



Hokkaido
Marathon

MGCシリーズ2025-26(男子G2/女子G2)

参加のご案内

北海道マラソン2025

8.31^{sun.} 08:30 START!



Association of International
Marathons and Distance Races



MARATHON
GRAND
CHAMPIONSHIP
SERIES



大会公式ホームページ

北海道マラソン

検索

<https://www.hokkaido-marathon.com/>



大会公式SNS



Facebook



X (旧Twitter)



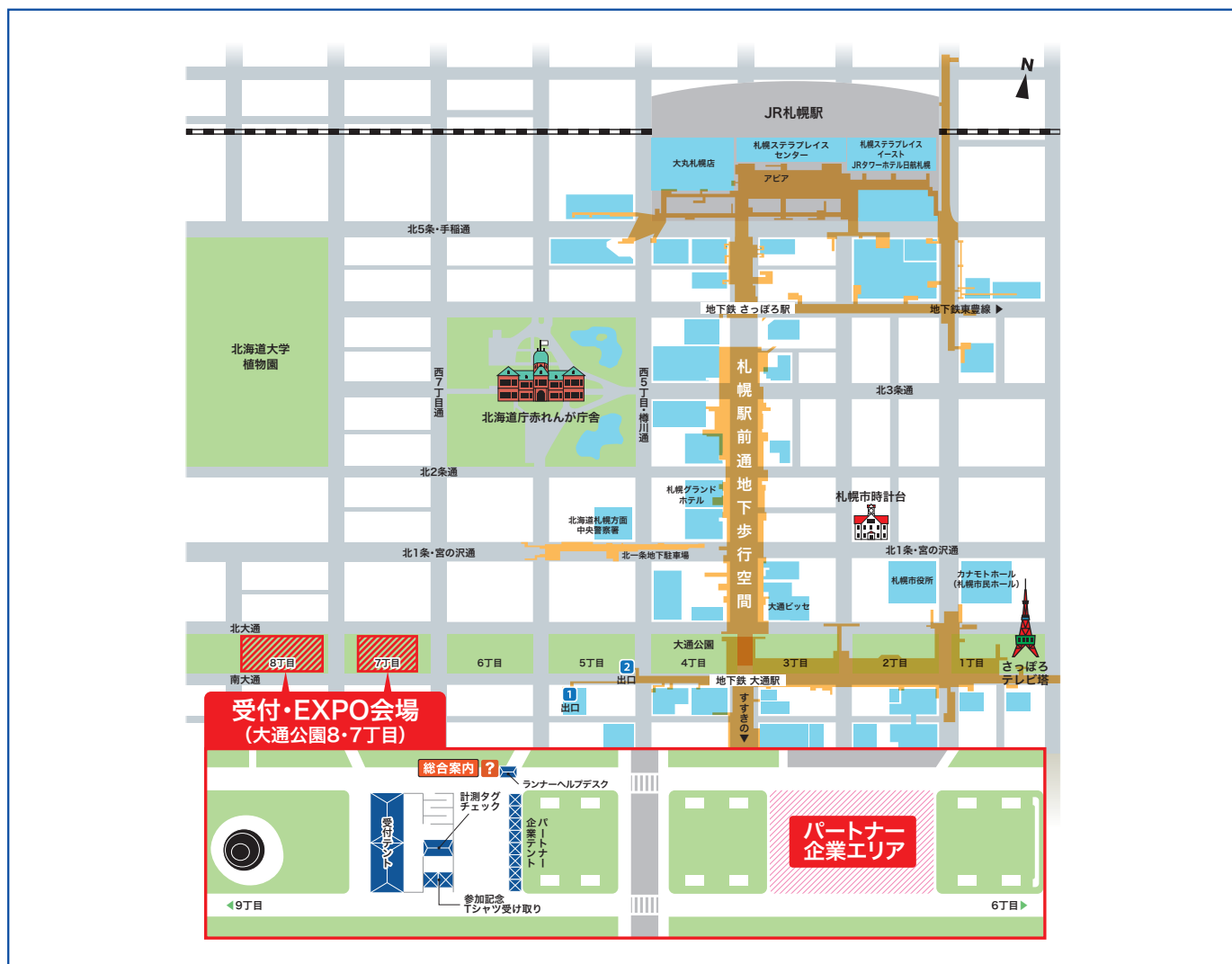
Instagram



スポーツ文化
まちのミライ



期 日	内 容	時 間	場 所
大会前々日 8月29日(金)	参加受付(アスリートビブス交付)	13:00 ~ 20:00	大通公園8丁目
	北海道マラソンEXPO2025		大通公園7・8丁目
大会前日 8月30日(土)	参加受付(アスリートビブス交付)	10:00 ~ 20:00	大通公園8丁目
	北海道マラソンEXPO2025		大通公園7・8丁目
大会当日 8月31日(日)	手荷物預かり	第1ウエーブ A~Fブロック	大通公園5 ~ 10丁目 北海道庁南駐車場
		第2ウエーブ G~Jブロック	
	スタートブロック整列	第1ウエーブ A~Fブロック	P10~11参照
		第2ウエーブ G~Jブロック	
	はまなす車いすマラソン2025 ハーフ スタート	7:50	大通西4丁目(駅前通)
	北海道マラソン2025 第1ウエーブ スタート	8:30	
	北海道マラソン2025 第2ウエーブ スタート	8:45	
	はまなす車いすマラソン2025 ショートレース スタート	9:10	
	北海道マラソン2025 ウィニングラン スタート	①9:55 ②9:57	
