

# 長野FC善光寺マラソン・蹴り初めについて

スケジュール 2019年1月11日(土) 集合場所:古牧小学校グラウンド

はやめ、はやめで行動しよう! 昨年と少し時間配分を変えています。

時間	社会人、JY、Jr6年生~3年生	2年生以下、園児まで
8:30	古牧小学校集合・挨拶・アップ	
8:40	城山公園に向かってスタート(カテゴリスタート間隔3分)	古牧小学校集合・点呼取り次第、クルマで出発
9:00		城山公園ふれあい広場集合・ランニング
9:30	城山公園 芝生の広場 集合・点呼	芝生の広場にて、上級生と合流
9:35	善光寺に向かって徒歩開始	
9:50	おさいせん・集合写真	
10:00	善光寺大勧進 受付・着席(代表者は20分前までに受付。「心願成就」) ← <b>混んでいる場合は断念</b>	
10:30	護摩焚き祈願 (正月一日~五日までは10時~15時まで一時間毎のご祈願)	
11:00	祈願終了・芝生広場に戻らず古牧小に向かって出発	テニスコート駐車場へ向かい、古牧小へ。
11:40	古牧小学校に集合したカテゴリから順次蹴り始め開始	古牧小につき次第、蹴り始め開始
12:00	代表挨拶・解散	
以降	豚汁・おにぎりを食べて、自由解散 (予定、天候により早まる場合もあります。)	

## 注意事項

- 前々回(2017.1)より、マラソン・初詣の主旨および保護者負担軽減の観点から、マラソンを競争でなく団体行動とし、コース上での誘導スタッフは配置しておりませんのでご了承ください。
- **一般の歩道を走ることから、安全第一を優先し、競争・順位表彰は一切行いません。学年単位でまとまって走ることを徹底し、隊列が間延びしたりしないよう、学年の先頭・最後尾にコーチスタッフが伴走をしてペースを守ってください。コンディションによりペースが遅い選手が発生した場合も、皆で励まし合いながら一緒に走ることを厳に徹底してください。**
- 走れない選手が発生した場合は、学年の走りに支障が出る為、帯同スタッフが救護車に連絡をしてください。

## 持ち物

- 雪が降っても行ないます。防寒の用意、着替え等ご配慮下さい。マラソン中はタオルを首にかけて走ります。各自必ずクラブマフラータオルを持参して下さい。
- 服装 — クラブジャージおよびクラブTシャツ(白or黄色)、履き慣れた靴、クラブマフラータオル、給水用ジャグ、**任意で自分のおにぎり(トン汁と一緒に白飯を食べたい人は)**
- 全ての持ち物に記名の事。ベンチコート類にはガムテープに記名し背中に貼ってくる。

## 保護者(会)のみなさんへ

- 選手送迎の駐車場は、例年は古牧小学校に隣接した南東の駐車場(株式会社コシナ)のスペースをお借りしていますが、**現在は住宅公園造成の工事をおこなっているため、使用することができなくなりました。**古牧小学校の駐車場および古牧公民館の駐車場を利用いただくよう、お願いします。

- 昨年（2018.1）より善光寺大勸進で心願成就の祈祷をしていますが、お堂に入るのは選手・コーチスタッフ・伴走保護者のみとします。お正月時期で混雑しているためです。善光寺に行く保護者は恐れ入りますがお堂周辺でお待ちください。例年 3-40 分程度かかります。
- カップ豚汁・わりばしを用意しますので、お湯（ポット）の準備を各学年保護者にてお願いします。
- 善光寺マラソンは今回で 33 回目です。クラブ関係者はどなたでも参加できます。保護者の方も一緒に走りませんか？
- トイレは古牧公民館をご利用ください（予約手配済み）ただし、入口で泥を払ってお入りください。
- 各学年の保護者代表数名で、選手のベンチコートおよび給水用ジャグの運搬をお願いします。往路は城山公園（の芝生のグラウンド）まで運び、復路は古牧小まで運んでください。ベンチコートはかさばりますが、ブルーシートを広げて風呂敷のようにまとめると運搬に便利なようです。

