

第11回千曲川ハーフマラソンの開催

第11回千曲川ハーフマラソンを開催します。

- 1.日 時 令和 7 年 11 月 23 日(日) 午前 9 時 00 分 スタート
- 2.主 催 千曲市・千曲川ハーフマラソン実行委員会
(構成団体：千曲市、NP0 法人千曲市スポーツ協会、NBS 長野放送、千曲陸上競技協会)
- 3.コース スタート・ゴール 戸倉体育館
千曲川右岸及び左岸を中心とするコース
- 4.種目等
 - ・ハーフマラソンの部
 - 定 員 1,600 名
 - 参加費 6,000 円
 - ・ファミリーマラソンの部
 - 定 員 100 組
 - 参加費 18 歳以上の保護者 1 名と小学生 1 名 3,000 円
18 歳以上の保護者 1 名と小学生 2 名 4,500 円
- 5.申込方法 ランネット及び郵便振替
- 6.申込期間 7月25日(金)～9月23日(火)
- 7.参 加 賞 大会オリジナル T シャツ・日帰り温泉施設無料入浴券
- 8.そ の 他
 - ・大会ゲスト スピードスケートオリンピック金メダリスト 小平奈緒さん
 - ・詳細は大会公式ホームページにて7月中旬から公開予定

本件に関する問い合わせ先

千曲市文化観光スポーツ部スポーツ課 スポーツ振興係 (課長)田中 (担当者) 中村
電話(代表)026-276-1731(戸倉体育館) メールアドレス spo@city.chikuma.lg.jp

開催要項

- 1.大会名 第11回千曲川ハーフマラソン
- 2.大会のポイント アップダウンが少なく、初心者でも走りやすいコースを千曲川と山並みを感じながら走ったあとは、千曲市の観光資源である戸倉上山田温泉で疲れを癒してもらう。
- 3.主催 千曲市
千曲川ハーフマラソン実行委員会
(構成団体:千曲市/NPO 法人千曲市スポーツ協会/NBS 長野放送
/千曲陸上競技協会)
- 4.共催 千曲商工会議所/戸倉上山田商工会/(一社)科野青年会議所/
戸倉上山田温泉旅館組合連合会
- 5.後援 長野県/信濃毎日新聞社/(株)信州ケーブルテレビジョン/しなの鉄道(株)/
(一社)信州千曲観光局
- 6.協力 千曲警察署/千曲建設事務所/千曲川河川事務所戸倉出張所/
千曲坂城消防本部/千曲医師会/千曲市スポーツ推進委員会
- 7.開催日時 2025年(令和7年)11月23日(日)
午前8時30分 開会式
9時00分 ハーフマラソンの部スタート
9時20分 ファミリーマラソンの部スタート
- 8.会場 戸倉体育館(スタート・ゴール)
- 9.コース 千曲市内の千曲川右岸および左岸を中心とするコース
- 10.種目
・ハーフマラソンの部(21.0975km)
①39歳以下男子の部 ⑥39歳以下女子の部
②40～49歳男子の部 ⑦40～49歳女子の部
③50～59歳男子の部 ⑧50～59歳女子の部
④60～69歳男子の部 ⑨60～69歳女子の部
⑤70歳以上男子の部 ⑩70歳以上女子の部

・ファミリーマラソンの部(2km)
- 11.制限時間 ・ハーフマラソンの部 3時間 ・ファミリーマラソンの部 20分
- 12.参加資格 ・ハーフマラソンの部
18歳以上(高校生除く)で制限時間内に完走できる方

・ファミリーマラソンの部
18歳以上の保護者と小学生のペアで制限時間内に完走できる方
※保護者1名に対し小学生2名まで参加可能。
※親子でなくても参加可能。

13.参加定員	・ハーフマラソンの部 1,600人	・ファミリーマラソンの部 100組
14.参加費	・ハーフマラソンの部 6,000円	・ファミリーマラソンの部 3,000円 (3名の場合は4,500円)
15.参加申込	ランネットまたは郵便振替	
16.申込期間	令和7年7月25日(金)～9月23日(火) ※定員に達し次第締め切り	
17.表彰	・ハーフマラソンの部 総合男女各1～8位 各年代男女各1～8位 ※総合の部のみ当日表彰 ・ファミリーマラソンの部 総合1～8位 当日表彰	
18.特別賞	・遠来賞2名(南北)	・先輩ランナー賞2名(男女)
19.記録	Web発行・希望者には郵送	
20.参加賞	大会オリジナルTシャツ・日帰り温泉無料入浴券	
21.收容関門	3.78km(冠着橋手前)・・・9:40(40分) 7.79km(更埴中央公園)・・・10:15(75分) 14.62km(第4給水所手前)・・・11:15(135分) 18.44km(第5給水所手前)・・・11:45(165分)	
22.給水所	5カ所設置	
23.救護所	4カ所設置	
24.競技規則	2025年度日本陸上競技連盟競技規則並びに本大会の申し合わせ事項による	

COURSE MAP コースマップ

開催日 & 関門閉鎖時間

2025年 **11月23日** 日
制限時間：3時間00分（180分）

- (S)** 戸倉体育館 → 9:00 スタート
- (1)** 3.78 km → 9:40 (40分)
- (2)** 7.79 km → 10:15 (75分)
- (3)** 14.62 km → 11:15 (135分)
- (4)** 18.44 km → 11:45 (165分)
- (G)** 戸倉体育館 → 12:00 (180分)

※ コースは一部変更する場合があります

ACCESS 戸倉体育館へのアクセス



鉄道でお越しの方

しなの鉄道「戸倉駅」下車 → 徒歩約24分
※ 無料シャトルバスあり（戸倉駅→戸倉体育館前）



お車でお越しの方

東京方面 → 「坂城 IC」から7 km 約10分
北陸方面 → 「更埴 IC」から9 km 約18分
※ 駐車場には限りがあります。できるだけ公共機関をご利用ください。
※ 駐車場が少し離れる場合があります（1 km程度）。
お早めにお越しくださるようお願いいたします。

