

参加申込案内

# 海を走ろう

アクアラインの風によって



オフィシャルアドバイザー  
千葉 真子さん

## ちばアクアラインマラソン2024

車いすハーフマラソン  
マラソン ハーフマラソン

11/10 SUN  
9:45 START (車いすハーフマラソン)  
9:50 START (マラソン・ハーフマラソン)

インターネットから申し込み! ランナー募集期間  
2024 3/22 Fri 12:00 ~ 5/9 Thu 17:00



主催/千葉県、千葉県教育委員会 ■共催/千葉県市、袖ヶ浦市、木更津市教育委員会、袖ヶ浦市教育委員会、東京湾アクアラインを活用した地域づくり推進連絡協議会、中野観光推進ネットワーク協議会 ■企画/運営/ちばアクアラインマラソン実行委員会 ■主管/一般財団法人千葉県上総技術協会 ■運営協力/特定非営利活動法人東巴ナド上総技術協会 ■後援/スポーツ庁、公益財団法人千葉県スポーツ協会、千葉県スポーツ推進委員会、一般社団法人千葉県障がい者スポーツ協会、一般社団法人千葉県商工会議所連合会、千葉県商工会連合会、千葉県中小企業団体中央会、一般社団法人千葉県経済協議会、一般社団法人千葉県経営者協会、千葉県経済同友会、公益社団法人千葉県観光物産協会、千葉県農業協同組合中央会、千葉県漁業協同組合連合会、一般社団法人千葉県バス協会、一般社団法人千葉県医師会、公益社団法人千葉県看護協会、東日本高速道路株式会社関東支社、株式会社千葉日報社、千葉テレビ放送株式会社、株式会社ベイエム、国土交通省関東運輸局千葉運輸支局、国土交通省関東地方整備局千葉国道事務所、首都高速道路株式会社

この冊子は、古紙リサイクル率60%再生紙を使用しています。石版印刷による印刷です。

## ちばアクアラインマラソン ワンポイントアドバイス



オフィシャルアンバサダー  
神野 大地さん

ちばアクアラインマラソンは、コースの最後までアップダウンが待ち構えるタフなコース設定になっています。このようなコースを走る時に必要なことは何か、オフィシャルアンバサダーの3人がお答えします。



オフィシャルアンバサダー  
大迫 あゆみさん

オフィシャルアンバサダー  
たむじよーさん

Q 上り坂の攻略方法は何かありますか?

A

上り坂のコツは、あまり力まないことです。顔がきつくなると肩周りにも力が入り疲労にもつながります。上りの時こそ、普段の力感で走ることが一番大切です。あとは、目線がポイントです。傾斜があるので5メートル先を見るのがコツ。上りだと上を見る方が多いのですが呼吸が入りづらくなったり重心が後ろにいきやすいので気をつけてください!



Q 初心者のランナーはマラソン本番までにどう練習をすればいいですか?

A

まずは走る習慣をつけましょう!そして目標タイムから逆算して考えていくことをおすすめします。歩いてもいいので1日30分身体を動かす!慣れてきたら歩かず走る!更に慣れたら1時間走る日を作る!など、無理のない範囲でコツコツやりましょう!本番1か月前に30kmを目標ペースで走れるように身体を作っていれば合格だと思います!



Q 練習や試合で疲れた時におすすめの食料や食材は?

A

疲労回復のためには様々な栄養素をバランス良く摂るのが大前提ですが、特に疲れを感じた日には「お酢」を使った料理を取り入れるのがおすすめです。もし内臓まで疲労して固形物の消化に不安がある場合は、お酢を使ったスムージーにするなど取り入れ方を工夫してみてください。



### ちばアクアラインランナーズが大会を盛り上げます!

10名の人気ランニング系インフルエンサーたちが千葉県内、県外でランニングセッションを開催。本番直前まで延べ50回程度を予定しています。マラソン大会にエントリーして、大会公式HPをチェック!好きなランナーズのランニングセッションに申し込もう!素敵なアドバイスがもらえるかも!?

