

OTT ランナーのみなさま

いよいよ OTT の開催が近づいてまいりました。

プレ東京オリンピックイヤーということもあって

今年はずっとにまして、

春から陸上競技のイベントが目白押し。

暑くて走るにはつらい真夏になる前に

念願の織田フィールドで開催できることになりました。

さあ、これから出走前のお知らせを

つらつらと語っていくわけですが、

とくにオトナのみなさんにむけて

一番大事なことを最初に言います！

「OTT 前日は酒は飲まずにゆっくり休む！」

もういちど言います。

「OTT 前日は酒は飲まずにゆっくり休む！」

6月9日の天気予報は曇り。

そんなに気温も上がらないという予想もでてますが、

みなさん、もう明らかに夏に入ってます。

ということは熱中症のリスクが高まっています。

山梨学院大学からサン工業で働きながら

毎週のようにトラックやロードレースに出走し

タイムを伸ばし続け、

いつのまにか日本選手権 10000m を走ってた

桃澤選手のような生活をしていれば問題ないのですが、

(今回もペースメーカーとしてやってきます)

夏になりたての今の時期、

1500m や 5000m を全力で走ったら

カラダはびっくりすると思うのです。

前日はオトナはアルコールを控え、早めに寝て

万全の体調で織田フィールドにおこしてください。

ここまで読んだらわたくしどもからのお知らせの

9割は済んだも同然なのですが、

残りの1割を改めてお知らせいたしますね。

**【聖地・織田フィールドに集合です】**

織田フィールドの正式名称は代々木公園陸上競技場。

(東京都渋谷区神南2丁目3-1)

JR 原宿駅、千代田線明治神宮前 or 代々木公園駅などが最寄り駅。

織田フィールドには自動販売機くらいしかないので

しっかりご飯をたべておこしてください。

はじめて代々木公園に来るという方は

大きな公園ですので迷ったらこちらの地図もご参照ください。

<https://goo.gl/maps/pnX4zXxkMns>

### 【受付について】

織田フィールドに入るとすぐに受付があります。

受付といっても簡素長机がおいているだけですが、

数多くの OTT ボランティアスタッフでも

よりすぐりの笑顔良しの男女を受付に配置いたしました。

ボランティアスタッフの笑顔に気後れすることなく、

ご自分のお名前を言っていただくだけで、

スタッフがあなたのゼッケンやチップといった

レースセットをお渡しいたします。

スタート直前に受付にきても

選手コールが終わってしまっていることもあります。

スタート直前に受付にくるのではなく、

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しね。

**【貴重品は最低限に。】**

織田フィールドにはロッカーもあるのですが、

すぐにいっぱいとなる傾向にあります。

ロッカーがいっぱいで荷物をどうしよう？

という場合は、OTTでも

貴重品預かりをもうけております。

財布やスマホなど、

「絶対なくしたくないもの」は

こちらにお預けください。

ただし、貴重品や現金やクレジットカードなどは

よく選別をして、使えるものだけを選び、

会場におこしいただけると嬉しいです。

どうぞよろしくおねがいします。

**【ハッシュタグは#OTT】**

今回も関東だけでなく、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。

家を出るときはひとりぼっちですが、

織田フィールドへの道すがら、

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。

**【ドリンクをご用意を】**

今回、出走するランナー全てにヴァームウォーター

ヴァームゼリー、ザバスミルクを配ります。

ヴァームウォーター・ヴァームゼリーは走った後よりも

ぜひ、走る前に飲んだほうが効果を感じることができます。

レース前はヴァームウォーターをちびちび飲みながら

ウォーターローディングにつとめてください。

(少ない量を時間をかけて何度も飲むと効果的です)

そして走った後は30分以内に

ザバスミルクで筋肉補修をいち早く施し、

今日の疲れを明日に残さないよう

ランナー各自でカラダのケアをよろしくおねがいします。

**【タイムテーブルをご確認ください】**

改めてタイムテーブルをご確認ください。

[https://otona-tt.com/pdf/sc2019\\_06.pdf](https://otona-tt.com/pdf/sc2019_06.pdf)



そして、各種目のスタートリストはこちらです。

5000m

<https://otona-tt.com/pdf/OTT201906List5000.pdf>

1500m

<https://otona-tt.com/pdf/OTT201906List1500.pdf>

1000m

<https://otona-tt.com/pdf/OTT201906List1000.pdf>

スタートリストには各レースの

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。

「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。

**【ニューバランスのシューズトライアル】**

トラック内にニューバランスによる

レーシングシューズトライアルブースをもうけています。

それぞれの設定タイムや距離にあわせた

最新の HANZO をずらーっとそろえてますよ。

ミムラボ×ニューバランスによる HANZO をまだお試しでないかたは

ちょっと早めに会場にきて、試し履きをして

そのままレースに出るっていうのもいいですね。

三村さんのシューズはパーンッとトラックからの反発がすごいですから

みなさんの自己ベスト更新をアシストしてくれるギアになるとおもいますよ。

レースだけでなくアップやダウン時は履き替えるのもいいですね。

トラック内テントに設けたニューバランスブースに

お気軽にお立ち寄りください。

**【できたら最終組まで楽しみましょう】**

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 は今年の世界陸上ドーハでも連日かかるに決まっているあの曲！

ウィニングランが終了したら、全員での記念撮影です。

そして、スタッフ、ランナー、見学者みんなで

撤収作業にはいります。

みんなでワイワイ撤収まで楽しんじゃいましょう！

**【開催可否について】**

大会当日、台風などの荒天、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、当日朝 6 時まで

大会 HP・ツイッター等の SNS でお知らせをさせていただきます。

<https://twitter.com/OtonaTT>

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運営スタッフ一同より