

みんなで
つなごう

リレー

フェスティバル

2024



リレフェス参加者
ご案内
～非公認の部～



2024年9月20日 版



リレフェス参加者の当日の流れ



参加者受付

- ・ 入場口（Eゲート付近）の選手・参加者受付で、ゼッケン・ADなどをお受け取りください。
- ・ 受付時間の指定はありません。競技場に到着しましたら、まず初めにお立ち寄りください。
- ・ 受付は、代表者のみで構いません。代表者へ全員分をお渡しいたします。受付では、スタッフへ出場種目・チーム名をお伝えください。
- ・ 出場種目の実施時間・集合時間を事前にご確認の上、ご来場ください。 (<https://www.jaaf.or.jp/relayfes/2024/timetable/>)
- ・ 組やレーンは9月末掲載予定のスタートリストをご確認ください。 (<https://www.jaaf.or.jp/relayfes/2024/entry/entrylist.html>)

入場

- ・ ADカードを着用して、国立競技場へ入場ください。（Eゲートから）
※ADカードは、選手人数分+チームサポート1枚を配布します。
ADカード配布枚数以上の入場がある場合は、入場チケットをお買い求めください。
- ・ 1階スタンド席は自由席となっています。お好きな席をご利用ください。
- ・ 集合時間までは、自由時間となります。
- ・ 手荷物預かりサービスをご用意しております。（Fゲート内コンコース）
 ただし、貴重品の管理は各自サポートスタッフや付き添いの方をお願いするなどして、お気をつけください。
※詳細は17ページをご確認ください

準備運動 ・ 着替え

- ・ 準備運動／体操は、各自行ってください。怪我予防のためにも、体をほぐしましょう！
- ・ 国立競技場の隣、東京体育館の陸上競技場（200mの全天候トラック）で練習をすることができます。東京体育館ではスタッフの指示に従ってください。
※非公認種目の参加者は、室内走路やメイン競技場でのウォーミングアップはできません。
- ・ **自分チームの出場する種目の実施時刻と、招集・集合時間をご確認ください。**
- ・ 自分チームの走る組とレーンを覚えてきてください！（非公認の部は、ゼッケンに記入箇所を設けております。）
- ・ 1階に更衣室を設置しますので、着替えの必要のある方はご利用ください。

招集・集合

- 集合場所：GATE3**（トラック上のフィニッシュの少し先）
集合時刻：種目別に設定する指定時刻（タイムテーブルに記載）
服装：走れる服装でお集まり下さい。ゼッケンを付けてきてください。
荷物：スパイク着用希望の方は、ご持参ください。
 それ以外は、基本的には荷物は持たずに集合してください。



リレフェス参加者の当日の流れ



レース前

- ・ 集合場所から、スタート地点に誘導します。4×100mリレーの場合以下の通り。
第一走者：GATE2（フィニッシュ付近）
第二走者：GATE4（1500mスタート付近）
第三走者：GATE5（200mスタート付近）
第四走者：GATE1（100mスタート付近）
- ・ 4人はここで一度お別れです。それぞれのスタート地点に分かれる前に、レース後の集合場所を決めておくことをお勧めします！

レース

- ・ バトンは、第一走者へお渡しします。
- ・ フライイング失格はありません。
- ・ スターティングブロック（右図）は、利用しなくて構いません。希望者は、利用することもできます。設置されていない場合は、近くスタッフにお声がけください。
- ・ テイクオーバーゾーン（バトンを受け渡す区間）は、だいたいで実施しますが、チームごとに決められたレーンを走ってください。失格はありません。



レース後

- ・ それぞれ走り終えた近くの階段から、各自スタンドへお戻りください。
※車いす・ベビーカーでご参加される方はGATE3近くのエレベーターをご利用ください
- ・ 自身のスタート地点に荷物を置いてきた方は、トラックの外側を歩いて戻り、荷物をピックアップして、近くの階段からスタンドへお上がりください。

記録証 （参加証）

記録証を発行します。記録証受け渡しブースへ、受け取りに来てください。（無料）
全力チャレンジリレーの最速記録のチームには記録証受け渡しブースでゴールドバトンをお渡しします。
※記録証受け渡しブース場所は、Eゲート（参加者受付付近）に設置いたします。

記録証を受け取ったらフォトスポットでの記念撮影がおすすめです ✨

※ウォーキング／仮装／／電車になって／でかパンツリレーについては、別紙資料も必ずご確認ください。
※その他 Q&Aは、HPに掲載中 (<https://www.jaaf.or.jp/relayfes/>)

リレフェス参加者のアスリートビブス(ゼッケン)

前のみ

みんな
つなごう

リレフェスフェスティバル

2024

チーム名

__組__レーン

チームの目標や合言葉、
アピールポイントなどを
ご自由にお書きください！
(レース前後にMCが紹介してくれるかも!?)