 現状打破 総務課長 M高史	 トータルビューティ ランナー まからん	 福岡ランニング インフルエンサー きゃっするひとみ	 タレント 福島 和可菜	 ウルトラランナー 尾藤 朋美
 プロランナー くれいじーから	 タレント× パーソナルトレーナー 坪井 ミサト	 日本一愉快な 応援ランナー さやび	 マルチアスリート 陣在 ほのか	 カウンセラー ばつこ



【海を走ろうアクアラインの風によって...】  
正に、海の上を走る海上マラソンです!世界中を走ってきた私でさえ、青い空白い海が360度広がるその光景に圧倒されました!!マラソン未経験者でも、当選してから練習を開始すれば十分完走を目指せます。やる気とチャレンジ精神で、マラソンの世界へ新たな一歩を踏み出そう!

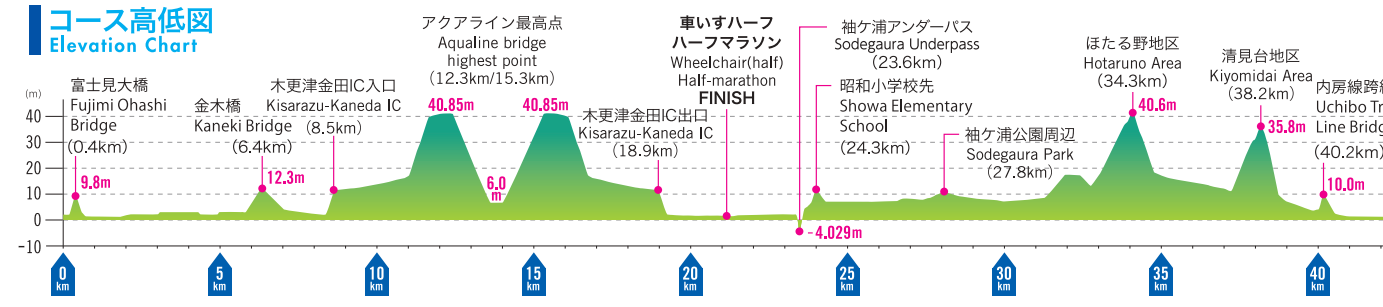
オフィシャルアドバイザー  
千葉 真子さん

みなさまのエントリーをお待ちしております!  
2024 CHIBA AQUA LINE MARATHON  
詳細は大会公式ホームページをご覧ください。  
<https://chiba-aqualine-marathon.com/>

大会の情報を配信しています。ぜひご登録ください!



※強風等で、東京湾アクアライン橋梁部が走行不能と実行委員会が判断した場合は、強風時短縮コースで行います。マラソンは、チャレンジラン31.4km、ハーフマラソン・車いすハーフマラソンは、チャレンジラン10.3kmのコースに変更します。  
※今後、道路の形状変更等の事情により、コースの一部を変更する可能性があります。



会場までの交通機関  
JR内房線木更津駅西口より徒歩約20分  
<JRをご利用の方> 東京駅-木更津駅 特急 約60分、快速 約80分  
<高速バスをご利用の方> 東京方面-木更津 約60分  
※東京湾アクアライン交通規制時間中(8:30~13:30)は、運行しません。



開催日時

令和6年11月10日(日)

日程

9:45	スタート(車いすハーフマラソン) ※短縮マラソン開催時 10:25
9:50	スタート(マラソン・ハーフマラソン同時) ※短縮マラソン開催時 10:30
10:55	車いすハーフマラソン競技終了
13:10	ハーフマラソン競技終了
16:00	マラソン競技終了

種目・定員・制限時間

種目	定員	制限時間
マラソン (42.195km)	12,000人	6時間10分(スタート号砲から)
ハーフマラソン (21.0975km)	両種目合わせて 5,000人	3時間20分(スタート号砲から)
車いすハーフマラソン (21.0975km)	※車いすハーフマラソンは 10人程度を目安とします。	1時間10分(スタート号砲から)

