

－ 日 程 表 －

3月28日（土）

時間	日程	会場・備考
13:00 ～ 17:00	前日受付	窪川小学校体育館（スタート会場）

3月29日（日）

時間	日程	会場・備考
6:30 ～ 8:20	当日受付	窪川小学校体育館（スタート会場）
6:30 ～ 8:20	荷物預かり	窪川小学校グラウンド（スタート会場）
8:00 ～ 8:40	開会式	主催者挨拶・来賓祝辞
9:00	スタート	窪川小学校グラウンド北側（スタート地点）
11:30 ～	荷物受け渡し開始	ふるさと交流センター（ゴール会場）
12:00 ～	シャトルバス運行開始	スタート地点付近まで運行
12:30	関門（封鎖）25km地点	関門時間：スタートから3時間30分
13:00 ～	表彰式	ふるさと交流センター（ゴール会場）
15:00	競技終了	制限時間：6時間

開会式	表彰式
<p>① 開会宣言</p> <p style="padding-left: 20px;">実行委員長 川上 哲男</p> <p>② 大会長挨拶</p> <p style="padding-left: 20px;">四万十町長 中尾 博憲</p> <p>③ 来賓祝辞</p> <p style="padding-left: 20px;">高知県知事 濱田 省司</p> <p style="padding-left: 20px;">四万十町友好交流協定締結自治体 大韓民国高敞郡企画予算室 室長 ソ・チグン</p> <p>④ 競技審判長説明</p> <p style="padding-left: 20px;">四万十町スポーツ推進委員会 委員長 田邊 一忠</p>	<p>★ 男子総合順位 1位～6位</p> <p style="padding-left: 20px;">女子総合順位 1位～6位</p> <p>★ 男子18～29歳以下部門 1位～3位</p> <p style="padding-left: 20px;">男子30～49歳以下部門 1位～3位</p> <p style="padding-left: 20px;">男子50歳以上部門 1位～3位</p> <p>★ 女子18～49歳以下部門 1位～3位</p> <p style="padding-left: 20px;">女子50歳以上部門 1位～3位</p> <p>★ 特別賞総合順位 410位</p> <p style="padding-left: 20px;">特別賞女子70歳以上部門 1位～3位</p> <p style="padding-left: 20px;">特別賞男子70歳以上部門 1位～3位</p>



