

ランナーの皆さんへ(お願い) 必ずお読みください!!

四万十川ウルトラマラソンも今年で25回を迎え、皆さんに心よく走っていただき、思い出に残る大会となるよう準備を進めているところです。事務局から大会に参加される皆さんへ注意・協力していただきたい事項をお知らせします。

①	100kmスタート会場には、選手用の駐車場はありません。フィニッシュ会場、または受付会場に駐車をお願いします。ご家族等から送迎を受ける場合は、スタート会場手前の橋（坂折橋）付近がシャトルバスの停車場所となっておりますので、選手の安全確保のため、 橋付近での駐停車、及び橋よりコース方面への車の進入はご遠慮ください。 ※同封の会場付近の地図をご確認ください。
②	車・バイク・自転車などでコースに乗り入れ、選手の応援をすることは、狭小な道で大変危険ですので禁止します。もし発覚すれば、 応援を受けた選手は失格 となる場合があります。
③	給水・給食所で使用した紙コップ等は、必ずゴミ箱の中に入れ、道路等には捨てないでください。
④	顔が識別できない服装（覆面等）で走りますと、本人確認が出来ませんので禁止とします。
⑤	コース内の林間影地では、コケ類等が繁殖してすべりやすい状態となっている場所がある事も考えられるため、タイヤ跡の上を走行するなど、スリップや転倒することのないよう十分注意してください。
⑥	フィニッシュ会場では、ランナー以外のコース進入はご遠慮ください。ランナー以外の人や、犬と一緒にフィニッシュしたり、ランナー同士が手をつないで助力を受けてフィニッシュしたと思われるような行為等は禁止しています。
⑦	フィニッシュ会場付近での路上駐車は禁止 としています。近隣住民の方の迷惑となります。指定の駐車場への駐車をお願いします。

※参加されるランナーは、上記の注意事項を守っていただき円滑な大会運営にご協力をお願いします。皆さんのご健闘を心から祈念申し上げます。