コース

マラソン

スタート 潮浜公園前(木更津市)

<通過地点> 木更津金田IC、海ほたる、三井アウトレットパーク木更津、袖ヶ浦市役所、袖ヶ浦公園、ほたる野、清見台

フィニッシュ 旧木更津市役所

ハーフマラソン・車いすハーフマラソン

スタート 潮浜公園前(木更津市)

<通過地点> 木更津金田IC、海ほたる、三井アウトレットパーク木更津

フィニッシュ 牛込海岸

※全ての種目において、強風等によりアクアライン橋梁部が走行不能と実行委員会が判断した場合は、一般道のみ短縮マラソン(チャレンジラン)のコースに変更します。マラソンは31.4km、ハーフマラソン・車いすハーフマラソンは10.3km。

参加資格

- 平成18年4月1日以前に生まれた者で、制限時間内に完走できる者とする。
- 車いすハーフマラソンはレース仕様の車いすでの参加に限ります。
- マラソン、ハーフマラソンへの参加希望者で、単独走行が困難な障害のある方は、伴走者(介護者)を同行させることができます。ただし、伴走者は参加者が手配することとします。(盲導犬の伴走は不可)

チャリティ

千葉県スポーツやパラスポーツ活動の振興を図ることや様々な医療活動への支援を目的として、チャリティを実施します。

(1) 参加方法

- ランナーチャリティ  
申込時にチャリティ希望を選択。参加料とは別に500円の寄附となります。ペア及び団体戦を希望する場合は、グループ全員での参加となります。

(2) チャリティ枠(先着50人)

申込時に「チャリティ枠」を選択し、参加料とは別に5万円以上を寄附することにより出走権が付与されます。寄附者以外の方へ出走権を譲渡することも可能です。

※チャリティ枠に参加された方は、寄附先を下記より選択することができ、寄附先の証明により、税制上の優遇措置が受けられます。

(2) 寄附先

- 千葉県スポーツ振興基金(公益財団法人千葉県教育振興財団)  
千葉県のスポーツ団体や市町村等が行うスポーツ振興事業やレクリエーション活動等に活用されます。
- 令和6年能登半島地震災害義援金(日本赤十字社千葉県支部)  
被災都道府県が設置する義援金配分委員会へ、全額をお送りします。  
※寄附先は被災地全域への寄付を予定しています。

表彰

- マラソン
- 男女各1位～8位を表彰します。
  - 年代別の男女各1位～3位を表彰します。
  - 団体戦1位～3位を表彰します。
  - 市町村対抗戦1位～8位を表彰します。  
※県内の市町村から推薦されたランナーによる「市町村対抗戦」を実施。

ハーフマラソン

- 男女各1位～8位を表彰します。
- 年代別の男女各1位～3位を表彰します。

車いすハーフマラソン

- 男女各1位～3位を表彰します。

※各区分の1のうち、1位～3位については、表彰式で表彰を行います。他の入賞者については、後日賞状を郵送します。

競技規則及び諸注意

- 2024年度日本陸上競技連盟競技規則及び本大会規程によります。
- 強風、不慮の事故、自然災害、感染症等で、主催者の判断により大会中止・コース変更することがあります。
- 参加者の安全のため、時差スタート・関門閉鎖時間・救護所・給水所を設けます。
- レース中は、大会審判員等の大会運営員の指示に従うこととします。

健康管理

- 参加者は各自の責任において健康を管理し、必要に応じてあらかじめ医師の健康診断を受けて御参加ください。
- 主催者は、傷病、その他の事故に際しての応急処置を除き、一切の責任を負いません。
- コースは起伏に富んでおりますので、大会参加に当たり、十分なトレーニングを積んだ上、御参加ください。特に、33km過ぎからの坂は要注意です。コースマップ下の「コース高低図」を御確認ください。

