

コースガイド (関門、救護所、トイレ、給水、給食)



●関門閉鎖時間

関門	場所	距離	閉鎖時間
第1関門	御代坂交差点	8.0km	10:10
第2関門	永崎海岸コンビニ前 (往路)	12.8km	10:50
第3関門	永崎海岸コンビニ前 (復路)	20.6km	11:55
第4関門	アクアマリンふくしま臨時駐車場	26.3km	12:40
第5関門	日産いわき工場前	35.2km	14:00

●給水所

給水所	距離	スポンジ	水	アクエリアス	スペシャルドリンク	バナナ	梅干し	塩分タブレット	チョコ	パン	スペシャルエイド
スタート会場	0km		○			○					
第1給水所	5.0km		○	○							
セキショウグループ給水所 (第2給水所)	9.0km	○	○								
アルプスアルパイン給水所 (第3給水所)	13.9km		○	○		○	○	○			
アルプスアルパイン給水所 (第4給水所)	19.5km	○	○	○						○	○
第5給水所	22.4km		○	○							○
クリナップ給水所 (第6給水所)	25.2km		○								○
第7給水所	28.8km		○	○							
第8給水所	31.0km	○	○			○	○	○	○		○
第9給水所	34.5km		○	○							○
第10給水所	37.9km	○	○			○	○	○	○		○
第11給水所	40.2km		○	○		○	○	○	○		○
フィニッシュ地点	42.195km				○					○	

※10km・5kmの出場ランナーも給水所を利用できます。 ※スペシャルドリンクとして第7.11給水所ではコカ・コーラ、フィニッシュ給水所ではボディメンテ・リアルゴールドを提供します。
 ※スペシャルエイドでは、いわきの銘菓や特産物が楽しめます。詳細はP14～P15をご覧ください。
 [注意] ・給食物の数量に限りがございます。より多くの方が楽しめるよう各給水所ひとつずつお取ください。なお、人気の商品は品切れとなる可能性もございます。ご了承ください。
 ・なお、ご自身の判断で給水・給食を行ってください。給水所以外での給水・給食による体調不良等について、主催者は一切責任を負いません。

沿道応援情報

- 磐城高校応援団
応援団による応援
- 鹿島地区のみなさん
コース沿道での応援
- いわき市立湯本第一小学校 吹奏楽部
吹奏楽の演奏で応援
- 折戸・中之作議子会
大漁旗の掲揚と太鼓の演奏で応援
- 江名地区のみなさん
大漁旗の掲揚と太鼓の演奏で応援
- いわき市健康歩く会
コース沿道歩きながら応援
- 株式会社エモーション
エレクトーン演奏で応援

沿道応援情報

- いわき東ライオンズクラブ
エイドの提供
- 東北電力ネットワーク株式会社 いわき電力センター
東北電力株式会社 いわき発電技術センター
コース沿道での応援
- 磐城桜が丘応援団・チャリディング部
応援団による応援
- クラッパステアリーダーズ
チアガールズの応援
- いわきトライトレイル
ドリンクの提供
- 福島大学 食農学類
ドリンクの提供
- 第一三共株式会社
エイドの提供
- 泉嶺子会
太鼓の演奏で応援
- 日産自動車(株) いわき工場
エイドの提供、コース沿道での応援
- 一打の会
太鼓の演奏で応援
- いわきトレーナー協会
マッサージやケア方法のアドバイス
- 福島県鍼灸師会
鍼灸、マッサージ
- Kirei! bust sail
マッサージ

●給水所ネーミングライツ

右記の給水所は、給水所運営に多大な協力をいただいていることから、企業名やブランド名を給水所につけていただいております。

- 第2給水所 セキショウグループ 様
- 第3・4給水所 アルプスアルパイン株式会社 様
- 第6給水所 クリナップ株式会社 様