※確認ボタンで、エントリー完了を確認することができます。
③参加料は申込完了から1週間以内に、下記の指定口座にお振り込み下さい。
【参加料振込先】
<郵便局から振込場合>
ゆうちょ銀行 口座記号番号 01740-6-124355
<他金融機関から振込場合>
ゆうちょ銀行 店名 一七九(イチナナキュウ) 店番179
当座預金 口座番号 0124355
加入者名 一般財団法人長崎陸上競技協会
※振込は、必ず参加者名で行ってください。
※振込手数料は、各自でご負担ください。
10. 注意事項 (1)体調管理...
・参加前に必ず検温や体調チェックを行い、少しでも異変(発熱、咳、強いだるさ、寝不足など)がある場合は参加を見合わせてく

ださい。

- ・練習中に体調が悪くなったり、痛みを感じたりした場合は、決して無理をせず、すぐに走行を中止し、周囲のランナーやスタッフにお声かけください。
- ・各自ご準備の上、水分補給をこまめに行い、熱中症及び脱水症状の予防に努めてください。

(2)荷物管理・着替え

- ・荷物置場を設置しますが、貴重品の管理は各自の責任でお願いします。
- ・着替えについては、更衣用テントを準備します。(男女各1張)

(3)写真・動画撮影

- ・練習会中に主催者が、活動記録として写真や動画を撮影する場合があります。これらは公式SNSやホームページなどに掲載されることがありますので、あらかじめご了承ください。
- ・写真・動画への掲載を希望されない方は、受付時または撮影時に主催者へお申し出ください。
- ・参加者同士で撮影した写真・動画をSNSに投稿する際は、他の参加者や一般の方のプライバシーに十分ご配慮ください。

(4)中止・変更の連絡

- ・雨天決行とします。内容変更の場合は、長崎ミュージックフェスマラソンホームページに掲載します。個別の連絡は行いませんので、各自でご確認ください。ただし、警報発令やその他主催者が危険と判断した場合は、中止にする場合がありますので、最新情報は同ホームページを確認ください。

(5)保険

- ・本練習会では傷害保険に加入します。万が一の事故や怪我等については加入している保険の補償範囲内で対応いたします。

(6)禁止事項

- ・他の参加者への迷惑行為、公序良俗に反する行為。
- ・政治・宗教への勧誘、他イベントへの強引な引き抜き、物品の営業販売目的での参加。

11. 駐車場 長崎県立運動公園第2駐車場

12. 問い合わせ 長崎ミュージックフェスマラソン実行委員会／担当:林田・吉谷
TEL:0957-46-3843(受付時間 9:00~17:00)
E-mail:endoutaisaku@mf42195nagasaki.jp