奈良マラソン参加のご案内

ミニ奈良マラソン



ランナー受付

場所・日時

ロートフィールド奈良前（奈良市鴻ノ池陸上競技場）
12月12日㊏ 10:00～13:10

- ランナー受付を行わないと出走できません。
- 上記時間外の受付は一切行いません。

持参する物

アスリートビブス引換証

❶事前にEメールにて送付された「アスリートビブス引換証のご案内」記載のURLへアクセス。

エントリー時に登録いただいた緊急連絡先が変更となる方は、誓約書欄の登録変更フォーム（外部リンク）から変更後の緊急連絡先を登録してください。
誓約書を確認して引換証を発行。

※緊急連絡先は必ず当日連絡のつく方の電話番号を入力してください。

❷当日は引換証記載の参加者認証コードをスマートフォンで表示（スクリーンショットも可）させるか、印刷したものを持参。



▲引換証（紙）　▲引換証（スマホ画面）

受付方法（アスリートビブス引き換え）

- 受付窓口はアスリートビブスの番号別になっております。該当窓口で参加者認証コードを提示ください（代理受付は可能ですが、**代理出走はできません**）。
- 受付ではアスリートビブスセット（アスリートビブス・安全ピン・手荷物袋シール）、手荷物袋等をお渡しします。

- アスリートビブスをつけないと出走できませんのでご注意ください。

大会スケジュール

12月12日㊏

10:00	ランナー受付開始
	奈良マラソン2026 EXPOオープン
11:00	【開会式】 （場所：EXPO内イベントステージ） ●主催者あいさつ　●招待選手紹介 ●出場選手代表者 選手宣誓
12:00	更衣所・手荷物預かり所開場
12:50	ランナー整列開始
13:10	ランナー受付終了
13:15	ランナー整列終了
13:25	入場開始
13:35	有森裕子さんと柏原竜二さん、NARA-Xのウォーミングアップ
14:00	ミニ奈良マラソン スタート
15:00	ミニ奈良マラソン 競技終了
15:30	更衣所・手荷物預かり所閉場
20:00	EXPO終了 ※12月13日㊐もEXPOは開催しています。

奈良マラソン2026

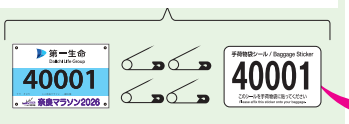
https://www.nara-marathon.jp/

コース図・会場図（12月12日㊏）

受付窓口で受け取る物

アスリートビブスセット

透明ビニール袋にセットされています。



1枚　安全ピン（4本）　手荷物袋シール

※ミニ奈良マラソンは非計測のため、計測チップはありません。
※ペアリレーの部は2セットずつ入っています。



たすき　要返却
※ペアリレーの部のみ

※参加賞マフラータオルはフィニッシュ後にお渡しします。

手荷物袋

（45L透明ポリ袋）



手荷物袋にしっかり貼り付けてください。

オリジナル片リュック



※大会プログラムは今年からデジタル版となりました。大会ホームページで12月初旬の公開を予定しています。印刷版は数量限定でEXPO内の大会オフィシャルブースにて販売予定です。

アスリートビブス（ゼッケン）

競技場内への入場時、更衣所・手荷物預かり所の利用時にアスリートビブスの提示が必要です。

着用方法

- ミニ奈良マラソンのアスリートビブスは1枚です。レース中、正面からはっきり見える位置（胸部）に走行時に外れないようしっかりつけてください。
- アスリートビブスが見える服装で、レースに参加してください。

※アスリートビブスを他者に譲渡して出走させることは一切認めておりません。
※障がいのある方で、伴走者を伴う場合は、受付ヘルプデスク（ランナー受付横）で伴走者用ビブスをお渡しします。伴走者はビブスを着用の上、参加してください。レース後は、ビブスを総合案内に返却してください。
※アスリートビブス裏面に緊急連絡先等の情報をご記入ください。



