

スペシャルオリンピックス日本 オンラインマラソン2020

— イベント概要 —



目次

1. イベント概要
2. 参加区分
3. 参加方法
4. 記録提出方法
5. 参加する上での注意事項
6. 特典
7. 付帯プログラム



背景

新型コロナウイルスの影響により、新しい生活様式が求められ、スペシャルオリンピックス日本の活動も、対面型の競技会・大会や日常のスポーツプログラムも十分にできていない状況です。

そこで、スペシャルオリンピックス日本は、健康増進、そして非対面型でアスリートや彼らを支える仲間であるボランティアやファミリー、スポンサーの皆さんをつなぐために、そして新たな仲間と出会うために、**オンラインのマラソンイベント**を開催することに致しました。

キーワードは“**つなぐ**”。



1. イベント概要

イベント名 : スペシャルオリンピックス日本オンラインマラソン2020※ニーゼロニーゼロ
(略称 : SONオンラインマラソン2020)

内 容 : 期間中の参加者全員のトータル距離で日本1周を目指します。
(総走行距離 約12,000km)

開催期間 : 2020年10月1日 (木) ~12月10日 (木) (予定)

参加費 : 無料

参加者 : 全ての人を対象 (一般参加も可)

参加区分 : ① 個人参加 ② チーム参加 (2 ~ 10名)

参加方法 : 特設サイト内のエントリーフォームより参加
(9月29日開設予定)



☆ポイント☆

- ① 全国のSOの仲間とオンラインでつながり、日本一周を目指します！
- ② あらゆる人の参加が可能です！
また、イベントへの参加費はかかりません。
- ③ イベント期間中であればどのタイミングからでも参加が可能です！
- ④ タイムを競うレースではありません。個人のペースで無理なく走れます！ウォーキングもOKです。
- ⑤ 場所やコースの指定はありません。
- ⑥ SOアスリート限定の先着特典があります！
また、ランキング上位賞も用意しております！
- ⑦ イベント期間中に、マラソンのほかにもお楽しみいただける付帯プログラムを実施予定です。

2. 参加区分

参加区分

- ・【個人参加】もしくは【チーム参加】の2区分

- チーム参加について -

- ▶ チームは2名から10名で構成してください。
- ▶ 各チームの構成メンバーは自由です。下記のような、あらゆるパターンで可能です。
【アスリートだけで構成】 【アスリートとパートナーで構成】 【ボランティアだけで構成】
- ▶ チームには代表者を一人、設けてください。

- 注意事項 -

- ▶ 1人1チームのみ参加可能です。複数チームへの参加はできません。
- ▶ イベント期間中、個人参加からチーム参加への変更はできません。
- ▶ **エントリー後の変更はできませんので、ご検討の上ご参加ください。**



3. 参加方法

参加方法

▶ 特設サイト内【エントリーフォーム】よりオンライン上でのエントリー申請となります。

※ FAX、メール、電話でのエントリーはできません。

▶ 参加者一人一人が、**ご自身で**エントリーしてください。

- 未成年者あるいはご自身でエントリー手続きが難しい方 -

保護者や後見人等の同意の上で、エントリーを行ってください。

- チームエントリー -

▶ チームエントリーの場合でも、チームメンバー一人ひとりのエントリーが必要です。

▶ チーム名は途中変更できません。

※ 参加方法の詳細については、後述のSONオンラインマラソン2020説明会にて致します。

※ エントリーは9月29日（火）より特設サイトより受付開始いたします。



4. 記録提出方法

記録提出方法

- ▶ 特設サイト内【記録提出フォーム】よりオンライン上での記録提出となります。
- ▶ 記録提出は一人当たり一日一回です。二回目以降はノーカウントとなります。
 - ※ チームエントリーの方も**各個人で記録提出**して頂きます。

- ▶ 一日の記録提出の上限は50kmです。

- チームエントリーの方 -

- ▶ チームエントリーの方も各個人で記録提出してください。
- ▶ チーム名が異なるとチーム記録として合算されませんので、必ずエントリー時に登録したチーム名で記録提出してください。