	大会終了	14:45頃	



大会当日の受け付けは行いませんので、ご注意ください。

日 時

8月29日(金) 13:00~20:00
30日(土) 10:00~20:00時間外の受け付けは行いません。
時間に余裕をもってご来場ください。

会 場

大通公園8丁目

■ 地下鉄南北線、東西線、東豊線「大通駅」下車徒歩約10分
■ JR「札幌駅」下車徒歩約20分

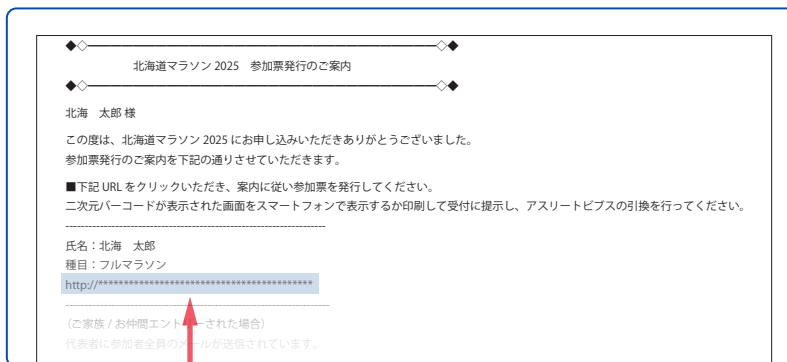
◎受付時にご準備いただくもの

WEB引換証 (RUN PASSPORT)

7月31日(木)配信のメールに記載されているURLをクリックし、
引換証の画面を表示させてください。

※8月22日(金)に同じ内容のメールを配信します。

■メール本文(イメージ)

メールは、
RUNNETに登録しているメールアドレスに送信します。

※「お仲間、ご家族エントリー」の方は、代表者のメールアドレスにメンバー全員の案内メールをお送りいたしますので転送をお願いします。

※出走権付き旅行プランなどRUNNET以外でエントリーされた方には、その際入力したメールアドレス宛に送信します。

このURLをクリックして引換証表示ページへ

スマートフォンをお持ちの場合

画面に表示された引換証を受付時にご提示ください。



画面イメージ

スマートフォンをお持ちではない場合

印刷した引換証を受付時にご提示ください(QRコードが必要です)。



引換証印刷イメージ

引換証に関するメールを受け取れなかった方、削除してしまった方は、下記QRコードおよびURLからも発行できます。

◎引換証を表示するには下記2つの情報が必要です。

① メールアドレス

大会公式アプリ/ホームページエントリーで手続きをされた方は、RUNNETに登録しているメールアドレスになります。その他の方法でエントリー手続きをされた方は、その際に入力したメールアドレスになります。

