

## How to Running Obuse!!

記録を目指す人、小布施を見ながらゆっくり歩きたい人  
自分のペースで、どんな人でも楽しんでいただけるように  
ここで、ちょっぴり教えます。

### ◎ 出身地カード(ゼッケン)でアピールしよう!

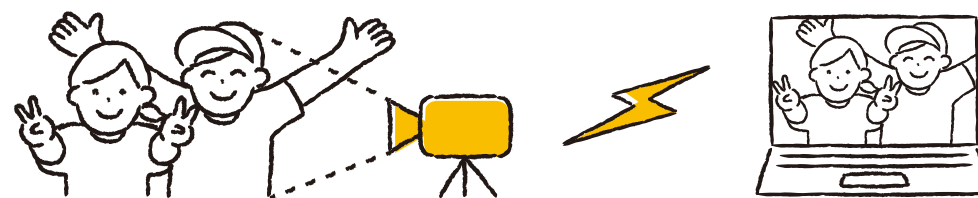
毎年海の日になると、全国各地のランナーが小布施に足を運んでくださいます。  
見知らぬ旅先で同郷の人に出会った時の驚きと親近感は格別なもの。  
ここ小布施の地でも新たな出会いを育てていただきたい。  
ランナー同士はもちろん、ランナーと沿道のボランティアや  
応援の方とのコミュニケーションのきっかけにしていきたい。  
このような想いを込めて「出身地カード」をご用意しました。

長野県外からエントリーいただいた方には都道府県名を、  
長野県内からエントリーいただいた方には市町村名をお載せしています。  
「出身地カード」中央の空白部分はランナーの皆さんが  
メッセージを自由に書き込めるスペースになっています。  
「自己紹介」や「自分自身を奮い立たせるメッセージ」  
「ボランティアや応援の方へのメッセージ」「仮装のこだわりポイント」等々、  
思い思いのメッセージを書き込んでアピールしてみてください。  
思わぬ交流のきっかけになるかもしれませんよ! ?  
「出身地カード」は「ナンバーカード」とは違って付けるも付けられないもあなた次第!  
迷ったら試しに付けてみましょう!



### ◎ 小布施の夏を全世界に生配信!!

今年も大会中の様子を YouTube を通じて生配信いたします。  
配信場所は、スタートラインステージ前、第7 給水所玄照寺境内、  
フィニッシュエリア総合公園の3 箇所!  
特に第7 給水所玄照寺境内にはパフォーマンスステージを設置し、360°パノラマ映像にて配信予定です!  
仮装をされる方もされない方も、是非ひと夏の思い出におもいきり弾けてみてください!  
応援の方も大会の雰囲気とステージパフォーマンスを充分楽しんでいただけますよ。



### ◎ Obuse Ministagram (小布施見にスタグラム) ~小布施の道で最高の笑顔を撮ろう~

今年も小布施見にマラソンインスタグラム投稿企画を実施いたします。  
投稿内容は、小布施の景色からランナーの様子、ボランティアの活動風景まで  
第19 回小布施見にマラソンにかかわるものなら何でも OK!!  
あなたの見つけたとっておきの1 コマをご投稿ください。  
エントリー方法は、#小布施見にマラソン2022 と  
ハッシュタグをつけて投稿するだけ!  
入賞された方には、大会事務局よりInstagramを通して  
ご連絡差し上げます。素敵なプレゼントをご用意していますよ。

### ◎ コスチューム入賞の秘訣

実は、コスチューム賞の選考はゲストランナーを中心に行っているのをご存知ですか?  
コース上で目を光らせているゲストランナーが皆さんのコスチュームを密かにチェックし、  
事前に撮影したエントリー写真と照らし合わせて入賞者を選考しています。  
なので、入賞の秘訣とやらは、インパクトのあるエントリー写真を撮影することと、  
コース上ですれ違うゲストランナーに、さりげなくアピール!!  
・・・するのが、近道なのかもしれません。  
無理なく仮装を楽しむためにも、涼しいコスチュームがおすすめです!  
年々増加するコスチュームランナーの皆さん。  
周りの沿道の応援団までをも楽しませてくれて、いつもありがとうございます。

### ◎ オリジナル筒状バンダナ活用法

今大会も参加賞としてバンダナをご用意しました。  
このバンダナは何種類もの使い方ができる優れもの!  
筒状になっており、キャップやシュシュにも早変わり。  
何よりもオススメの活用法は、コース上で配布される氷袋の中身を  
直接バンダナに巻き込んで首にあててみてください。  
ひんやり氷の冷たさを感じられ、一気にクールダウン!  
ますます楽しくRunできますよ!

#### ◆氷袋はコース上のいくつかのポイントで配布

見つけたら、是非お試しあれ!!  
氷袋の中身は飲む事ができます。  
是非、最後まで飲みきってくださいね!  
とても美味しく、冷たさが  
身に染みるはずですよ。

▶ 氷の配布場所は P6,7

