

# 第8回 千曲川ハーフマラソン

CHIKUMAGAWA HALF MARATHON  
**千曲川ハーフマラソン**  
 COURSE MAP  
**コースマップ**  
 2022.11.27 ④ スタート 9:00

制限時間：3時間00分(180分)

**関門閉鎖時間**

<b>S</b> 戸倉体育館	9:00 スタート
<b>①</b> 4.68 km	→ 9:45 (45分)
<b>②</b> 8.44 km	→ 10:20 (80分)
<b>③</b> 15.30 km	→ 11:20 (140分)
<b>④</b> 19.62 km	→ 11:50 (170分)
<b>G</b> 白鳥園	→ 12:00 (180分)

※ コースは一部変更する場合があります



**ACCESS**  
**戸倉体育館へのアクセス**

**鉄道でお越しの方**

- しのの鉄道「戸倉駅」下車 → 徒歩約24分  
 ※ 戸倉駅から戸倉体育館前まで無料シャトルバスを運行します。

**お車でお越しの方**

- 東京方面 → 「坂城 IC」から7 km 約10分
- 北陸方面 → 「更埴 IC」から9 km 約18分

※ 駐車場には限りがあります。  
 できるだけ公共機関をご利用ください。  
 ※ 駐車場が少し離れる場合があります(1 km程度)。  
 お早めにお越しくださるようお願いいたします。