関門制限

交通・警備、競技運営上、関門閉鎖時刻を設けます。また、関門以外においても著しく遅れた場合は、競技を中止していただきます。

関門	場 所	距 離	マラソン・ハーフマラソン閉鎖時刻	車いすハーフマラソン閉鎖時刻	短縮マラソン実施時閉鎖時刻(車いす)
	スタート(潮浜公園前)	0.0km	10:17	9:45	10:57(10:25)
1	アクアライン入口交差点	8.3km	11:24	10:12	
2	海ほたる	13.9km	12:09	10:30	
3	アクアライン橋梁部	16.5km	12:30	10:39	
4	アクアライン出口交差点	19.2km	12:51	10:47	12:06(11:52)
	ハーフマラソンフィニッシュ(牛込海岸)	21.0975km	13:10	10:55	12:22(11:05)
5	袖ヶ浦アンダーパス出口	23.8km	13:28		12:44
6	袖ヶ浦高校	25.6km	13:43		12:58
7	十日市場交差点	32.0km	14:35		13:51
8	君津学園先交差点	36.6km	15:13		14:28
9	J.A木更津市本店	39.4km	15:36		14:51
	マラソンフィニッシュ(旧木更津市役所)	42.195km	16:00		15:20

※関門の場所については、変更場合があります。

( )は車いす閉鎖時刻

申込方法



大会公式ホームページ

インターネットによる申込みとなります  
大会公式ホームページ <https://chiba-aqualine-marathon.com/>

一般枠及び各特別枠専用のエントリーページにアクセスしてください。  
特別枠は先着順となりますので、事前にスポーツエントリー (<https://www.sportsentry.ne.jp/>) への利用者登録を済ませておくことをお勧めします。

参加料	入金方法	入金手続
マラソン 16,500円	クレジットカード 又は コンビニ決済	① 当選者は指定の期日までに所定の方法で参加料等の入金手続を完了してください。 ② 指定の期日までに入金手続が完了しない場合、当選は無効となります。 ③ インターネットでの決済時にかかるシステム利用料(合計額の5.3%)は申込者の負担となります。また、支払方法に応じて別途振込手数料がかかる場合があります。 ④ グループ申込みの当選者は、代表者が人数分の合計額を一括してお支払いください。
ハーフマラソン 車いすハーフマラソン 13,500円		

申込みから大会参加までの流れ

一般枠の募集期間 3月22日(金) 正午 ~ 5月9日(木) 午後5時

一般枠

3月22日(金) 正午から 申込開始(抽選)

<申込区分>

- マラソン・ハーフマラソン  
(ア) 個人エントリー  
(イ) ペアエントリー(2人、男女の別は問いません)  
(ウ) 団体戦エントリー(3~6人、マラソンのみ)
- 車いすハーフマラソン  
(参加者に対して、専用の無料駐車場を用意します)

注意事項:ペア及び団体戦のエントリーについて

- 代表者は必ず、グループ全員の了承を得てください。
- 代表者がグループ全員の登録情報をあらかじめ確認の上、申込みください。
- グループ全員、同一種目での申込みとなります。なお、抽選の場合、当落はグループ一括となります。

5月9日(木) 午後5時 申込締切

5月31日(金)以降(予定) 抽選結果発表

当選者には入金案内メールを送信します

<参加者の決定>

- 申込者数が募集定員を超えた場合は抽選となります。
- 抽選結果はスポーツエントリーのマイページ<エントリー履歴>にて御確認ください。
- ペア及び団体戦の抽選結果は代表者がスポーツエントリーのマイページ<エントリー履歴>にて、御確認ください。

6月12日(水)予定 参加料入金締切

スポーツエントリー マイページ(エントリー履歴)で確認

10月上旬予定 参加に関するご案内

大会公式HPにて参加案内を掲載  
参加案内やナンバーカード等は10月上旬(予定)に事前送付します。

特別枠

3月22日(金) 正午から 申込開始(先着順)