ご自身の出走する
組とレーンをご記入ください！
※組とレーンは、大会が近づきましたら
特設サイトへ掲載します！

※種目ごとにゼッケンの色は異なります。

<服装>

なんでもOKです！4人でバチっとユニフォームを揃えても、4人がばらばらでも問題ありません。職場や部活、クラブのウェア、昔懐かしいユニフォーム、その他思い思いの服装出走ください！仮装リレー参加者は、思い切り仮装・コスプレを楽しみましょう！（別紙注意事項を守ること）

<シューズ>

陸上専用のスパイク、または、一般的なスニーカーやランニングシューズのみOKです。サッカースパイクや、ヒールパンプスなどでの出走はご遠慮ください。

<持ち物>

黒のマジック（ADへ名前記入のため／非公認種目はゼッケンへ組・レーンを記入）

～あったら便利なもの～

汗拭きタオル／飲み物／陸上用スパイク／練習用バトン（当日貸出もあり）／雨具・日除け・防寒具など（天候により）

**<受付配布物>**

- ・アスリートビブス（ゼッケン）
- ・ADカード・・・選手AD4枚＋チームスタッフAD1枚
- ・参加賞
- ・大会ご案内資料など

- * ADは、5日（土）・6日（日）両日とも有効です。紛失にはお気をつけください。
- * AD着用者は、チケット無しで競技場内へ入場することができます。（再入場も可能）
- * グラウンド観戦希望の場合は、【オプション】グラウンド観戦券をご購入ください。
- * 入場後は、ご自身のレース前後の種目も、競技場内1階層自由席で観戦いただくこともできます。
- * 日曜日の実施種目でも、土曜日に受付を済ませることも可能です。