② 生年月日

ご自身の生年月日(西暦)を選択してください。「プルダウン式」になります。

URL <https://web.runpassport.jp/helpdesk/15530/2680f3f73fe6cb36299f1049a7c187a744fe909c>

①参加受付(アスリートビブス交付)

大通公園8丁目の受付テントで、
配付物をお受け取りください。

❗ 視覚障がい者の部の引き換え場所は、大通公園8丁目の
ランナーヘルプデスクです。
障害者手帳をご提示いただきますので必ずご持参ください。

●配付物 ※受付時に受け取るもの

※配付物のデザインは、変更する場合があります。

A アスリートビブスセット

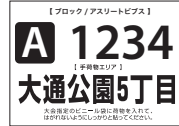
■アスリートビブス(2枚)



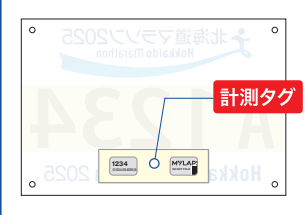
■安全ピン8本



■手荷物ラベルシール



アスリートビブス裏面(計測タグ貼付面)



❗ アスリートビブスは
前面と背面に1枚ずつ付けてください。

計測タグが付いている方を**前面(胸側)**に着用してください。
背中に装着すると計測できない場合があります。

※計測タグに強い衝撃を与えたり、故意に折り曲げたりしないでください。

※計測地点を通過時にアスリートビブスを手や腕で隠さないでください。
記録計測に支障をきたす可能性があります。

※雨天時など、上着を着る際はアスリートビブスが見えるように、上着の上にアスリートビブスを装着してください。

※計測タグのナンバーは管理番号となりアスリートビブス番号とは異なります。

※計測タグは回収しません。

※アスリートビブスの穴あけ等の加工はしないでください。失格になる場合があります。

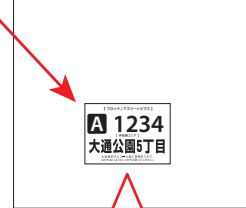
B 受付セット

■大会プログラム

■冷却材「パンチクールロング」



■手荷物預け用袋 サイズ: 65cm x 80cm



❗ 手荷物預け用袋に各自で荷物を
入れ、ラベルシールを貼りつけて、ラベル
シールに書いてある手荷物置き場に
置いてください。



◎アスリートビブスセット

Tシャツサイズ

②参加記念Tシャツ受け取り

サイズごとにレーンが分かれています。
エントリー時に希望したサイズのレーンで
Tシャツを受け取り、通過してください。

※サイズの変更はできません

今年の参加記念Tシャツは、 サカナクションとコラボ!

ボディは本大会ゴールドパートナー・アルペン様から提供いただく、
プライベートブランド「TIGORA(ティゴラ)」です。



前面

テーマソング「アイデンティティ」を
モチーフにしたデザイン。



背面

コースになっている通り名などを
エンドロール風に展開。

一番下にはサカナクションのロゴ
とテーマソングを入れて、コラボ
レーションを意識した仕上がり
になっています。

【TIGORAについて】

アルペングループの「ものづくり」へのこだわりは、多くのアスリートの
パフォーマンスを支えてきました。

TIGORAの商品は、その優れた機能性により、スポーツシーンはもちろん、
日々のライフスタイルシーンをも豊かにする商品を数多く
揃えています。

また、高い機能性と比べて圧倒的なお値打ちな価格は、多くの方に、
もっとスポーツウェアを手軽に手に取ってほしい、という我々の
想いを実現したものです。

TIGORAは、スポーツライフスタイルをもっと身近にするために、こ
れからも進化し続けます。

棄権する場合の対応について【電話連絡不要】

棄権される方で受付会場に来ることができない場合は、
参加記念Tシャツを着払いでお送りすることができます。

ゆうパケット発送

有料 **394円**
(360円+手数料)