※ 記録提出方法の詳細については、後述のSONオンラインマラソン2020説明会にて致します。

※ 記録提出は10月1日（木）より特設サイトより提出いただけます。

走行距離の計測について

- ▶ GPS機能付きのランニングアプリ等を使い走行距離を測定してください。
ランニングアプリの指定はございません。

- ▶ **アプリを使用できない方**

右記に記載しております、走行算出表を参考に走行距離の記録を提出してください。

走行算出表（参考）

ランニングの場合

※ 時速10kmとして計算してください

5分	0.83km
10分	1.66km
15分	2.5km
20分	3.33km
25分	4.16km
30分	5km
35分	5.83km
40分	6.66km
45分	7.5km
50分	8.33km
55分	9.16km
60分	10km

(例)

45分ランニングした場合：

7.5km

1時間30分ランニングした場合：

10km (60分) + 5km (30分) = 15km

ウォーキングの場合

※ 時速5kmとして計算してください

5分	0.43km
10分	0.86km
15分	1.25km
20分	1.66km
25分	2.08km
30分	2.5km
35分	2.91km
40分	3.33km
45分	3.75km
50分	4.16km
55分	4.58km
60分	5km

(例)

45分ウォーキングした場合：

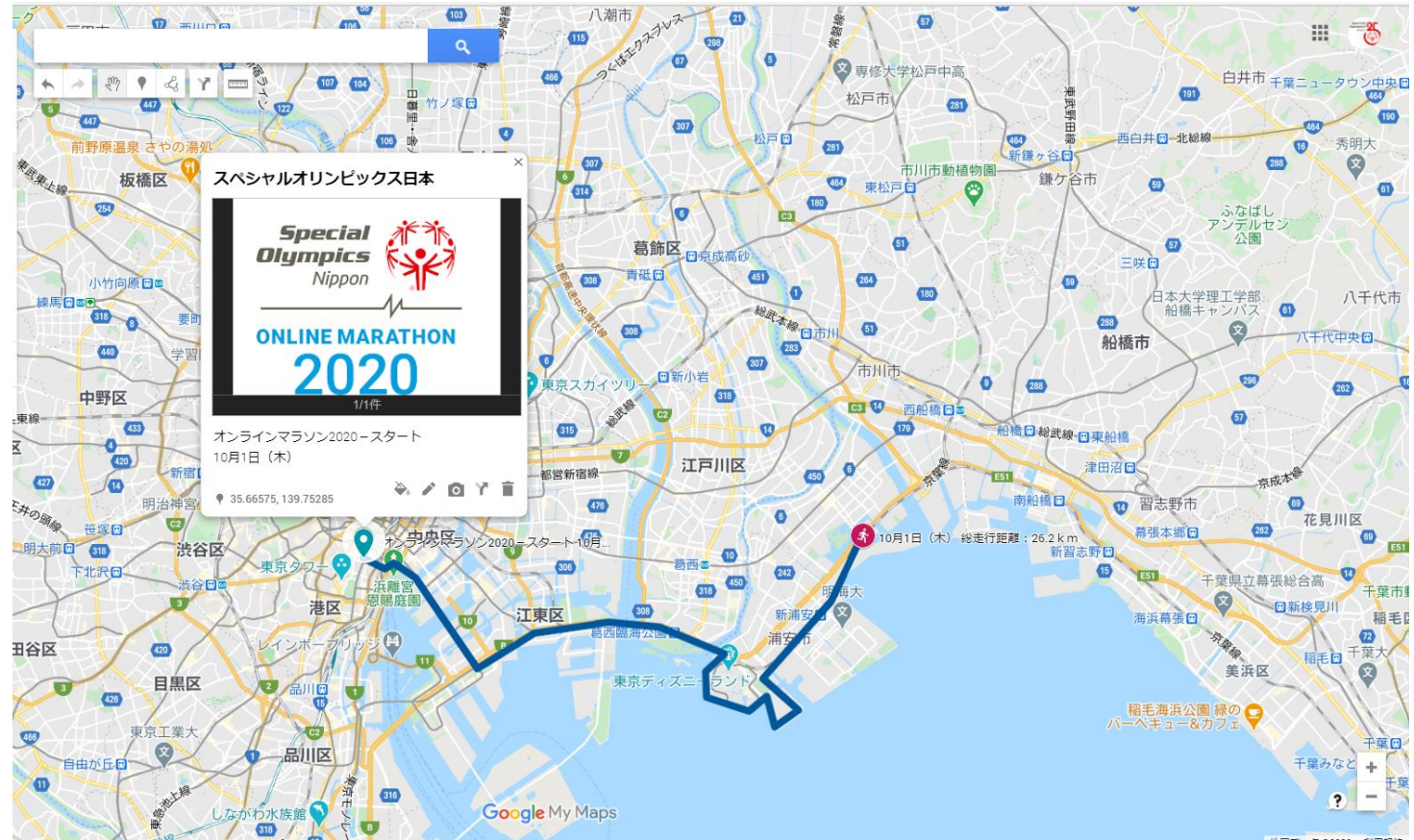
3.75km

1時間30分ウォーキングした場合：

5km (60分) + 2.5km (30分) = 7.5km

マップのイメージ

- ▶ 集計した距離をマップ上で記録し、特設サイト上で更新して参ります。
(不定期)



5. 参加する上での注意事項

▶ 走行上の注意について

本イベントは場所やコースの指定はありません。参加者が自由に決めていただけますが、ご自身の体調管理には留意していただいた上で、ソーシャルディスタンスを保ち、自動車や自転車、歩行者等に気を付け、安全の確保できる場所でご参加下さい。

また、イベントの特性上、本イベントについては**主催者による保険適用はございません。**