▽ADイメージ



<その他のご案内>

◆介助・同伴者の出走

必要な方は、ご同伴の出走もOKです！

スタッフのサポートが必要な方は、お気軽にお近くのスタッフにお声がけください！

お子様を抱えて走られる場合は、安全にご注意いただきゆっくりとしたスピードで出走をお願いいたします。

◆オーダー用紙（誰が第何走者か申告する用紙）

非公認の部は、提出不要です。

メンバーの変更、走順の変更は直前までチームでご検討ください！（事前申告・事前申請は不要です）

体調不良などにより急遽、メンバーの不足が生じた場合は、当日GATE3（集合場所）のスタッフへご相談ください。

ボランティアが代走で出走いたします。

◆バトン貸し出し

練習用のバトン貸し出しを予定しております。（数量限定）

事前に少しパスの練習をしておきたい！という方は、バトン貸し出しブース（選手受付Eゲート付近）へお越しください！

バトン練習は東京体育館の指定エリアのみ実施可能です。 国立競技場周辺での練習はご遠慮ください。

※東京体育館バトン利用可能エリア：https://www.jaaf.or.jp/files/upload/202409/06_133816.pdf

◆写真撮影

接触事故等が発生する危険がございますので、レース中の撮影はお控えください。



<特設サイト>

リレフェスに関する様々な情報を掲載しています！（随時更新）

<https://www.jaaf.or.jp/relayfes/>

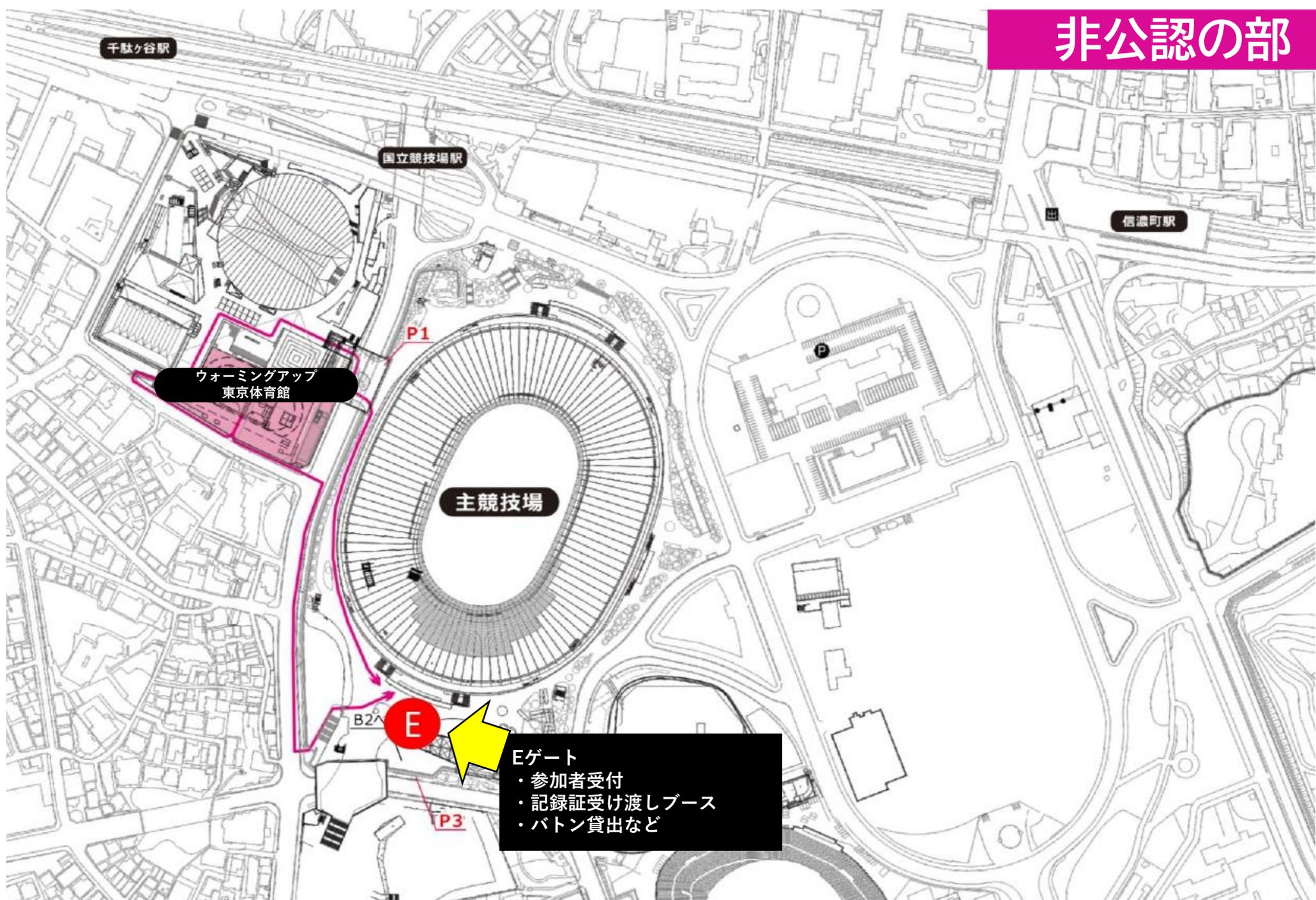
- ・タイムテーブル（競技時間・集合時間）・チケット販売情報・よくあるQ&A
- ・当日のブースやお楽しみ情報・ライブ配信や記録結果（リザルト）