更衣所・手荷物預かり所

入場には、アスリートビブスの提示が必要です！
また、ランナー以外の入場は出来ないのでご注意ください。

- **スタート前は、13:15までに退出してください。**
- 手荷物は、受付の際に配布した手荷物袋に入れ、手荷物袋シールを貼り付けて預けてください。袋の予備はありません。
- 手荷物は必ず1つにまとめてください。2つ以上の手荷物はお預かりできません。また、手荷物は余裕を持って早めに預けることをお勧めします。預けた後は再度取り出すことができません。
- 貴重品、精密機器、動植物、こわれものなどはお預かりできません。
- 手荷物、物品などの紛失について、主催者は一切責任を負いません。



セルフ体調チェック

※提出の必要はありません。

スタート前チェックリスト

公益財団法人日本陸上競技連盟医事委員会
2013.4.11改定

安全にレースを運ぶために、レース当日の体調をスタート前にチェックしましょう。下記項目(①〜⑧)の中で、1つでもあてはまる項目があれば、レース参加を中止するか、慎重にレースに臨んでください。

チェック項目	チェック
①熱がある、熱感がある。	
②疲労感が残っている。	
③昨夜の睡眠が充分にとれなかった。	
④レース前の食事や水分をきちんと摂れなかった。	
⑤かぜ症状(微熱、頭痛、のどの痛み、咳、鼻水)がある。	
⑥胸や背中の不快感や痛みがある。動悸・息切れがある。	
⑦腹痛、下痢がある。吐き気がある。	
⑧レース運びの見通しが立っていない。	

- 大会当日、ご自分の体調をチェックいただき、体調不良の場合は、無理をせず、出場を取りやめるようにしてください。
- レース中、体調に異常が感じられた場合はすみやかにレースを中止してください。その場合は大会スタッフに必ず申し出てください。
- 主催者として、以下に該当する方は、あらかじめ負荷心電図などによる心臓の検査を受診することをお勧めします。
  - ・学校検診や健康診断で心電図異常を指摘されたことがある方
  - ・以前に心臓の異常を指摘されたことがある方

  ※負荷心電図とは、運動をして心筋に負荷をかけ、心電図検査を行うことにより、安静時には発見されにくい異常を発見する検査です。
- 天候にかかわらず、脱水症予防の為、必ずスタート前に水分を摂ってください。
- 当日はマイナ保険証または資格確認書の持参をおすすめします。
- 救護所には、医師が待機して、応急処置を行います。体調不良の方は申し出てください。
- ラストスパートは急激に負担がかかる危険な走り方ですので、無理せず、笑顔で余裕を持ってフィニッシュしましょう。

NARA MARATHON 2026 Q&A

Q1 ランナー受付は、代理受付ができますか？

A 原則としてランナーご本人の受付をお願いしますが、代理人による受付も可能です。「アスリートビブス引換証のご案内」にしたがって発行された参加者認証コードを代理人に送り、ランナー受付にご提示ください。複数名分をまとめてお持ちいただくことも可能です。引換証発行の際には、必ずレース当日に連絡のとれる方を緊急連絡先として登録してください。
※ただし、代理出走はできません。 ※緊急連絡先とは出走中の体調不良等、緊急を要する場合の連絡先（近親者など）です。

Q2 アスリートビブス引換証の発行方法がわかりません。／発行できません。

A 大会前はエントリーセンターへお問い合わせください。当日、発行方法が分からない場合は受付のスタッフへ、スマートフォンやタブレット、パソコンをお持ちでなく、発行自体ができない方は「アスリートビブス引換証のご案内」のEメールをご提示ください。ロートアリーナ奈良1Fの受付ヘルプデスクへお越しいただき、発行手数料200円で印刷したものをお渡しします。

