

# すぎなみ名物ファミリー駅伝参加申込書

FAX No. 03-5305-6162

- 注意**
- ▶赤枠内は必須項目です。必ず記入してください。(未記入がある場合は、受付となりません)
  - ▶申込書の控えを必ず作成し、お手元に保管してください。
  - ▶FAXでの申込は、必ず事務局へ着信確認の連絡をしてください(事務局：03-5305-6161)

受付 番号	
----------	--

チーム名	ふりがな	
	チーム名	
申込代表者	ふりがな	
	氏名	
	〒	住所
	連絡先 TEL	
宣言タイム	分	秒 (30分以内) ※秒まで記入してください
チームプロフィール	あなたのチームはどんなファミリーですか？	

出走NO.	周回数	ふりがな 氏名	電話番号 住所	年齢	参加者 プロフィール	ふりがな 伴走者氏名
1			電話	歳		
2			電話	歳		
3			電話	歳		
4			電話	歳		
補欠			電話	歳		

トラック・大回り 走る方に●	1 週目	2 週目	3 週目	4 週目	5 週目	6 週目	7 週目	8 週目	9 週目	10 週目	11 週目	12 週目	13 週目
トラック 150m (7周)													
大回り約 520m (6周)													
出走 No.	1												4

### ▼記入例

出走No.	周回数	ふりがな 氏名	詳しい競技方法については、開催要項をご覧ください												
1	4周	かめ男	▶出走は1名1回です。												
2	3周	うさ子	▶4名でトラック150m(7周)+大回り520m(6周)計13周を走ります。												
3	2周	ピョン太	例えば……												
4	4周	ピーコ	1名が1周を走り、残りの12周を3名で分け合って走ることもできます。												
			▶伴走が必要な方は、伴走者の欄に伴走者名を記入してください。												
			▶補欠欄は必要なチームのみ記入してください。												
			補欠は、走ることでなくなった走者の出走順・周回数を走ります。												
	周回数		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
	トラック 150m				●		●	●	●	●	●				●
	大回り 520m		●	●		●						●	●	●	
	出走 No.		1	1	1	1	2	2	2	3	3	4	4	4	4
			カメ男			うさ子			ピョン太			ピーコ			

皆さまの参加をお待ちしております

応募の際にお寄せいただいた個人情報は、当大会の目的以外に使用することはありません。大会終了後に速やかに破棄します。

# 第23回 すぎなみ名物 ファミリー駅伝

## 令和7年2月23日(日)

**家族でなくてもOK!**

「ファミリー」という言葉には、「家族のようなグループ」という意味もあります。友達や職場の仲間など、いろいろな仲間で作って参加してください!

**宣言タイム制だから大丈夫!**

宣言タイム制は、ゴール予想申告タイムと、実際のタイムとの誤差の少なさにチャレンジします!

**スタッフとして参加したい!**

選手だけでなく、スタッフとしての参加も大歓迎です。ひとりでも多くの区民の方にいろいろな形で参加していただくことを目指しています。

## 参加チーム & スタッフ募集

主催 公益財団法人杉並区スポーツ振興財団  
後援 杉並区  
主管 すぎなみ名物ファミリー駅伝実行委員会

お申込・問合せ 公益財団法人杉並区スポーツ振興財団 事業係  
〒166-0004 杉並区阿佐谷南1-14-2 みなみ阿佐ヶ谷ビル8階  
TEL 5305-6161 FAX 5305-6162



## 開催要項

子どもも大人もいっしょに楽しんで走る駅伝です。  
当日のゴール予想タイム(30分以内)を申告していただき、その予想タイムを目標に走ります。

### 日時

令和7年2月23日(日)  
受付 11:30~11:50 会場内にて受付  
開会式 12:00  
閉会式・表彰式 15:30  
大会終了 16:00  
※スケジュールは変更になる場合があります

### 会場

蚕糸の森公園運動場(和田3-55-49)