非公認の部 マップ



非公認の部

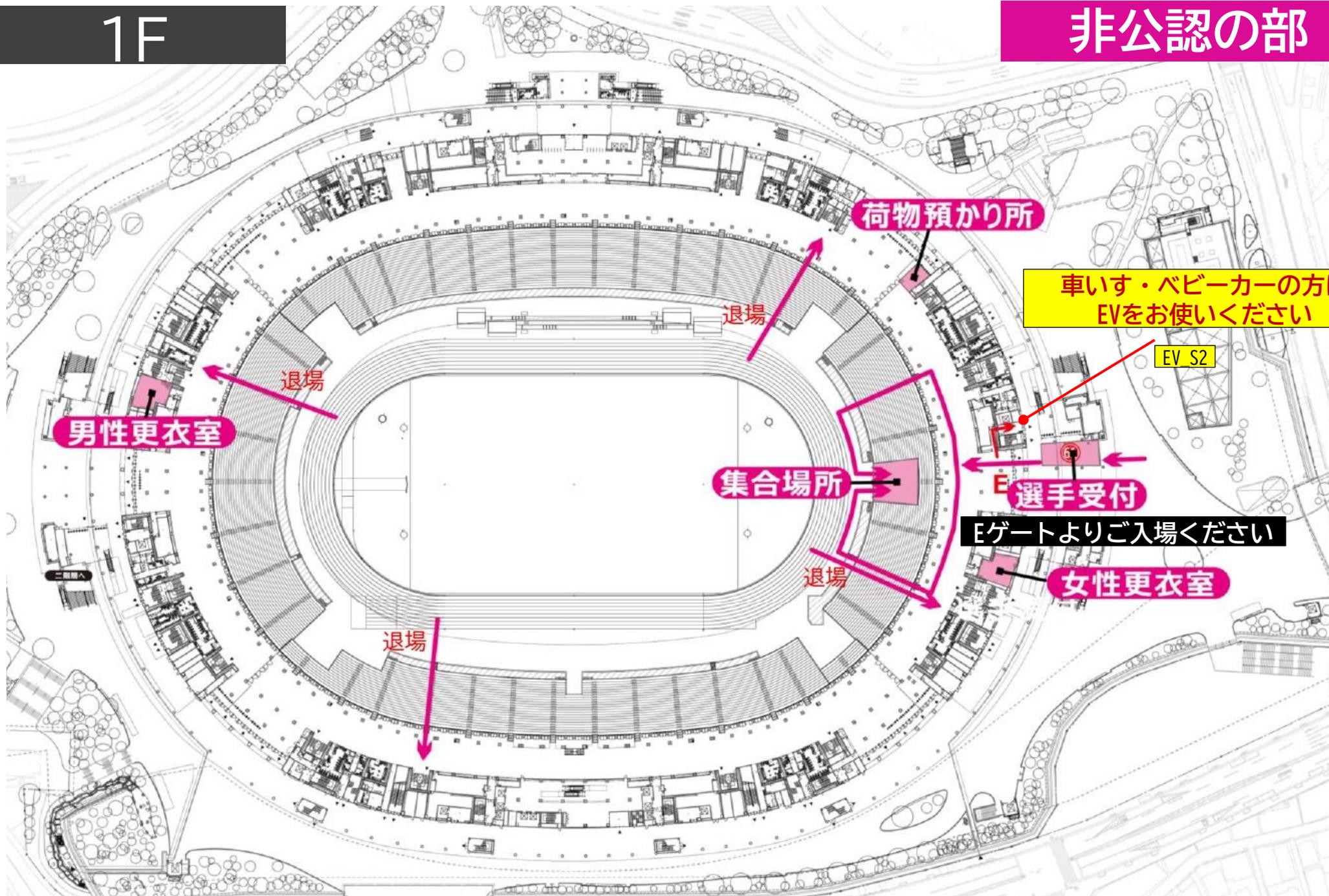


ウォーミングアップ
東京体育館

主競技場

B2A
E

Eゲート
・参加者受付
・記録証受け渡しブース
・バトン貸出など



車いす・ベビーカーの方はEVをお使いください

EV S2

荷物預かり所

退場

退場

男性更衣室

集合場所

選手受付

Eゲートよりご入場ください

退場

退場

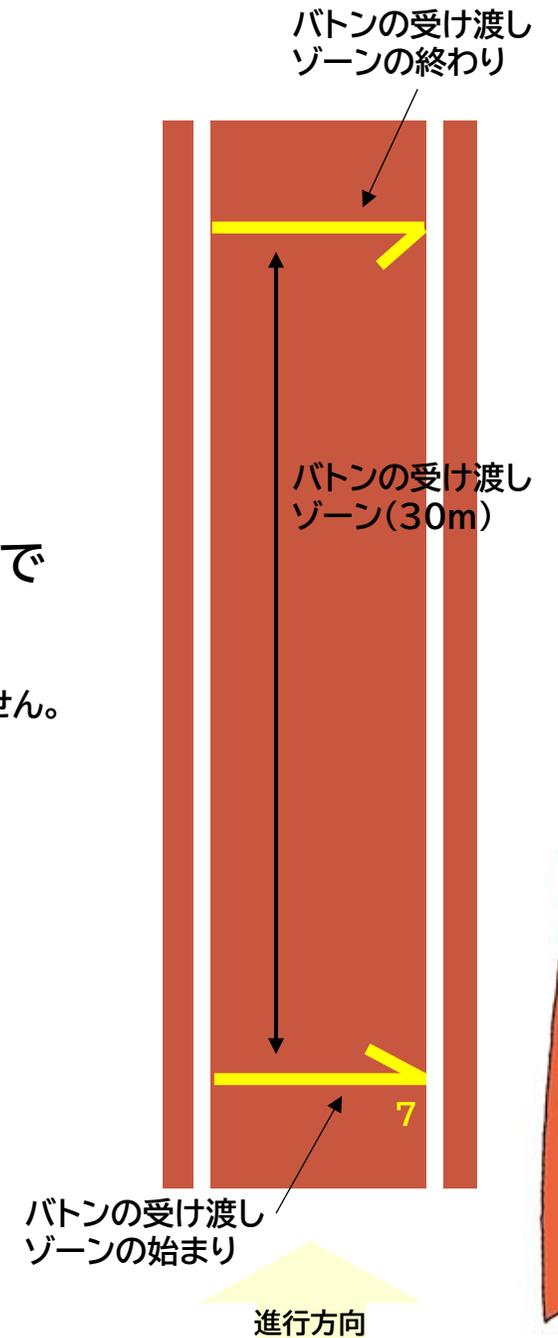
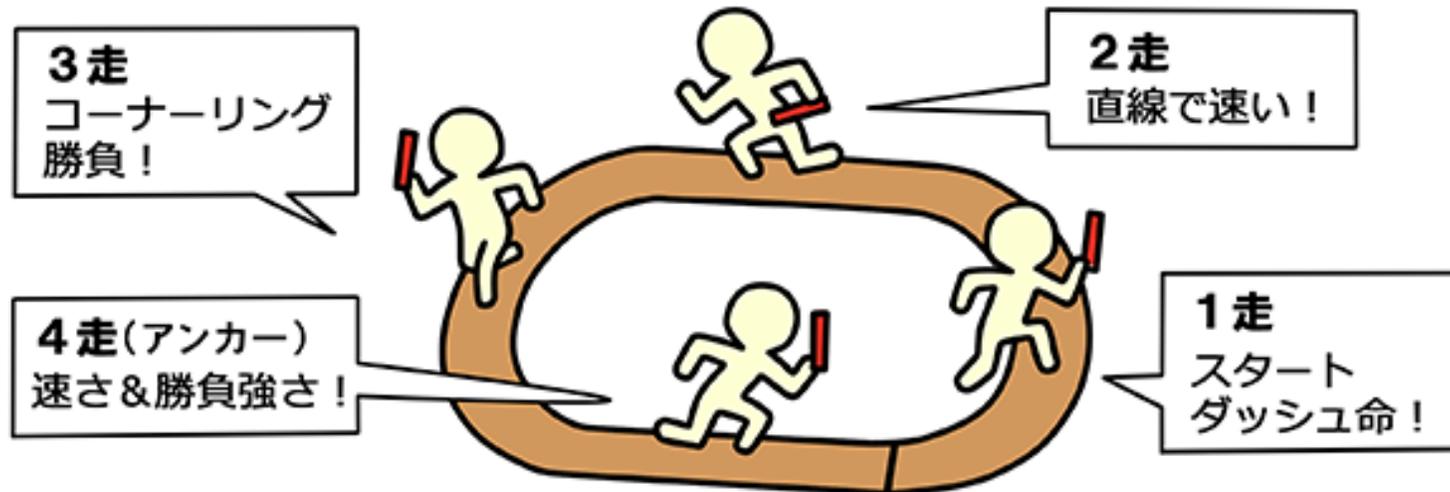
女性更衣室

非公認の部
4×100mリレー
簡単ルール説明



4×100mリレーの簡単ルール説明

- ポイント①** 1チーム4人が、1本のバトンをつなぎます！
(日本では、通称、四継(ヨンケイ)と呼ばれます！)
- ポイント②** 1人約100mを走り、トラック1周400mを駆け抜けます！
第一走者から第四走者まで、指定のレーンを走ります。
- ポイント③** バトンは、テイクオーバーゾーン(バトンの受け渡しゾーン)で大きな声で「ハイ」などと声をかけ、次走者へ渡します。
※非公認の部では、だいたいOKです！審判は優しく見守っています！
例：走る距離が少し短い距離の選手(=その分少し長めに走る選手)がいても構いません。



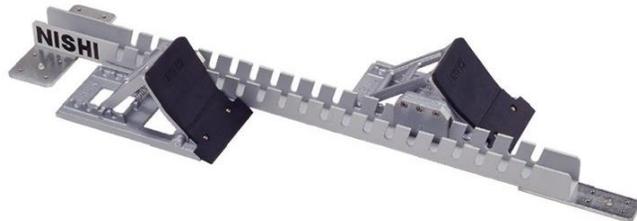
リレフェス(非公認の部)の各種目共通の簡単ルール説明

○テイクオーバーゾーン(バトンを渡すゾーン)

