

持ち物チェックリスト

■事前準備物

参加通知証ハガキ

・前日受付の際に必ずお待ちください。紛失、お忘れの場合は再発行手数料として¥500が掛かりますので、ご注意ください。

・西武トラベルからエントリーした方（レイトエントリーの場合も含む）、ご宿泊する各ホテルのフロントで受付を行ってください。

・レイトエントリーの方へのハガキ送付はありません。受付時に、入金及びエントリーが確認できる画面又は印刷物と、ご本人確認書類をお持ちのうえ、選手相談所にてお越しくください。

ウェア上・下（吸汗速乾素材で運動しやすいものを推奨）

シューズ（スニーカー可）

ヘルメット（硬質で自転車用のみ／革製などの簡易ヘルメットはNG）

グローブ（下山時は指先まで覆われているタイプを推奨）

アイウェア（サングラスなど）

防寒具（ウインドブレーカーなど防風素材のもの／腕・脚を覆うもの）

着替え（フィニッシュ地点は冷えるので、乾いた衣類での下山を推奨）

雨具（雨天時／シューズカバー、レインウェアなど）

背負える鞆（リュックなど／下山時に荷物を持って降りる場合は必須）

保険証（緊急時に使用）

ドリンクボトル、ボトルケージ（給水所：第1・2関門、フィニッシュ）

自転車【車両規定をクリアし、前後ブレーキ制動能力が確認済みのもの】
（輪行等で分解する場合は、各種部品も忘れずに！）

自転車用の鍵（盗難にはくれぐれもお気を付けてください！）

パンク修理キット（換えチューブ、空気入れなど）

大会プログラム（大会公式HPよりダウンロード／必ずご一読ください！）

小銭入れ

腕時計

携帯電話

補給食

フィニッシュ地点（万座温泉）周辺は、9月初旬でも**気温が10℃前後**となり、大変冷え込む場合があります。

防寒着（特にグローブ）や着替え、雨具をご持参のうえ、**下山用手荷物に必ず預けて**ください！もちろん直前の天気予報のチェックも、お忘れなく！

■当日準備物（前日受付時の配布物）

計測チップ付バンド（ファンライドは計測対象外のため封入なし）

ナンバーカード（ウェア背面部に装着）

ヘルメット用シール（ヘルメット前頭部へ貼付）

・ファンライド小学生（親子ペア）の部には、ナンバーカード及びシールが各2枚ずつ封入されています。親子それぞれでご装着願います。

下山用荷物預け袋（前日受付時に配布／45ℓ半透明取っ手付きビニール袋）

下山用荷物預けシール（預け袋の前面に貼付）

・ナンバーカード、計測チップを紛失、お忘れの場合、再発行手数料として¥2,000が掛かりますので、ご注意ください。