### 参加資格と定員

- ①区内在住・在勤・在学の方を1名以上含む4人グループ(補欠1名可)
- ②男女の比率・子どもと大人の比率は問いません
- ③定員60チーム程度

### 競技方法

- ①1チーム4人による駅伝(補欠1名可)
- ②出走順に決まったコース・周回を回る駅伝リレー
- ③トラック(150m)7周+大回りコース(520m)6週の合計13周。アンカーのみゴールまで40m長く走る。合計4.2kmを4名でリレーし、たすきをつなぐ。
- ④チーム内で、選手の出走順と周回数を設定(事前申告)。選手の出走は1名1回まで。

※チーム内で無理せず走れる各メンバーの距離を考えて出走順を決めてください。

- ⑤宣言タイム制(30分以内)。ゴール予想タイムを申し込み時に申告し、実際のタイムと予想タイムの差により順位を決定します。優勝、準優勝、3位を入賞とします。時計、携帯電話など、時間を計測できるものを持って走ることはできません。走者に対してタイムに関するアドバイス等もできません。
- ⑥伴走は原則禁止。ただし、障がい者、幼児の場合は可とします。
- ⑦補欠出場の場合は、交代する選手の出走順を走ります。

### 表彰

予想したタイム(宣言タイム)と実際のタイムの誤差の少ない順に、上位3チームを表彰。参加賞(全チーム)、記録証(全チーム)、特別賞もあります。

### 参加費

無料

### 保険

イベント開催中の事故・傷病の補償は主催者が加入する保険の範囲で対応します。補償内容については主催者にお問合せください。

## 申し込み方法

### 申込期間

12月2日(月)から1月10日(金)必着

※募集チームは60チーム程度です。申込多数の場合は、抽選とさせていただきます。当落はメーチャ日から1週間以内に、インターネットまたは郵送にてお知らせいたします。

▶裏面の参加申込書(FAX、郵送、持参)またはインターネットから申し込みできます。(WEB申し込み方法については下記参照)