未成年の方や介護者が必要な方の参加の場合は、保護者や介護者の方が一緒にランニング/ウォーキングをしていただく等、安全に細心の注意を払ってご参加ください。

<推奨>

一般開放されている競技会場トラック、運動公園、河川敷のランニングコース 等

▶ 未成年の参加について

参加者が未成年の場合は、保護者の承諾を得てください。

Special
Olympics
Nippon



ONLINE MARATHON
2020

6. 特典

1. SONアスリート限定先着プレゼント（300名）

- ▶ 走行記録を提出したアスリート先着300名に【SONオリジナルマスク】をプレゼント

2. ランキング上位賞

- ▶ 入賞者・チームへは【SONオリジナルマスク】と【SONオリジナルスポーツタオル】プレゼント

- ランキング区分 -

- ▶ 個人参加4種：各種上位8位

【SONアスリート男性】 【SONアスリート女性】

【一般男性】 【一般女性】

- ▶ チーム参加：上位3チーム

※ チーム参加に区分はありません。

特典イメージ画像



SONオリジナルマスク



SONオリジナルタオル

3. 参加証

- ▶ 本イベントに参加された方については、全員に参加証（データ）をお渡しします。

4. SNSへの投稿のお願い

- ▶ 走行している風景写真や動画や、イベントについてのコメントをハッシュタグをつけて、SNSへ投稿して頂き、本イベントと一緒に盛り上げましょう！
- ▶ 投稿いただいた写真や動画を活用し、イベントのハイライトムービーを作成する予定です。ぜひ、SNSへの投稿をよろしくお願ひします。

ハッシュタグ：#SONオンラインマラソン2020



7. 付帯プログラム

SONオンラインマラソン2020イベント期間中に、アスリートおよび参加者のマラソンをする上で必要な【ヘルス・ウェルネス情報】や、運動に必要なエクササイズの【オンライン配信】等のプログラムを提供して参ります。

ヘルシー・アスリート

- ・ コロナウイルスを知ろう
- ・ ヘルス・ケア（健康に関する教育資料）
- ・ マンスリー・ヘルス・チャレンジ（11月実施予定）

配信プログラム

- ・ ヨガ

日程：11月8日（日）に実施予定

時間・人数：調整中

※ 決まり次第、ご案内させていただきます。

Special
Olympics
Nippon



ONLINE MARATHON
2020