

鹿児島 30K



鹿児島マラソン 2019 KAGOSHIMA MARATHON



やるぞ!! 鹿児島マラソン 快走

サーティーケー
鹿児島30K 2019年 1月27日(日) 午前10時スタート

鹿児島マラソンに備えよう!

1人ではなかなかできない30km走。3時間~5時間以内のペースメーカーを先頭に、同じ目標を持つ仲間と一緒に走れば、あなたも無理なく完走できるはず!

エントリー 8月22日(水)~12月10日(月)
※定員になり次第締切

会場 鹿児島県上野原縄文の森
(鹿児島県霧島市)

ホームページ <http://30k-series.com/kagoshima/> **鹿児島30K**



主催 一般財団法人アールビーズスポーツ財団

後援 霧島市、霧島市教育委員会

協賛 味の素株式会社 エプソン販売株式会社

協力 (公財)鹿児島県上野原縄文の森

会場:鹿児島県上野原縄文の森(鹿児島県霧島市)
緑豊かな土地で竪穴式住居を見ながら走ることができます。



本大会は鹿児島マラソン
協働事業イベントです。

RUNTES

Runners
Chip

ランナーズ

RUNNET

フルマラソンを完走・快走するためには、30km以降に訪れる疲労状態を疑似体験しておくことが重要です。そこで行ってみたいのが30km走。しかし、1人で30km走を行うのは、走力のある人でも大変……。アールビーズスポーツ財団の30Kシリーズは、信号のないコースで給水を取りながら走ることができるので、1で行う自信がない人にはお勧めです。

サーティーケー 30K とは？

30Kに出場すれば… フルマラソン本番での 自信につながります！

特長 1

フルマラソンに向けた 脚作りに最適！

3月3日の鹿児島を筆頭に、熊本城、北九州、さが桜と九州はマラソンシーズンを迎えます。これらを勝負レースとする方のトレーニングに最適です。背中ナンバーカードにはターゲット大会を記載。同じレースを目指す仲間たちとともに走りましょう！

特長 2

目標とする レースペースをつかむ！

フルマラソンの目標完走タイムに応じたペースメーカーがみなさんを先導します。今年は過去の参加者の方のご希望にお応えして3時間(サブスリー)枠を新設。3時間~5時間の目標タイム(30分ごとに設定)に応じたレースペース感覚を養うことができます。

特長 3

初マラソンを 楽しく走るなら30km走

初マラソン挑戦の方は、レースペースだけでなく補給の準備やウエア調整など不安なことも多いと思います。初挑戦が達成感あるものになるように、30Kではレース中の補給方法や気温にあったウエアの選び方など走りながらお伝えしていきます。

特長 4

自然豊かな 上野原縄文の森が会場

会場は霧島市にある「上野原縄文の森」。霧島連山を見渡せる、豊かな自然に囲まれた1周3kmの周回コースです。また施設内には、8種類のアスレチックが設置されており、お子様も楽しめます！ぜひ、ご家族でお越しください。走った後は展示館の見学もどうぞ。

サーティーケー 鹿児島30K 大会概要

開催日 2019年1月27日(日)

会場 鹿児島県上野原縄文の森(鹿児島県霧島市)

種目 30km

参加料 4,800円

定員 500名

申込期間 2018年8月22日(水)~12月10日(月)

参加資格 16歳以上の男女(30kmを4時間以内に完走できる方)

※定員になり次第締切 ※大会ホームページよりお申し込みください。

アクセスマップ



参加賞は！

ロングスリーブTシャツ！



冬から春にかけてとっても重宝する、速乾素材のオリジナルロングスリーブTシャツを参加者の皆様に差し上げます。トレーニングやレース出場時にぜひご利用ください！デザインはお楽しみに！

私がこの大会の ディレクターです



藤山 昌俊
(ふじやま まさとし)

生まれ育った鹿児島での業務も2年目に突入。この1年、練習会や大会会場でたくさんの地元ランナーと交流したことで、1年前よりももっと「走る仲間を支えたい」と思うようになりました。この気持ちを胸に今年もこつこつ30Kの準備をすすめています。

交通のご案内

■ 東九州自動車道 国分ICより車で約15分 / JR国分駅より車で約20分

(会場) 鹿児島県上野原縄文の森 〒899-4318 霧島市国分上野原縄文の森1番1号