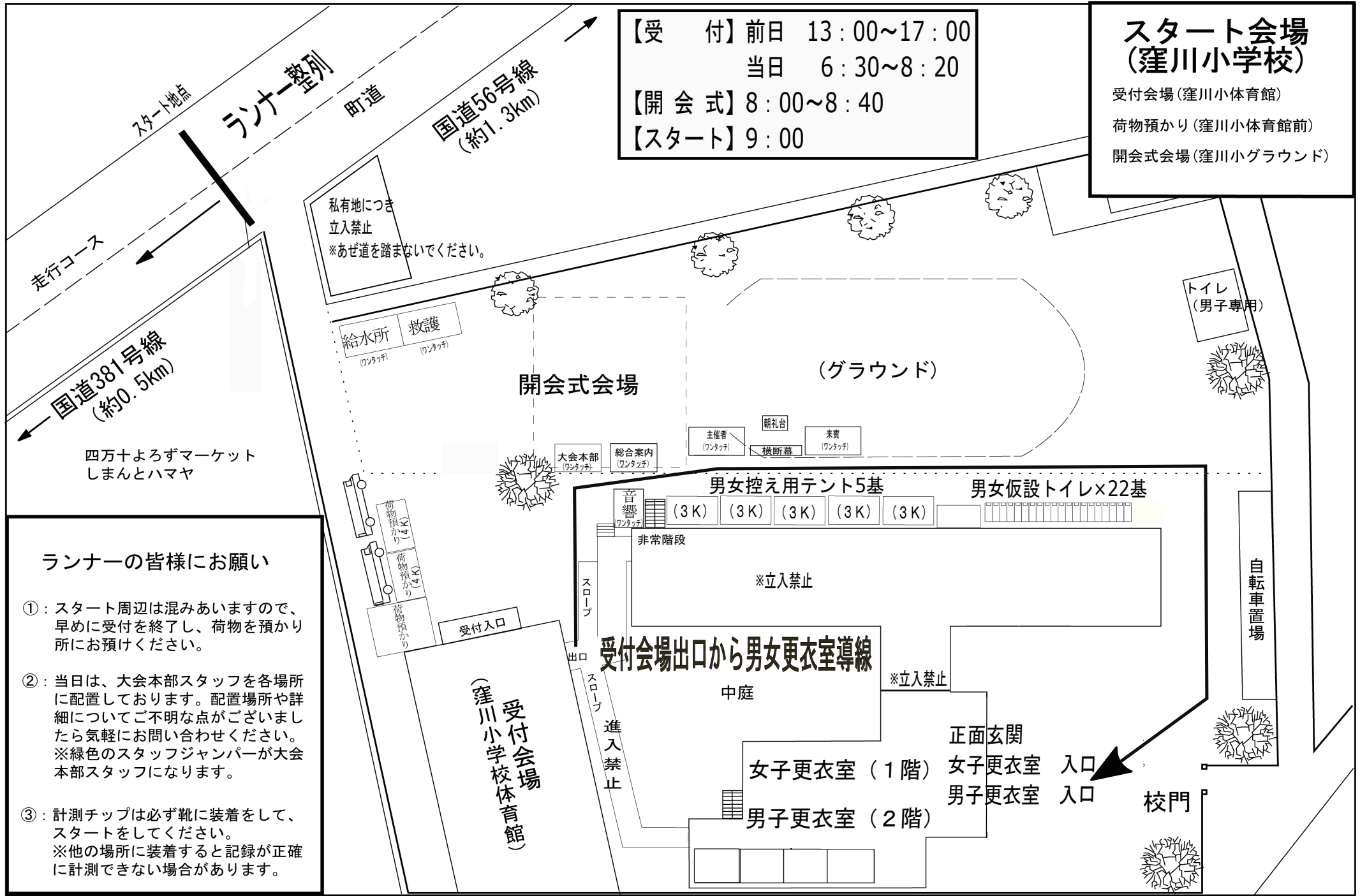
正規コース



監察・給水スタッフの業務終了は最後尾車通過後です

第18回四万十川桜マラソン大会 給水所提供品（予定）

給水所	距離	区間距離	提供品											AED	救護スタッフ常駐	仮設トイレ	
スタート会場				水	スポーツドリンク										AED	救護スタッフ常駐	○
第1給水所	4.3km地点	第2給水所まで 4.9km		水	スポーツドリンク										AED		○
第2給水所	9.2km地点	第3給水所まで 4.6km		水	スポーツドリンク										AED		○
第3給水所	13.8km地点	第4給水所まで 2.0km	スポンジ	水	スポーツドリンク	コーラ		トマト/ バナナ		塩ケンピ			パン	AED		○	
第4給水所	15.8km地点	第5給水所まで 3.7km		水	スポーツドリンク			キュウリ/ バナナ		塩ケンピ			パン	AED	救護スタッフ常駐	○	
第5給水所	19.5km地点	第6給水所まで 5.6km	スポンジ	水	スポーツドリンク	コーラ		おにぎり/ おしるこ			ゼリー	梅干し		AED		○	
関門	25km地点	第6給水所まで 100m		水	スポーツドリンク									AED	救護スタッフ常駐	施設トイレ	
第6給水所	25.1km地点	第7給水所まで 4.5km	スポンジ	水	スポーツドリンク	コーラ		バナナ	おにぎり/ お味噌汁	塩ケンピ	ゼリー			AED	救護スタッフ常駐	○	
第7給水所	29.6km地点	第8給水所まで 3.8km		水	スポーツドリンク		甘酒	バナナ	おにぎり/ しょうがゆ			梅干し		AED	救護スタッフ常駐	○	
第8給水所	33.4km地点	第9給水所まで 3.0km	スポンジ	水	スポーツドリンク	コーラ		バナナ	おにぎり		ゼリー			AED	救護スタッフ常駐	○	
第9給水所	36.4km地点	第10給水所まで 3.2km		水	スポーツドリンク			バナナ		塩ケンピ		梅干し	パン	AED		○	
第10給水所	39.6km地点	ゴールまで 2.595km		水	スポーツドリンク	コーラ		バナナ		塩ケンピ	ゼリー		パン	AED	救護スタッフ常駐	○	
ゴール会場				水	スポーツドリンク	コーラ								AED	救護スタッフ常駐	○	



