

ぐんまマラソン 2018 コースマップ

フルマラソン コースマップ

ポイント

国道17号や西毛広域幹線道路、
高崎環状線を走ります

新幹線スマートIC



FINISH

START

開催エリアマップ



ポイント

利根川沿いから赤城山や
榛名山の景観が楽しめます

ポイント

安全に走りやすくなりました

ポイント

1月1日開催のニューイヤー駅伝 in
ぐんまと同じコースを走ります

今年もやります! 給水所23カ所

距離	場所	水・スポーツドリンク	エイド
1	3.5km	AKB駅前	●
2	5.1km	ALSOK・多摩総合スポーツセンター前	●
3	6.8km	新井川・大井町	●
4	8.5km	正田競馬スタジアムA前 西入口前	●
5	9.8km	大井町西口前	●
6	11.3km	群馬県立総合技術センター前	●
7	13.2km	セーブイン・群馬県庁前	●
8	15.1km	イオン・大井町	●
9	16.1km	群馬県立総合技術センター前	●
10	18.1km	利根川沿い・群馬県立総合技術センター前	●
11	20.1km	群馬県立総合技術センター前	●
12	22.0km	群馬県立総合技術センター前	●
13	24.0km	群馬県立総合技術センター前	●
14	26.0km	群馬県立総合技術センター前	●
15	28.0km	セーブイン・群馬県立総合技術センター前	●
16	29.5km	マルエツ・群馬県立総合技術センター前	●
17	31.5km	群馬県立総合技術センター前	●
18	33.5km	群馬県立総合技術センター前	●
19	35.0km	群馬県立総合技術センター前	●
20	37.0km	群馬県立総合技術センター前	●
21	37.5km	群馬県立総合技術センター前	●
22	39.0km	群馬県立総合技術センター前	●
23	40.8km	群馬県立総合技術センター前	●

フルマラソン 高低図



第 28 回ぐんまマラソン(群馬県) 2018 年 11 月 3 日

絶好のマラソン日和 コースもほぼ平坦で、絶好のマラソン日和だったので、好タイムを狙っていたのですが、前日に 焼肉を食べすぎたせいか、体が重く、思うようにペースが上がりませんでした。それでも何とか最後まで粘って、ペースダウンを抑えたので、何とか最低目標ラインの 3 時間 20 分を切ることができました。年代別 3 位といううれしい結果も待っていました。 .

総合評価 97.5 点

次回大会参加者へのアドバイス ほぼ平坦のコースですが、10km 過ぎの橋のアップダウンと、後半 35km 過ぎから 2km 続く川沿いの やや道幅の狭いアップダウンコースを克服すれば、問題ありません。

