

OTT 参加のみなさま

あけましておめでとうございます。

OTT 事務局です。2019年もどうぞよろしく申し上げます。

OTT に参加されるみなさんは、駅伝観戦の真っ最中かもしれませんね。

オトナのタイムトライアル@駒沢オリンピック公園総合運動場競技場が近づいてきました。

ニューイヤー駅伝や箱根駅伝をみて走りたくなったみなさんに朗報です。

なんと、今年のニューイヤー駅伝や箱根駅伝を走る選手の中から

OTT のペースメーカーとして走ってくださる方がいらっしゃいます！

運営スタッフも俄然、楽しみになってきました。

年末年始の食べ過ぎ、飲み過ぎで体が重くなったみなさん、

OTT で「走り初め」の準備はできているでしょうか？

今回は5日にスペシャルな講師陣が参加するランニングクリニックを、  
そして翌日6日に本番のタイムトライアルを開催します。

募集要項にも記しましたが、今回の開催の経緯はこんな感じです。

くさまざまな学生ランナーや実業団ランナーたちと

OTTの運営を通じて触れ合っていくうちに、

「競技は引退しても走ることは続けてもらいたい」

という気持ちが我々、スタッフの中に芽生えてきました。

そこで「ぼくらなりの漢祭を作ってみよう」というアイデアがうまれました。

有名無名問わず、日本中の学生長距離ランナーたちが

最高の声援とムードで記録が狙えるようなレースを作りたいと思います>

こんな思いから、キッズや5000mはもちろん、OTT初の「10000m」で、

自己ベストを目指す大勢の市民ランナー、そして大学生ランナーの

熱く、自分自身と向き合うような走りが見られるのではないかと、  
スタッフ一同楽しみにしております。

以下、概要に必ずお目通しください。

<集合場所>

駒沢オリンピック公園総合運動場競技場

東京都世田谷区駒沢公園 1 - 1

[http://www.tef.or.jp/kopgp/stadium\\_top.jsp](http://www.tef.or.jp/kopgp/stadium_top.jsp)