【受付】前日 13:00~17:00
 当日 6:30~8:20
 【開会式】8:00~8:40
 【スタート】9:00

**スタート会場
 (窪川小学校)**
 受付会場 (窪川小体育館)
 荷物預かり (窪川小体育館前)
 開会式会場 (窪川小グラウンド)

ランナーの皆様へお願い

- ①: スタート周辺は混みあいますので、早めに受付を終了し、荷物を預かり所にお預けください。
- ②: 当日は、大会本部スタッフを各場所に配置しております。配置場所や詳細についてご不明な点がございましたら気軽にお問い合わせください。※緑色のスタッフジャンパーが大会本部スタッフになります。
- ③: 計測チップは必ず靴に装着をして、スタートをしてください。※他の場所に装着すると記録が正確に計測できない場合があります。

私有地につき
 立入禁止
 ※あぜ道を踏まないでください。

給水所 (ワントラック) 救護 (ワントラック)

開会式会場

(グラウンド)

トイレ (男子専用)

主催者 (ワントラック) 朝礼台 来賓 (ワントラック)
 横断幕 大会本部 (ワントラック) 総合案内 (ワントラック)

男女控え用テント5基 (3K) (3K) (3K) (3K) (3K)
 男女仮設トイレ×22基
 非常階段 ※立入禁止
 受付会場出口から男女更衣室導線
 中庭 ※立入禁止
 女子更衣室 (1階) 男子更衣室 (2階)
 正面玄関 女子更衣室 入口 男子更衣室 入口
 校門

荷物預かり (4K) 荷物預かり (4K) 荷物預かり (4K)

受付入口 (窪川小学校体育館)

自転車置場

音響 (ワントラック) スロープ 出入口 進入禁止

四万十よろずマーケット
 しまんとハマヤ

走行コース

スタート地点

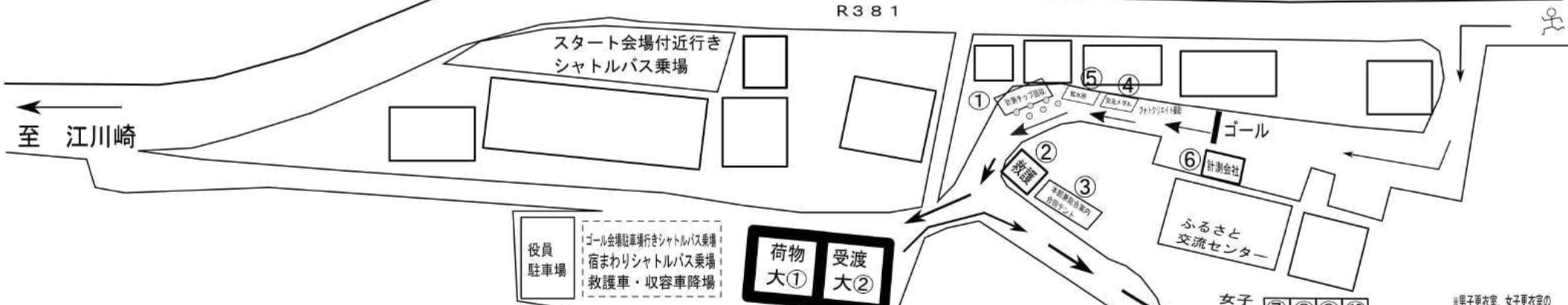
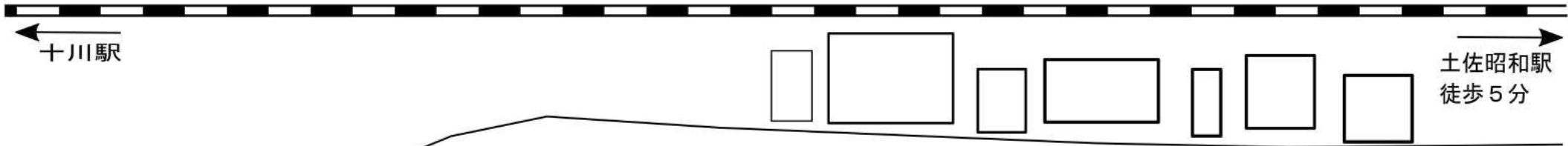
ランナー整列