### WEB申し込み方法

- 1 申し込みは予約サイトにアクセス  
<https://sports-suginami.resv.jp/>  
必要事項を入力して仮予約をします。



- 2 参加申込フォーマットに入力

登録のメールアドレスに参加申込書が送信されます。

営業時間外に仮予約された場合、参加申込書は翌営業時間内に送信されます。

▶参加申込書は杉並区スポーツ振興財団HPからもダウンロードすることができます。

▶参加申込書の赤枠の項目は必須項目です。赤枠全ての入力を済ませてから送信をしてください。

▶必須項目に入力漏れがあると、返信できない場合があります。

- 3 入力済み参加申込書を返信

入力済み参加申込書を下記のアドレスに送信してください。  
ssshonbu-jigyo@marble.ocn.ne.jp

- 4 事務局で申込内容を確認

申込内容の必要事項が全て揃っていることが確認されると、申し込みが確定します。

- 5 予約サイトから

申し込みが確定すると、申し込み受付完了のメールが送信されます。

- 6 参加者グッズが郵送されます

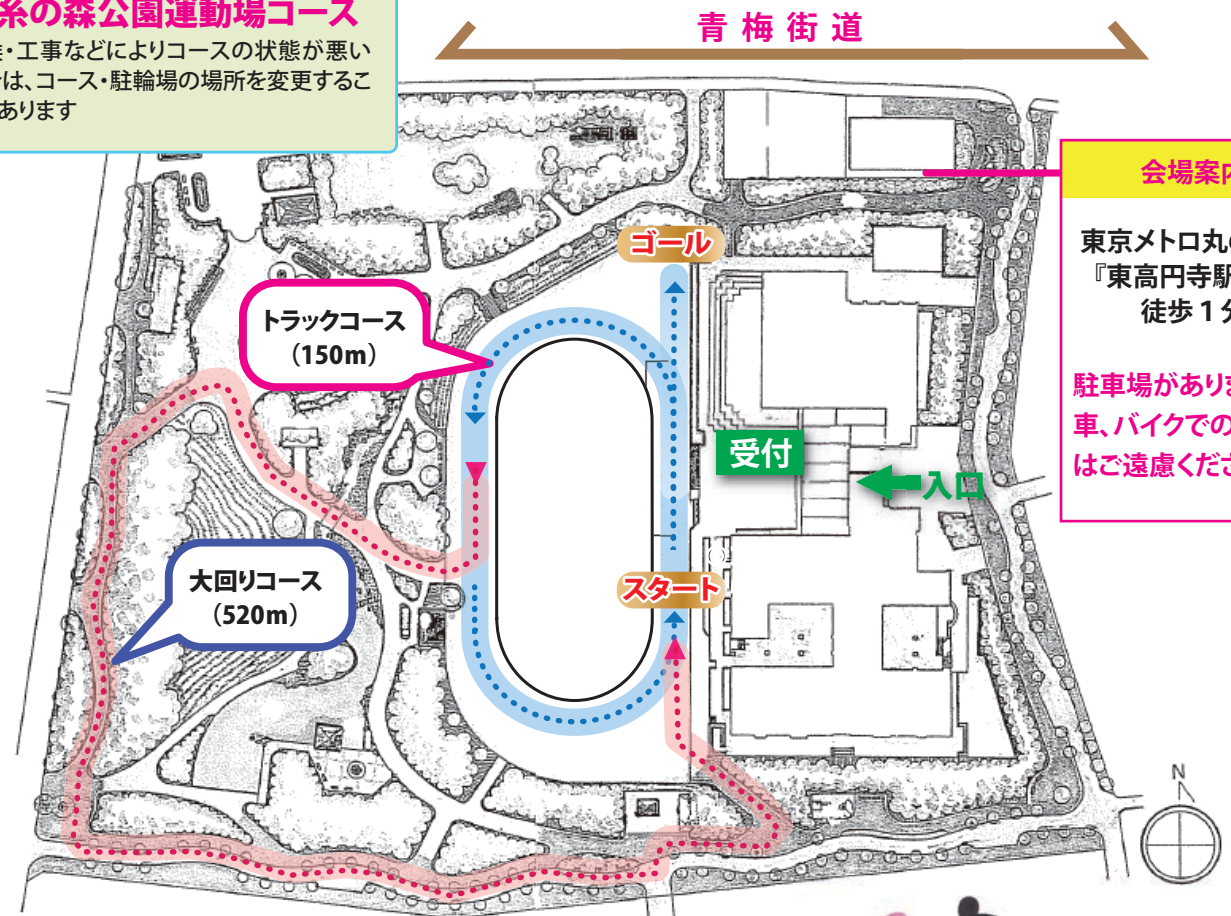
当選者には詳細資料、参加カード等を郵送いたします。

## 注意事項・・・ご確認ください。

- ①参加者以外の出走はできません。
- ②補欠の方が出走できるのは欠員がでた場合のみです。
- ③大会中、走者及び伴走者は時計及びそれに類するもの(時間の計測のできるもの)を持って走ることはできません。ゴール予想タイムを楽しみながら走ってください。
- ④走者に対してタイムに関するアドバイス等はできません。
- ⑤伴走者は連続して出走することはできません。
- ⑥大回りコースは、屈曲や道幅の狭いところがあります。大会当日大回りコースを走る選手の下見を行いますので、アナウンスがありましたらスタート地点に集合してください。
- ⑦大回りコースは、一般の散策者、歩行者等に十分注意して走ってください。
- ⑧参加者は、各自で健康管理をしてください。当日体調がすぐれない場合は参加を見合わせてください。
- ⑨走行中に身体に異常を感じたら、すぐ中止するようにしてください。万が一、ケガ等を負った場合は、主催者は看護師による応急処置のみを行います。
- ⑩当日は、全員で準備体操を行います。各自で十分なウォーミングアップを行ってください。
- ⑪参加者は、スタッフの指示に従ってください。スタッフが走行継続不可能と判断した場合には、走行を中止することがあります。
- ⑫会場内において私物、貴重品は各自において管理してください。更衣室はありません。
- ⑬会場付近には駐車場がないため、会場へは電車・バス等をご利用ください。

### 蚕糸の森公園運動場コース

天候・工事などによりコースの状態が悪い場合は、コース・駐輪場の場所を変更することがあります



### 会場案内

東京メトロ丸の内線  
『東高円寺駅』より  
徒歩1分

駐車場がありません。  
車、バイクでの来場  
はご遠慮ください。

### 当日スタッフ募集

当日スタッフとしてご協力していただける方を募集しております。(※18歳以上)  
1月10日(金)までに、表面記載の担当者までご連絡ください。