Q3 完走証は当日もらえますか？

A ミニ奈良マラソンの完走者には、当日、完走証（記録記載なし）をお渡しします。

Q4 手荷物を預ける袋のサイズ

A 45Lの透明のポリ袋で、お一人様１つのみのお預かりになります。貴重品、精密機器、動植物、こわれものなどはお預かりできません。

Q5 当日参加できなくなりました。参加賞だけでももらえませんか？

A ランナー受付の際、アスリートビブス引換券証の参加者証コードを提示いただければ、参加賞の引き換えが可能です（代理受付も可能）。ご来場が難しい場合、大会終了後にご請求いただいた方に料金着払いにてお届けします。**参加賞請求受付期間 12月14日㈰～ 2027年1月15日㈭** ※期間厳守。大会が近づきましたら、大会HPよりお知らせする参加賞請求フォームよりお申し込みください。

ご来場について

ロート奈良鴻ノ池パークの駐車場は利用できません。必ず公共交通機関をご利用のうえ、ご来場ください。
ロート奈良鴻ノ池パーク周辺の道路が渋滞しますので、自家用車等での送迎は固くお断りします。



バス（行き）12月12日（土）

- **JR奈良駅から**……路線バス〈高の原駅行き、加茂駅行き、梅美台循環外回り行き〉
  西口⑮のりば→市営球場下車　運賃 ￥250
- **近鉄奈良駅から**……路線バス〈高の原駅行き、加茂駅行き、梅美台循環外回り行き〉
  ⑬のりば→市営球場下車　運賃 ￥250
- **近鉄高の原駅から**…路線バス〈JR奈良駅西口行き〉 ❶のりば→市営球場下車　運賃 ¥490



お帰りについて

バス（帰り）12月12日（土）

- **JR奈良駅行き**…… 路線バス〈市営球場バス停、鴻ノ池バス停から（南行き）〉
  市営球場バス停等→近鉄奈良駅→JR奈良駅　運賃 ￥250
- **近鉄高の原駅行き**… 路線バス〈法蓮佐保山三丁目バス停から（北行き）〉
  法蓮佐保山三丁目→近鉄高の原駅　運賃 ￥450

その他の注意事項

⑴参加者の個人情報は本大会の運営に関わる用途以外には使用いたしません。ただし、記録の発表・表彰の際には、参加者の氏名・年齢・居住地・所属クラブ名を公表する場合があります。
⑵本大会は、関連するすべての法律を遵守します。
⑶競技に参加する際の服装に関する規定はありませんが、他のランナーの迷惑となる場合や、公序良俗に反すると主催者が判断した場合は、出走をやめていただく場合があります。
⑷主催者は、傷病などに関し、応急処置のみを行います。
⑸大会開催中の事故・傷病への補償は大会側が加入した保険の範囲内であることとします。
⑹年齢・性別の虚偽申告、申込者本人以外の出場（不正出走）は認めません。
⑺参加料の返金等は一切行いません。
⑻大会出場中の映像・写真・記事・記録等のテレビ・新聞・雑誌・インターネット等への掲載権は主催者に属します。
⑼主催者は、個人情報の保護法令を厳守し、参加者の個人情報を取り扱います。

上記の他、エントリー時の「奈良マラソン申込規約」、「個人情報の取り扱いについて」をご確認ください。

大会に関するお問い合わせ

- **奈良マラソン実行委員会事務局**
  ＴＥＬ　0742-81-8752
  受付時間　9:00～17:00（土・日曜、祝日は除く）※大会開催日は受付しています。
  住　　所　〒630-8113 奈良県奈良市法蓮町757 奈良県奈良総合庁舎
- **奈良マラソンエントリーセンター**
  ＴＥＬ　06-6305-6322
  受付時間　10:00～17:00（土・日曜、祝日は除く）

大会開催の決定について

災害・悪天候による大会の決行・中止の発表は、下記の日程と方法でおこないます。

発表方法
- **奈良マラソン大会ホームページ**
  https://www.nara-marathon.jp/
- **電話**【2026年12月12日（土）8:00以降自動音声案内で発表】
  050-3496-9947