町道

国道56号線 (約1.3km)

国道381号線 (約0.5km)

JR予土線



※表彰式は13:00から行います

応援の方へ
 ゴール会場駐車場（こいのぼり公園）は江川崎方面へ車で10分の所にあります。無料シャトルバスをご利用し来場してください。
 会場周辺の路肩などへの駐車や交通の妨げ、近隣の住民に迷惑となる駐車は行わないでください。




※天候良くなければ、中型テント2張設置

ふるさと交流センター
 四万十川川遊び公園
 トイレ (8基)

※男子更衣室、女子更衣室のテント配置は変更の可能性があります。

表彰式会場
 (雨天時は隣接するテントで行います)

(ゴール会場図)

-  = 大型テント4基 ①~④
-  = カリヤテント持込テント (3.6m×5.4m) 4基 ①7~②3
-  = 十和ワンタッチテント16基 ①~①6

J R時刻表

大会駐車場は大変混み合う恐れがありますので注意して下さい。またゴール会場からスタート方面へのシャトルバスはランナーの方以外は利用できませんので、応援の方はJ R予土線のご利用をお願いします。

◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇ J R予土線時刻表 ◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇

スタート⇒ゴール	
窪川駅 発	土佐昭和駅 着
9:39	10:17
13:15	13:56
17:41	18:19

ゴール⇒スタート	
土佐昭和駅 発	窪川駅 着
11:08	12:11
14:57	15:34
19:02	19:44

土佐昭和⇒宇和島方面	
土佐昭和駅 発	宇和島駅 着
13:56	16:08
18:19	20:07

◇◇◇◇ J R土讃線時刻表 ◇◇◇◇

窪川⇒高知方面		
窪川駅 発	高知駅 着	
12:33	14:41	普通
13:56	15:05	特急
15:56	17:04	特急
16:37	18:50	普通・須崎乗換
17:19	18:29	特急
18:45	20:51	普通
19:24	20:29	特急



予土線3兄弟の長男
「しまんとトロッコ」も応援団

※こちらの時刻表は、2025年2月1日現在のものです。

2026年3月中旬のダイヤ改正等により変更になる場合がございますので、ご利用される場合は下記にて再確認をお願いします。

スタート会場へ

高知⇒窪川	
高知駅 発	窪川駅 着
5:39	7:59

J R四国

列車の発車時刻、運賃・料金に関するお問合せは・・・
JR四国電話案内センター (8:00～19:00/年中無休)
TEL (0570)00-4592 (通話料がかかります)

