

古都クロスカントリー世界大会2023 開催案内 2023.12.24

「古都の子どもを育てる会」(目的：古都の子どもたちをふるさとの自然・文化・人々とのふれあいの中で心豊かにたくましく育てていく)主催による、古都宿の起伏に富んだ山道をめぐるマラソン大会を開催します。

対象：古都の子どもほか

- ・古都学区在住者、古都学区団体への参加者 (幼)・小・中・高・大人
ラン参加者数・・・約50名 予定 (2022年は36名参加)

参加申し込み：

- ・大会チラシやホームページ上のQRコードから申し込みください。
- ・**エントリー種目は「個人ラン」と「ファミリーラン」があります。**
 - ◎ **個人ラン**・・・個人で走ります
 - ◎ **ファミリーラン**・・・家族でいっしょに走ります

開催日時：2023年12月24日(日) 悪天候の場合中止、小雨決行

- ・8:30 開場(古都小学校：図工室ほか)、スタッフ集合
- ・9:15 受付開始
ゼッケンをつけて準備してください。各自、準備運動
- ・9:30 開会式(図工室) / 9:35～見守りスタッフ出発
開会挨拶：コース説明：
アップ、ランニング教室：
- ・9:50 走る組ごとに集合
- ・10:00 マラソンスタート(5～8人ずつスタート、3分間隔スタート)
スタート場所：北門横の道路より

コースに沿って、岡屋八幡宮までの約1.4キロメートルのマラソン
その後は、古都の景色を見ながら歩いて小学校まで戻る

- ・10:45 小学校に戻り、豚汁接待
- ・11:30 閉会式(表彰式、記録証渡し、閉会挨拶：)
- ・12:00 終了予定

古都クロスカントリー大会 2023 へのチャレンジ 案内

◎12/24(日)予定

9:15～受付(ゼッケンをつける)

9:30～開会式(図工室にて) コース説明、アップ、ランニング教室

10:00～5～8名ずつのグループでスタート(小学校北門の北側道路から)

- ・ 山頂の岡屋八幡宮までの約 **1.4** キロマラソン (ほとんど坂道)
- ・ ゴール地点で給水、その後は同行の大人スタッフと歩いて小学校に戻る
(途中、山の上から見える 古都ビュー をお楽しみください)
- ・ 豚汁接待 (古都栄養改善協議会)

11:30～小学校で閉会式

◎注意事項

- ・ 会場の古都小学校へは 徒歩か自転車でおいでください。
- ・ 着替え場所をもうけていませんので、走れるスタイルでおいでください。
- ・ **12/24** 当日はかなり冷えそうですので、各自で防寒対策をしてください。
- ・ マラソン時の服装は自由です。
- ・ 体調には十分気をつけていただき、カゼ症状などいつもと体調が違う場合は
欠場してください。

では、熱く楽しく古都クロカン ランニング、この冬一番の思い出に

「あの坂を～」走りましょー