申込の締切は枠ごとに日程が異なります

番号	枠の名称	対象・内容等	定員(フル)	定員(ハーフ)	募集期間(令和6年)
①	アスリートランナー枠	対象期間内に開催された大会で設定時間をクリアした方が対象です。 【対象期間】令和4年11月6日~令和6年3月29日【設定時間】男性3時間30分以内、女性4時間以内 ※上記要件の確認のため、エントリー時に登録証の写真データの添付が必要でです。 ※虚偽申告があった場合は、失格又は、スタートブロックの配置換えを行います。	600人	—	3月22日(金)正午~5月9日(木)午後5時
②	パラ・スポーツ枠	障害者手帳・療育手帳等をお持ちの方が対象です。 ※伴走者を同行させる場合、エントリー時に忘れずに申込みください。	25人	25人	3月22日(金)正午~5月9日(木)午後5時
③	マラソンチャレンジ枠	【初マラソン完走】を目指す、マラソン未経験者やランニング初心者対象です。 ※最後尾ブロックからのスタートとなります。 ※ランニングクリニック申込者(118人)には、出走権を付与しています。	82人	—	3月22日(金)正午~5月9日(木)午後5時
④	チャリティ枠	チャリティの趣旨に賛同し、5万円以上を寄附された方が対象です。(参加料が別途必要です) ※寄附者以外の方へ出走権を譲渡することも可能です。 ※「チャリティ」の項を参照してください。	25人	25人	3月22日(金)正午~5月17日(金)午後5時
⑤	宿泊プラン枠	出走権と千葉県内宿泊施設の宿泊代金をセットにした枠です。(参加料が含まれます)	350人	350人	3月22日(金)正午~6月28日(金)午後5時
⑥	海外ランナー枠	海外在住の外国籍の方が対象です。	200人	200人	3月22日(金)正午~5月9日(木)午後5時

参加料入金締切

※入金手続後、申込み完了となります。

11月10日(日) 大会当日

- 大会前日及び当日の受付手続は不要です。
- 海外ランナー枠の方は、当日受付を行います。

海外交流

当大会は、台湾で開催されるマラソン大会と交流しています。完走者の中から、台湾のマラソン大会へ派遣する場合があります。(若干名)

個人情報の取扱い

- 主催者は個人情報の重要性を認識し、個人情報の保護に関する法律及び関連法令等を遵守し、主催者の個人情報保護方針に基づき、個人情報を取り扱います。大会申込者へのサービスの向上を目的とし、参加案内、記録通知、関連情報の通知、大会協賛・協力・関係団体からのサービスの提供に利用します。また、主催者又は委託先から申込内容に関する確認連絡をさせていただくことがあります。
- 大会に関する映像・写真・記事・申込者の氏名、年齢、住所(国名、都道府県名又は市区町村名)等のテレビ・新聞・雑誌・インターネット等への掲載権と肖像権は主催者に属します。
- 個人情報の取得、保健所・医療機関への提供も含め、主催者が行う感染症対策に協力していただく場合があります。

その他

- 主催者は、以下の事項について、一切の責任を負いません。  
① 主催者の責にやらない疾病・傷病・事故等。  
② 主催者の責にやらない物品等の紛失及び毀損。  
③ 公共交通機関及び道路事情等による遅刻。
- 手荷物預かり所を設置します。ハーフマラソン参加者の手荷物は、ハーフフィニッシュ会場(牛込海岸)へ搬送し、返却します。また、マラソン参加者の手荷物は、マラソンフィニッシュ会場での返却となり、返却場所の変更はできません。
- 大会会場(コースを含む)に広告目的で、企業名・商品名等を意味する図案、商標などを表示したり身につけたりすることはできません。
- 主催者が認める団体について、写真等の委託販売を行うことがあります。
- 健康を害するような仮装又は主催者がこれに該当すると判断した場合、大会へ参加することはできません。
- 上記の他、大会に関する事項については大会主催者の指示に従ってください。
- 大会に関する最新情報は、ちばアクアラインマラソン2024大会公式ホームページにて随時掲載していきますので、定期的に御確認ください。