第18回 四万十川桜マラソン大会 無料送迎バス運行時刻表

① << 停車予定場所・3月29日 朝 スタート地点行き >>

行き先 運行バス	道の駅 とおわ	十和温泉	鯉のぼり 公園前	大奈路西田 邸前三叉路	ウェル花夢 大正温泉	大正駅	道の駅 大正	針木分岐	弘瀬 トンネル口	スタート地点 窪川小学校	使用車両 No.
四万十交通 大型	6:00	6:05	6:10	—	—	6:35	6:40	6:50	6:51	7:05	
四万十交通 大型	6:10	6:15	6:20	—	—	6:45	6:50	7:00	7:01	7:15	
四万十交通 大型	6:20	6:25	6:30	—	—	6:55	7:00	7:10	7:11	7:25	
四万十交通 大型	6:30	6:35	6:40	—	—	7:05	7:10	7:20	7:21	7:35	
四万十交通 大型	6:40	6:45	6:50	—	—	7:15	7:20	7:30	7:31	7:45	
四万十交通 大型	6:50	6:55	7:00	—	—	7:25	7:30	7:40	7:41	7:55	
四万十交通 大型				7:00	7:07	—	7:25	7:35	7:36	7:50	



③ << (P1) (P2) 出発、スタート会場行き 巡回シャトルバス >>

行き先 運行バス	松葉川温泉	宿泊処 松葉川屋	スタート地点	使用車両 No.
四万十交通 中型	7:00	7:20	—	7:40

	緑林公園	五社駐車場	スタート地点 (窪川小学校)	使用車両 No.
シャトルバス 四万十交通	6:00~	ピストン運行致します。		
シャトルバス 四万十交通	6:30~	ピストン運行致します。		
シャトルバス 四万十交通	7:00~	ピストン運行致します。		