だいたい大丈夫です！

○スターティングブロック(右図)

使用しなくても構いません。



○バトン

主催者で準備し、スタート前に第一走者へお渡しします。

○服装

自由です。職場や部活、クラブのウェア、昔懐かしいユニフォーム、その他思い思いの服装でご出場ください！
仮装リレー参加者は、思い切り仮装・コスプレを楽しみましょう！（別紙注意事項を守ること）

○シューズ

陸上専用のスパイク、または、一般的なスニーカーやランニングシューズのみOKです。
サッカースパイクや、ヒールパンプスなどでの出走はご遠慮ください。

○介助・同伴者

必要な方は、ご同伴の出走もOKです！
スタッフでのサポートが必要な方は、お気軽にお近くのスタッフにお声がけください！



○オーダー用紙(誰が第何走者か申告する用紙)

非公認の部は、提出不要です。
メンバーの変更、走順の変更は直前までチームでご検討ください！（事前申告・事前申請は不要です）
体調不良などにより急遽、メンバーの不足が生じた場合は、GATE3（集合場所）のスタッフでご相談ください。
ボランティアが代走で出走いたします。



ルール説明

該当種目参加者は
必ずご確認ください

- ◆全カチャレンジリレー
- ◆ウォーキングリレー
- ◆仮装リレー
- ◆電車になって走ろうリレー
- ◆でかパンツリレー
- ◆レジェンドに挑戦！あの青春をもう一度リレー



全力チャレンジリレー(4×100mR)

◆ゴールドバトンについて

参加チームのうち、最速タイムだった1チームには「ゴールドバトン」をプレゼントいたします。
該当チームは記録賞受け渡しブースにてお受け取りください。

ウォーキングリレー(4×100mR)

◆ルール

競歩でもなくとも大丈夫です！歩形は気にせず、とにかく歩いてバトンをつなぎましょう！

◆ベビーカーでの参加について

ベビーカーで参加される方は「S2」のエレベーターを使用いただきGATE3の
集合場所へ移動をお願いいたします。

※エレベーターの場所は8ページをご参照ください

◆日本代表選手引退セレモニーについて

ウォーキングリレー終了後に競歩元日本代表の 鈴木雄介さん・高橋英輝さんの引退セレモニーを実施予定です。
記念撮影をいたしますので参加される皆様はフィニッシュ地点へお集りください。



電車になって走ろうリレー

◆ルール

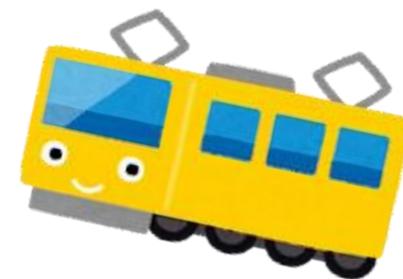
第1走者は400m、第2走者は300m、第3走者は200m、第4走者は100m走ります。

第1走者は何も持たずにスタート！

第2走者はバトンの代わりに、ひもを持って第1走者を待ちます。

電車の車両を1つずつ増やすイメージで、最後は4両(4人)でゴールへ向かいます！

📺イメージ動画 https://x.com/jaaf_official/status/1828597156426719509



◆電車ひも

主催者側でも用意しますが、独自にご用意いただいても構いません。

ただし、スタジアムを傷つけたり、汚したりするものなど、周囲に危害や不快感を与えるものはご遠慮ください。

また、政治・宗教上のメッセージや広告宣伝を目的としたものも、ご遠慮いただく場合がございます。

全長:約4m50cm



△電車ひもイメージ

- *布製
- *1チームあたり 2本お渡しします
- *左右1本ずつ、両手で持って走ります



でかパンツリレー



◆ルール

1チーム4名、2人1組でペアを組み、でかパンツを履いて走ります。
でかパンツの片足に1人ずつ入り、ペアで肩を組んで一緒に走り、50m地点で次のペアにバトンタッチ
1ペア50mずつ、合計100mを走るリレーです。
※1レース5チームでの出走を予定しております。

📺イメージ動画:https://x.com/jaaf_official/status/1820969574118170955

◆でかパンツ

主催者側でも用意いたします。
終了後はスタッフにて回収いたします。



仮装リレー(4×100mR)