## 出欠

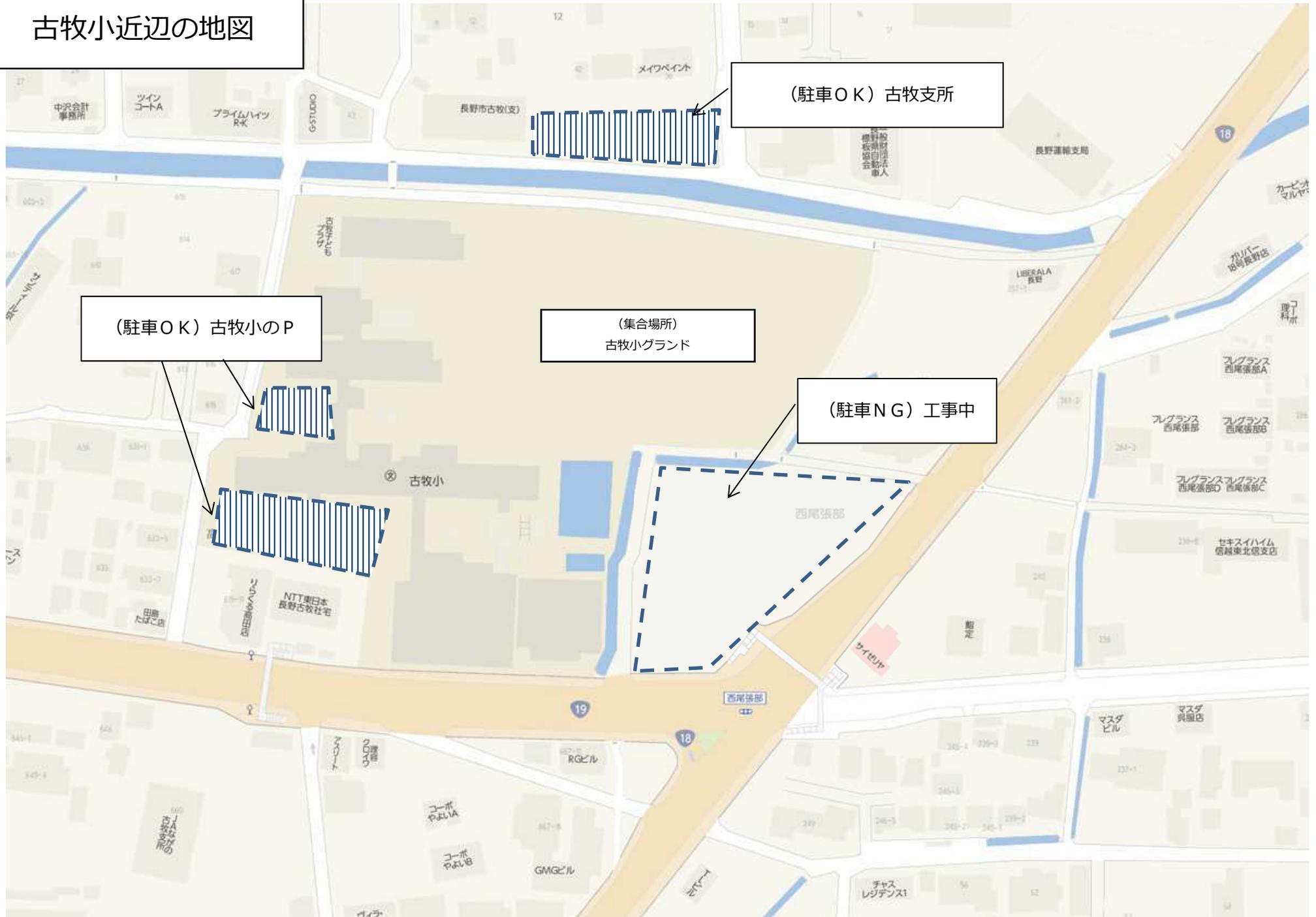
- 4月の総会時にお配りしたクラブ要覧に記載されているように「クラブイベント」であることから、原則は全員参加で想定しています。万が一欠席の場合はカテゴリ理事まで 12 月 15 日までにお知らせください。

## スタッフ配置（案）

選手在籍人数	先頭伴走 帯同スタッフ	最後尾伴走 帯同スタッフ	統括スタッフ (出欠名簿把握者)
JY 16名	野本コーチ	山崎監督 後藤さん？	本藤コーチ
6年 11名			徳竹コーチ
5年 16名	伊東コーチ	山本コーチ	山本コーチ
4年 15名	平林コーチ	村田コーチ	平林コーチ
3年 19名	米山コーチ	太田コーチ・森コーチ	市川理事
2年 11名	鈴木・塚田・濱・森		
1年 13名			
園児 1名			

役割	担当スタッフ
おさいせん準備	吉田理事
大勸進当日予約	山口理事
写真撮影	出岸理事 広報（ ）
とんじる手配	市川理事
救護車 1	x x コーチ (090- )
救護車 2	x x コーチ (090- )

古牧小周辺の地図



(駐車OK) 古牧支所

(駐車OK) 古牧小のP

(集合場所)  
古牧小グランド

(駐車NG) 工事中



2019.01 善光寺マラソン・ルート図

- ← 2年生以下
- ← 3年生～JY
- ← 共通

クルマ送迎

信号渡る

信号渡る

2km

1km

3km

信号渡る

急坂は歩く

4.5k

4km

花時計集合

ランニング

テニスコート  
駐車場へ

徒歩でお参り  
大勸進へ