3月29日の朝は無料シャトルバスがお宿近くからスタート地点へ運行します。ご利用下さい。

② << 駐車場所予定時刻表・3月29日 帰り 午後便 >> 黒字はゴール会場からJR窪川駅、緑林公園行シャトルバス。 赤字は宿泊機関へ送迎専用バス。

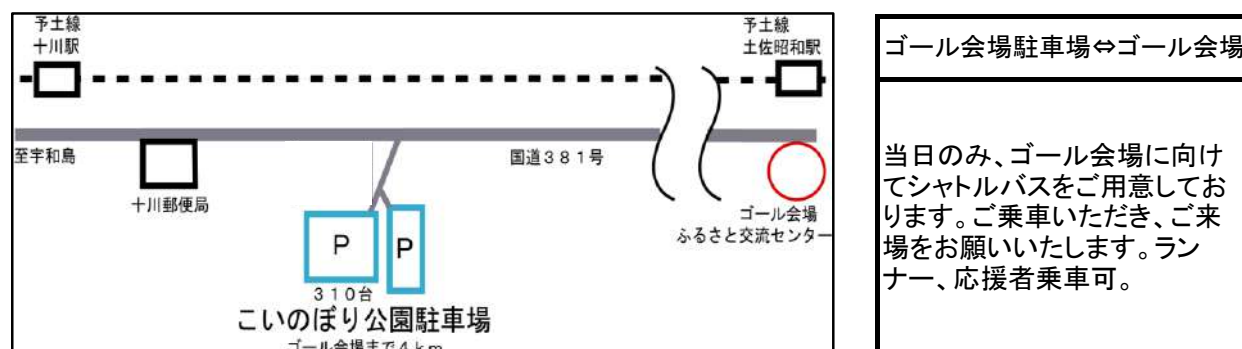
停車場所 運行バス	使用車両 No.	ゴール地点	道の駅とおわ 十和温泉	三島キャンプ場	大奈路西田 自動車	ウェル花夢 大正温泉	大正駅	道の駅 大正	針木分岐	弘瀬 トンネル口	窪川小学校 スタート地点	JR窪川駅	窪川郵便局前	窪川中学校	緑林駐車場	五社駐車場	宿泊処 松葉川屋	松葉川温泉
シャトルバス	町バス①	12:00	—	—	—	—	—	—	—	—	12:45	12:48	12:50	12:53	12:55	13:00	—	—
シャトルバス	②	12:30	—	—	—	—	—	—	—	—	13:15	13:18	13:20	13:23	13:25	13:30	—	—
シャトルバス	③	13:00	—	—	—	—	—	—	—	—	13:45	13:48	13:50	13:53	13:55	14:00	—	—
シャトルバス	④	13:15	—	—	—	—	—	—	—	—	14:00	14:03	14:05	14:08	14:10	14:15	—	—
シャトルバス	⑤	13:30	—	—	—	—	—	—	—	—	14:15	14:18	14:20	14:23	14:25	14:30	—	—
シャトルバス	⑥	13:45	—	—	—	—	—	—	—	—	14:30	14:33	14:35	14:38	14:40	14:45	—	—
シャトルバス	⑦	14:00	—	—	—	—	—	—	—	—	14:45	14:48	14:50	14:53	14:55	15:00	—	—
シャトルバス	⑧	14:10	—	—	—	—	—	—	—	—	14:55	14:58	15:00	15:03	15:05	15:10	—	—
シャトルバス	⑨	14:20	—	—	—	—	—	—	—	—	15:05	15:08	15:10	15:13	15:15	15:20	—	—
シャトルバス	⑩	14:30	—	—	—	—	—	—	—	—	15:15	15:18	15:20	15:23	15:25	15:30	—	—
シャトルバス	⑪	14:40	—	—	—	—	—	—	—	—	15:25	15:28	15:30	15:33	15:35	15:40	—	—
シャトルバス	町バス①	14:50	—	—	—	—	—	—	—	—	15:35	15:38	15:40	15:43	15:45	15:50	—	—
シャトルバス	②	15:00	—	—	—	—	—	—	—	—	15:45	15:48	15:50	15:53	15:55	16:00	—	—
お宿送り		15:00	15:10	15:25	15:40	15:50	16:00	—	16:15	16:17	16:30	16:35	16:40	17:10	17:15	17:20	17:40	18:10
シャトルバス	③	15:10	—	—	—	—	—	—	—	—	15:55	15:58	16:00	16:03	16:05	16:10	—	—
シャトルバス	④	15:20	—	—	—	—	—	—	—	—	16:05	16:08	16:10	16:13	16:15	16:20	—	—
シャトルバス	⑤	15:30	—	—	—	—	—	—	—	—	16:15	16:18	16:20	16:23	16:25	16:30	—	—
シャトルバス	⑥	15:40	—	—	—	—	—	—	—	—	16:25	16:28	16:30	16:33	16:35	16:40	—	—
シャトルバス	⑦	15:50	—	—	—	—	—	—	—	—	16:35	16:38	16:40	16:43	16:45	16:50	—	—
シャトルバス	⑧	16:00	—	—	—	—	—	—	—	—	16:45	16:48	16:50	16:53	16:55	17:00	—	—
シャトルバス	⑨	16:10	—	—	—	—	—	—	—	—	16:55	16:58	17:00	17:03	17:05	17:10	—	—
シャトルバス	⑩	16:20	—	—	—	—	—	—	—	—	17:05	17:08	17:10	17:13	17:15	17:20	—	—
シャトルバス	⑪	16:30	—	—	—	—	—	—	—	—	17:15	17:18	17:20	17:23	17:25	17:30	—	—

第18回四万十川桜マラソン大会駐車場案内図(スタート会場付近)



※1 しまんとハマヤよろずマーケットさんはマラソン用駐車場ではありませんので駐車しないでください。

第18回四万十川桜マラソン大会駐車場案内図(ゴール会場付近)



交通規制区間全体図

A区間 8:40~9:25全面通行止
リュウビ前交差点~新開町信号交差点

B区間 8:55~9:25全面通行止
新開町信号交差点~大井野三叉路

走路規制重点区間 L = 4, 300m



		警察官	警備員
①	リュウビ前交差点	2名	1名
②	キッチンケロちゃん前	2名 後方パトカー乗車	
③	窪川土木事務所前	2名 ※先導白バイ乗車	
④	遠藤自動車前	1名	1名
⑤	新開町信号交差点	2名	1名
⑥	大井野三叉路交差点	2名	1名

※雨天の場合、先導白バイからパトカーが先導

第1給水所