交通のご案内：東急田園都市線「駒沢大学駅」から徒歩 15 分

競技場 A ゲート（100m スタート地点付近のゲートです）に受付があります。

<タイムテーブル>

1月5日（前日刺激クリニックイベント）

14:00- 三田裕介「アップってどこまでやればいいのか？」

15:00- 高木聖也「本当の青トレ実践編」

16:00- 横田真人「マンザーノ式サーキットトレーニング」

1月6日（オトナのタイムトライアル）

・エントリーリスト

<http://otona-tt.com/OTT201901List.pdf>

・スケジュール

<http://otona-tt.com/sc2019.pdf>

<集合時間>

・5日のクリニック及び、6日のタイムトライアルも

それぞれクリニック開始時間・各組出走時間の遅くとも

30分前までに受付をお済ませください。（推奨1時間前）

・スタート15分前に最終コール（出走者確認）を行います。

エントリーリストとスケジュールには、みなさまが出走するレースの

受付締め切り時間、招集時間、スタート時間が明記されています。

タイムテーブルをみて、スタート時間ギリギリにこられても

受付が終了と同時に計測ができなくなる場合があります。

「スタート時間」ではなく「受付締め切り時間」までに会場にお越しください。

<受付について>

今回もエントリーハガキのようなものではありません。

受付にきて、お名前をいっていただければ大丈夫！

スタッフがゼッケンなどをお渡しいたします。

受付はスタート直前ではなく、上記タイムテーブルに記された

各組「受付締め切り時間」までにおこしてください。

早めに会場に来たほうが、雰囲気にも慣れますよ。

<開催可否について>

大会当日、荒天、地震などの災害があった場合は

主催者の判断で中止とさせていただきます。

中止の場合は、当日の朝 6 時までに

大会 HP・ツイッター等の SNS でお知らせをします。

<https://twitter.com/OtonaTT>

<貴重品は最低限に>

駒沢公園にはロッカーもありますし、

OTT でも貴重品預かりをもうけております。

ただ、貴重品や現金などは最低限にして、

会場におこしいただけると嬉しいです。

<体調について>

真冬のレースで好記録も期待できます。

でも、油断は禁物です。

特に前日の飲酒は脱水症状を招きまやすくなります。

「飲むな！」とまでいいませんが、「ほどほど」にして、  
美味しいお酒はレース後までとっておいてくださいね。

また当日は水分補給を忘れずに。

自販機もありますが、駅からの道中のコンビニなどで

スポーツドリンクなどをご用意ください。

<できたら最終組まで楽しんで>

OTT が一番盛り上がる時間。それは最終レースです。

ご自身のレースが終わったらクールダウンして

ストレッチなどしながら最終レースまで一緒に楽しみましょう。

最終レースが終了直後、OTT 名物となった

選手、スタッフ、観客が一緒になって

グラウンドを1周するウィニングランの時間があります。

[https://www.youtube.com/watch?v=4yd4cSuh\\_mk](https://www.youtube.com/watch?v=4yd4cSuh_mk)

BGM は世陸のあの曲。サビだけでも歌えるようになっておくと

よりいっそうウィニングランが楽しめます。

ウィニングランが終了したら、全員での記念撮影です。

MC が「せーの」といったら、全員で「わっしょーい！」と腕をあげます。

これは外丸和輝選手（東京農大→トヨタ自動車）が開発した

「外丸方式」と呼ばれる記念撮影方法。

もはや定番となりつつある「外丸方式」を今回も採用します。



最後はみんなで「わっしょーい！」と笑顔でよろしくおねがいます。

<初の OTT グッズ、T シャツを作りました！>

「OTT のボランティア T シャツ。すごくいいんですけど、

あれ、売っていないんですか？」というお問い合わせをよくいただきます。

毎回、スタッフたちが頭をひねりながら作るボランティア T シャツ。

今回は真冬のイベントということもあり、ボランティアジャケットを制作しました。

「とはいっても、T シャツほしいよね。つくりたいよね」

と運営スタッフでもりあがっているうちに、

初の公式 T シャツを作っちゃいました！しかも 3 種類。

・トラックを 25 周する 10000m を表現した「25LAPS」(WHITE と BLACK の 2 種類あります)

・オレゴン大学のスクールカラーをモチーフにした「OREGON GREEN」

こちらのツイッター投稿に写真もアップしておきました。

[https://twitter.com/EKIDEN\\_News/status/1078840830230556672](https://twitter.com/EKIDEN_News/status/1078840830230556672)

サイズは XS から XL の 5 サイズ展開。お値段は 1 枚 2500 円（税込）です。

こちらの T シャツを 1 月 6 日、会場で販売いたします。

特に小さめの方や大きめな方に関してはサイズが限られていることもあって

事前に予約しておかれたほうが安心かなと考えまして、

とりおき予約フォームを作っておきました。

こちらよりお申し込みくださいませ。

<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdzWXileBgDM5O8DerWR6XR>

[Km7Ar8HLjnm2rtXzEPhSd\\_kEAg/viewform](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdzWXileBgDM5O8DerWR6XR/Km7Ar8HLjnm2rtXzEPhSd_kEAg/viewform)

**【ハッシュタグは#OTT】**

今回も日本全国から市民ランナーが集まります。

前日の準備や家を出て会場までの移動や集合の様子。

ぜひ、今回もハッシュタグ「#OTT」をつけて、

どんどん Twitter や Instagram に投稿していきましょう。

会場へ向かう道中もハッシュタグをチェックしながら

「こんな人たちと走るんだ」

不思議とひとりぼっち感が薄れていくことでしょう。

お互いの投稿を楽しみながら会場にむかい、

テンションをあげていきましょう。

そんなみなさんのツイートを

陸上・マラソクラスタのタイムラインを埋め尽くすべく

OTT 公式と EKIDEN News が「鬼 RT」をする（はず）。

もちろん公式アカウント@otonaTT

<https://twitter.com/OtonaTT>

のフォローも忘れずに♪

今回も密かにツイッタートレンド入りを狙ってます。

長々と書いてまいりましたが

わたくしどもからのお知らせは以上です。

みなさんのお越しを楽しみにお待ちしております。

オトナのタイムトライアル実行委員会スタッフ一同

-----

OTT 実行委員会

公式 HP <http://otona-tt.com/>

Facebook ページ <https://www.facebook.com/Otona.no.TimeTrial>

Twitter アカウント <https://twitter.com/OtonaTT>