※記載の一般枠、特別枠の他、木更津市、袖ヶ浦市、君津市、富津市では、ふるさと納税枠を設けています。詳細は各市ホームページを御確認ください。

一般枠及び特別枠①~④の申込方法に関する問合せ先

ちばアクアラインマラソン 2024 エントリー事務局 (スポーツエントリー内)

TEL:0120-711-951 [10時00分~17時00分(土日、祝日を除く)]

スポーツエントリー お問合せフォーム (<https://www.sportsentry.ne.jp/inquiry>) (随時受付)

特別枠⑤の申込方法に関する問合せ先

ちばアクアラインマラソン 2024 宿泊プラン枠ランナー事務局 (JTB) Eメール: [chiba-aqualine\\_jtbdesk@jtb.com](mailto:chiba-aqualine_jtbdesk@jtb.com)

ちばアクアラインマラソン 2024 宿泊プラン枠・インバウンド事務局(クロスブレイス) Eメール: [info@crossbrace.co.jp](mailto:info@crossbrace.co.jp)

特別枠⑥の申込方法に関する問合せ先

ちばアクアラインマラソン 2024 海外ランナー事務局 (スポーツエントリー) <https://www.sportsentry.ne.jp/inquiry/en>

大会全般に関する問合せ先

ちばアクアラインマラソン 2024 大会運営事務局 (株式会社I&S BBDO内)

〒104-6039 東京都中央区1-8-10 晴海トリトンスクエアX

Eメール: [info@chiba-aqualine-marathon.com](mailto:info@chiba-aqualine-marathon.com)

大会公式ホームページ URL: <https://chiba-aqualine-marathon.com/>

ちばアクアラインマラソン申込規約 <必ず御確認ください>

参加者は下記の申込規約に同意の上、申込みください。

- 入金手続完了後のキャンセル・返金はできません。
- 年齢・性別・記録等の虚偽申告、申込者本人以外の参加(不正出場)の場合は、出場を取り消します。
- 天候事案、自然災害その他主催者の責にやらない事案による中止の場合、参加料等の返金は一切行いません。
- 過剰入金・重複入金の返金はいたしません。
- 主催者は個人情報の保護法令を遵守し、参加者の個人情報を取り扱います。
- 同一人物によるマラソンとハーフマラソンへの重複申込み及び個人エントリーとペアエントリー・団体戦エントリーとの重複申込みは落選となりますので御注意ください。
- 募集期間内に申込登録内容の変更がある場合は、各問合せ先へ御連絡ください。
- 募集期間終了後の申込登録内容の変更や団体戦エントリーの参加人数の変更及びキャンセルはできません。申込登録内容に問題がある場合のみ、事務局から、御登録いただいたメールアドレス又は、電話番号宛に問合せをすることができます。
- 申込応募状況・抽選結果の問合せ、照会等はできませんので御了承ください。
- 抽選結果について  
① スポーツエントリーのマイページ<エントリー履歴>より御確認ください。令和6年5月31日(金)以降、抽選結果や入金案内についてメールを送信します。  
② 入金手続期間終了後、入金手続完了者が定員に達しない場合は、追加募集(先着順)についてお知らせする場合があります。なお、御登録いただいたメールアドレス又は宛先不備での通知不着・未着について、再確認はしませんので、御了承ください。

(11) 大会での代理出走、権利譲渡(チャリティ枠を除く)はできません。こうした行為が判明した場合は、失格とします。その場合、主催者はいかなる補償もいたしません。返金もいたしません。

(12) インターネット回線の不具合などによる申込みの遅れについて、主催者は一切の責任を負いません。

(13) 申込みの際、御利用の端末機、OS、ブラウザソフトによっては申込みできないことがあります。

(14) 申込み時に必要な項目は、次のとおりです。  
氏名・性別・生年月日・国籍・住所(送付先)・電話番号(日中の連絡先)・E-mailアドレス・申込種目の過去の参加経歴(大会名・記録等)・フィニッシュ予想タイム・伴走者の有無(有の場合はその理由)・緊急連絡先等(TEL、氏名、続柄)

(15) 参加料等領収書の発行はいたしません。