

2026アースランクラブ第4戦

新しい自分と新しい
仲間に会えるかも

第11回多摩川ネイチャーマラソン &ウォーク

- 【名称】 第11回多摩川ネイチャーマラソン&ウォーク（東京ウルトラ100キロ）
【主催】 NPO法人日本アウトフィットネス協会／アースランクラブ
【会場】 東京都大田区羽田～福生市南田園の多摩川左岸
【後援】 大田区・世田谷区ほか通過9自治体（申請中）
【協力】 （株）ワンストップコミュニケーション （株）イメージメーカー
ボランティア団体：HAT KSVB（神奈川スポーツボランティアバンク）

実施要項

アースランクラブは地球に優しいSDGsを目指します

- 開催日時 2026年4月12日(日) ※雨天決行
募集期限 2025年3月22日(日) ※4月5日(日)までレイトエントリー受付(公式HPのみ)
参加資格 マラソン部門：フルマラソン完走経験のある18歳以上
ウォーク部門：20キロは小学生以上、30キロ以上は中学生以上
必携品 帽子、スマホ、非常時交通費、ランニング用バッグパック・ポーチ等
入浴券 ゴール後、「第二粟の湯」の無料入浴券

募集内容

種目	募集人組	参加費	スタート時間	制限時間
100キロ個人	200人	14000円	6:00～6:15	13時間
80キロ個人	100人	12000円	7:00～7:15	10時間
60キロ個人	100人	9000円	7:30～7:45	8時間
50キロ個人 50キロペア	100人 25組	8000円 10000円	7:30～7:45	7時間
特別企画				
40キロウォーク	150人	2500円	6:30～8:00	11時間
30キロウォーク	150人			10時間
20キロウォーク	150人			8時間

【チェック地点】 スタート・ゴールは大田区田園調布本町

- 1) 100 キロ種目 田園調布本町⇄40km 福生市南田園⇄-10km 本羽田
- 2) 80 キロ種目 田園調布本町⇄40km 福生市南田園
- 3) 60 キロ種目 田園調布本町⇄30km 立川市柴崎
- 4) 50 キロ種目 田園調布本町⇄20km 府中市是政⇄-5km 西六郷

※詳細はHPで「チェック地点・モデルコース図」を参照

【競技規則】 本部受付は多摩川丸子橋緑地（丸子橋より300m下流地点）

- 1) 10km毎のチェックポイントを指定時間内に通過する（コース指定は原則なし）。
- 2) 主にサイクリングロードが最短となるが、一般道を通過する場合は道交法に従って走行する。
- 3) 準備ができた方から順次スタートするショットガンスタート。
- 5) 途中棄権は本部に連絡後、自力で帰宅する（手荷物は着払いの宅急便で送る）
- 6) ペアは同時スタート同時ゴールする
- 7) ゴール後、計測バンドと引き換えに参加賞と記録証を受けとる。
- 8) 総合6位までに賞状（表彰式はなし）。完走者全員に完走メダルと完走バスタオルがある。

【ウォーク部門】

- ・40キロ：0⇄20km
 - ・30キロ：0⇄10km⇄-5km
 - ・20キロ：0⇄10km
- 制限時間
- ・20km地点 12:00
 - ・10km地点 14:00
 - ・0km地点 17:00
- ※30キロは15:30以降
-5kmへ進めません。

【スケジュール：マラソン部門】

- 05:30 100キロ受付開始
- ※以降の種目はスタート40分前から受付
- 06:00~15 100キロスタート
- 07:00~15 80キロスタート
- 07:30~45 60・50キロスタート
- ※スタート時間に遅れてもスタートは可能
- 12:00 40km折返し地点閉鎖
- 13:00 30km地点閉鎖
- 14:00 20km地点閉鎖
- 15:00 10km地点閉鎖
- 16:00 100キロ種目0km地点閉鎖
- 17:30 -10km地点閉鎖
- 19:00 0km（ゴール地点）閉鎖

河川敷は照明がありません。18時以降は真っ暗です。閉鎖時間を厳守してください。

【諸注意】 道交法に従って安全に走ってください

- 計測 計測リストバンド
- 給水所 10km毎：ミネラルW スポドリ 栄養補助食
- 支給品 ゼッケン3枚 マラソン保険
飲料500ml×2本 携行栄養補助食
- 完走賞 完走メダル、完走バスタオル、Tシャツ
- 中止 開催が困難と判断された場合のみ中止
- 救護 救命救急士と安全委員が巡回
- 棄権 10km毎の給水所で棄権すること。最寄り駅から自力でお帰りいただきます。スタート時に預けた手荷物は着払い宅急便で自宅送
コースの特性上、給水所以外での救出はできません。自力で給水所まで移動してください。
- 携行品 スマホ 小銭 携行栄養補助食
- アクセス 東急東横線「多摩川駅」より600m
東急多摩川線「沼部駅」より450m
※駐車場はありません

【特別企画：ウォーク】

- 1) 計測なし。指定のチェックポイントでスタンプを押す（詳細は「ウォーク競技要項参照」）。
- 2) 支給品：タオル、飲料、おやつ。完歩者には完歩証と「第二栗の湯」の入浴券。
- 3) コースにはコンビニ等の売店はありません。食料の携帯をお勧めします。
- 4) 支給のタオルを体やバックに結付け、ネイチャーウォークの参加者であることを表示してスタートする。

参加規約（アスランクラブ共通）

- 1 募集期限内のキャンセルは協会の規定による一部返金。期限後のキャンセルには返金はありません。
- 2 種目変更は事務局まで連絡してください。料金不足分は大会当日の受付でお支払ください。
- 3 主催者の責によらない事由（地震・風水害・事件ほか）で中止になった場合、返金等はありません。
- 4 治療中の疾病、既往症、障がいの有無などより競技に影響がある場合は事前に事務局に申し出てください。状況によって医師の診断書を求められることがあります。
- 5 年齢や性別等の虚偽申告、申込者以外の出場（不正出場）は認めません。
- 6 主催者は、大会期間中の疾病や紛失、他の事故に際し応急処置を除いて一切の責任を負いません。
- 7 大会に参加されない方へのゼッケン、大会資料、参加賞の発送は行いません。
- 8 参加者の肖像権は主催者に帰属するものとし、主催者は営利目的以外の利用ができるものとします。

お問合わせ

イベント情報センター

TEL: 045-642-7400 (平日10:00~17:30) FAX: 045-633-7933

MAIL: info@outfitness.jp

住所: 〒230-0073 横浜市鶴見区獅子ヶ谷1-5-57-105