◆服装

スタジアムを傷つけたり、汚したりするもの、レース中に落下の恐れのあるもの、隣のレーンへはみ出る恐れのあるものなど周囲に危害や不快感を与えるものはご遠慮ください。

また、政治・宗教上のメッセージや広告宣伝を目的としたものも、ご遠慮いただく場合がございます。

GATE3での集合時に、確認いたしますのでスタッフの指示に従ってください。

レジェンドに挑戦！あの青春をもう一度リレー(4×100mR)

◆記念撮影について

レース終了後に正面ホールにて、レジェンドに挑戦リレー参加者全員で記念撮影を予定しております。

参加される方は15時35分にB2階の正面ホールへ集合をお願いいたします。

詳細はGATE3(集合場所)でご説明いたします。





手荷物預かりサービス キッズルームについて



手荷物預かりサービス

◆時間

10月5日（土） 9:30～17:30

10月6日（日） 9:30～17:30

◆場所

Fゲート付近（Eゲートから入場して右側）

<注意事項> 以下の内容をご確認の上、荷物をお預けください。

・貴重品はお預かりできませんので、自己管理をお願いいたします。その他、壊れ物・動物・危険物等もお預かりできません。

荷物の破損・盗難紛失につきましては、主催者では一切責任を負えませんので予めご了承ください。

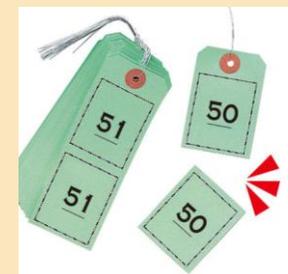
・荷物の大きさに制約はありませんが、荷物を管理するため、荷物を1つにまとめていただくか、複数ある場合はまとめる袋をご準備いただくなど、スムーズな受付にご協力をお願いいたします。

荷物を預ける

①受付にて番号が書かれた荷札と引換券を、お受け取り下さい。

②荷札を自分で荷物に括り付け、スタッフに荷物をお預けください。

③引換券は各自で保管ください。
※手荷物を受け取る時に必要です。
紛失しないようご注意ください。



荷物を受け取る

①引換券をスタッフにお渡しください。

②手荷物を確認の上、お受け取り下さい。



キッズルーム

- ◆ 時 間 : 10月5日 (土) 9:30~16:00
10月6日 (土) 9:30~16:00
- ◆ 場 所 : AOYAMAホール (バックスタンド側)
- ◆ 対 象 : 0歳以上6歳以下の未就学児
- ◆ 利用人数 : 最大10組まで

※利用状況によって人数に制限をかける可能性もございます。
※兄弟や姉妹でご利用の場合は誰か1名が未就学児であれば小学生のお子様もご利用可能です。



<注意事項>

- ※ お子様だけのご利用はお断りしております。
- 必ず18歳以上の保護者同伴の上、お子様から目を離さないようお願いいたします。
- ※飲食はご遠慮ください。部屋の外でお願いいたします。
- ※貴重品は必ずご自身のお手元にお持ちください。
- ※他の利用者とのトラブルは保護者様の責任において対応いただくようお願いいたします。
- ※他の利用者にご迷惑となる行為があった場合、ご利用をお断りする場合がございます。
- ※キッズスペース内での撮影はご遠慮ください。
- ※当日、体調がすぐれない方はご利用をお控えいただくようお願いいたします。
- ※ご利用中の怪我、盗難、事故、その他トラブル等、本スペースでは一切責任を負いかねます。



オプションチケット ご案内



ADカードをお持ちの方は**お得**にご購入いただけるオプションチケット！
数量限定となりますので、是非お早目にお買い求めください🌟



チケットの詳細や
ご購入はこちら



プレミアムBOX(団体向け)

国立競技場の3階に「SKY BOX」というVIP観戦エリアがあることをご存じでしょうか。普段はなかなか入れない最高のラグジュアリー空間で、少し特別な体験をしてみませんか。室内には冷蔵庫やテレビモニターが設置されており、お飲み物などの持ち込みも可能です。

