

凡例

	選手走路 全面
	トイレ
	救護所
	遠望スポット
	スポーツドリンク
	水

給水所

給水所	地点
第1給水所	4.0 km
第2給水所	7.8 km
第3給水所	10.8 km
第4給水所	14.5 km
第5給水所	17.5 km
第6給水所	19.0 km
第7給水所	20.1 km

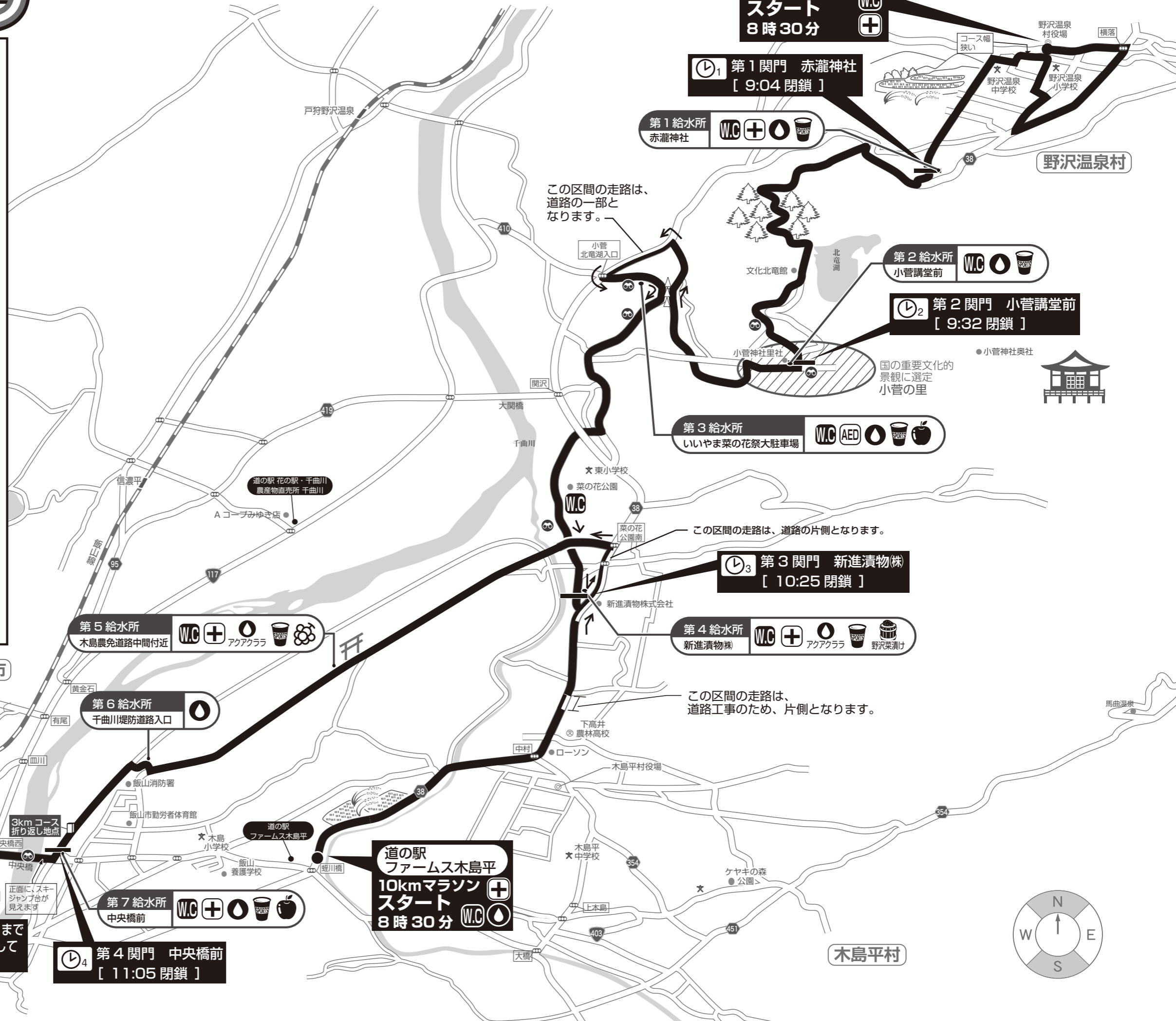
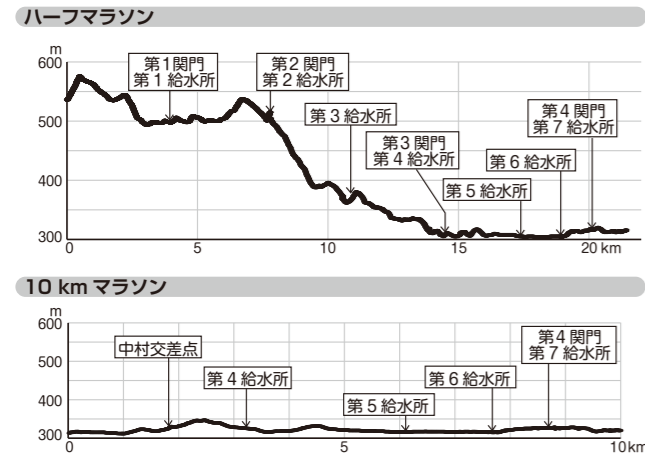
※ 表の内容を変更することがありますので、予めご了承ください。

ハーフマラソン関門等

関門	地点	制限時間	スタートからの時間	区間のラップタイム
① 第1関門	4.0 km	9:04	34分	7分50秒/km※1
② 第2関門	7.8 km	9:32	62分	7分30秒/km
③ 第3関門	14.5 km	10:25	115分	7分40秒/km
④ 第4関門	20.1 km	11:03	153分	7分20秒/km
R117上町東交差点※2	20.8 km	11:11	161分	7分30秒/km
ゴール	21.1 km	11:20	170分	7分50秒/km

※1 スタート地点でのロスタイムを2分30秒として設定しています。
※2 関門は設けませんが、時間経過後は通告しますので、レースを終了して下さい。(収容車が後走しています。)

高低図



飯山市本町商店街
フィニッシュ
11時20分(予定)
3kmマラソン
スタート8時40分

11:11までに通過して下さい。

道の駅ファームス木島平
10kmマラソン
スタート
8時30分

