



## 第4回 いきいきの森 リレーマラソン



**コース：**いきいきの森ジョギングコース（1人1周1km×4人（計4km））

**方 法：**4名1チーム(1人が2周すれば3名でも参加可能！)

- ・チームの踏破タイム（4kmゴールするまでの時間）を予測。
- ・当日「実際の踏破タイム」と「事前登録の踏破タイム」との差が小さいチームを上位として表彰。

**制限時間：**1時間（13:30スタート）

※参加チーム数によっては2部制となる可能性もあります



**参加方法：**事前申込み…申込用紙に必要事項を記入し、佐久医療センター総務課へ申し込み。  
（当日参加はできませんので事前に申込お願いします。）

**表 彰：**賞状・賞品…1～3位 、 佐久医療センター院長賞（賞状・賞品）、  
参加賞（粗品）…4位以下

- 注意事項：**
- ・速さを競う競技ではありません。歩いて参加していただいても構いません。ただし、合計タイムが1時間を超える場合は失格となります。
  - ・マラソン中は、時間がわかる時計・携帯等は本部でお預かりさせていただきます。
  - ・緊急車両が通過する場合、走行を一時的に止めることがあります。
  - ・参加者は、自己責任において健康管理に十分に配慮して参加してください。