観戦者も参加者もどちらも利用可能！ご家族やチームでご利用ください♪

【注意点】

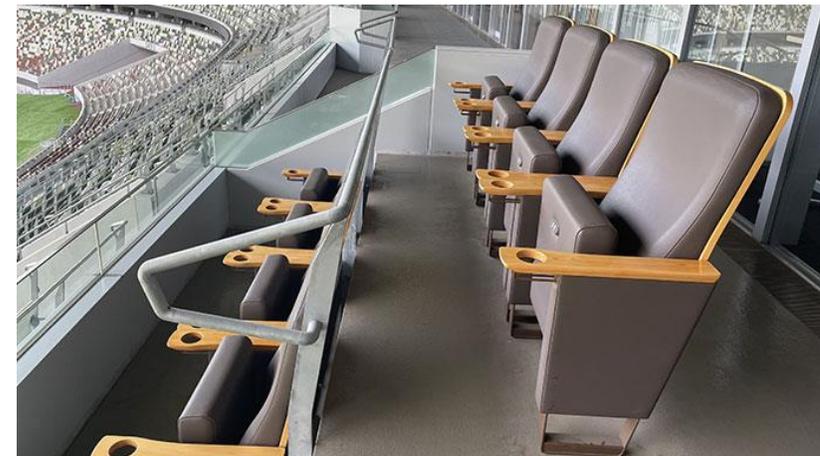
最大利用可能人数:14名/室

利用者は入場チケットもしくは、ADカードをお持ち方に限ります。プレミアムBOXをご購入のお客様は、代表者様がチケットを発券いただきますので、事前に同伴者へチケットをお渡しください。ご来場人数14名に満たない場合でも、料金の変更はございません。

1人2,000円ちょっとで

料金：30,000円

(前売・当日共通)



プレミアムラウンジ(個人向け)

各日60名限定

高級感溢れるプレミアムラウンジは、通常は入ることのできない特別な空間。
ラウンジを出て、上層階ならではの壮大な眺めで観戦いただけます。
この日だけVIPになった気分で、特別な1日をお過ごしください。
天皇陛下や総理大臣が利用する超VIPルームがお得に使える！！

【注意点】

最大利用可能人数:60名/日

利用者は入場チケットもしくは、ADカードをお持ち方に限ります。
プレミアムラウンジ入口のCゲート(スタジアム内)にてチケットを
ご提示ください。



千円ちょっとでお得!に使える

料金：1,500円
(前売・当日共通)



グラウンド観戦チケット

1階層スタンド内のお好きな席でご観戦いただけるほか、グラウンド内の指定エリアでご観戦いただけます。
グラウンドレベルで国立競技場を体感！
走っているみんなの近くで大きな声援を送ろう！！

【注意点】

- ・グラウンド内へはハイヒールなどヒールの尖ったお履き物ではご入場いただけません。
- ・グラウンド内への飲食物の持ち込みはできません
- ・グラウンド内への一眼レフを含むデジタルカメラ機器の持ち込みおよび撮影はできません。(スマートフォン可)
- ・グラウンド観戦エリアは「立ち見」となります。



料金	前売		当日
	JAAF ID	一般	
大人	700円	1,000円	1,500円
子供(小中高)	400円	700円	1,200円
車いす	700円	1,000円	1,500円

参加者は**お得**に購入できる！
～アスリート交流～
個人写真撮影&サイン会参加券付き

各日60名限定

60名限定プレミアムチケット！
パリオリンピックとの個人写真撮影+持ち込み1点にサイン！
バトンパスのポーズで写真が撮れるかも！？

交流開始時間:12:00～

※集合時間(予定):10/5(土)11:50、10/6(日)11:50

※集合場所:1階コンコース Dゲート付近

参加選手**パリオリンピック日本代表が参加！**

10/5(土) 柳田大輝 選手、岡田久美子 選手、高橋和生 選手

10/6(日) 坂井隆一郎 選手、柳田大輝 選手



料金



前売		当日
JAAF ID	一般	
1,700円	2,000円	2,500円

参加者は**お得**に購入できる！

～アスリート交流～

集合写真&ハイタッチ参加券付き～

各日150名限定

150名限定プレミアムチケット！

競技終了後にアスリートたちと集合写真が撮影できる！

集合写真のあとはアスリートとハイタッチ！

交流開始時間:競技終了後に実施いたします。

※集合時間(予定):

10/5(土)17:45、10/6(日)17:30

※集合場所:ゲート4付近のトラックに降りる階段集合

参加選手**パリオリンピック日本代表**が参加！

10/5(土) 坂井隆一郎 選手、飯塚翔太 選手、川端魁人 選手

10/6(日) 豊田兼 選手



料金

前売		当日
JAAF ID	一般	
1,700円	2,000円	2,500円