お申し込みは右のQRからお願いします。

Tシャツを重複してお渡しすることを防ぐために受付履
歴と照合したうえで、準備が整い次第順次発送します。
お申し込みが多い場合、発送までに1カ月以上かかる
場合がありますので、あらかじめご承知おきください。
なお、Tシャツサイズの変更はできません。



③EXPO

パートナー企業等によるブースが多数出展しています。
ランナーだけでなく、どなたでもお楽しみいただけます。
ご家族やご友人もお誘いあわせの上、ぜひご来場ください。

北海道マラソンの 魅力を発信する 2日間

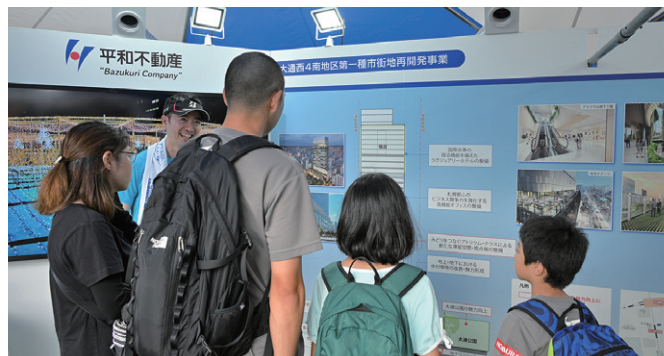
会場 大通公園 7・8丁目

8月29日(金) 13:00▶20:00

30日(土) 10:00▶20:00

※一部の企業は8月31日(日)も出展します

北海道マラソン応援企業ブースやステージイベントなど、ご家族・ご友人と存分にお楽しみください。

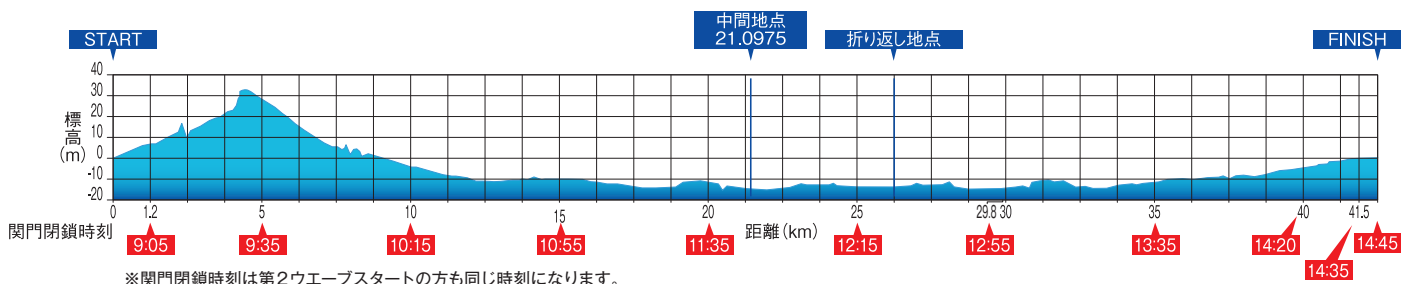


出展ブース(予定)

- | | | | | |
|--------------------------|-----------------------------|-------------|----------------|---------|
| ● SGC | ● カネカ | ● スポーツデポ | ● 第一生命 | ● 平和不動産 |
| ● サントリーフーズ | ● 東武トップツアーズ | ● 北海道マツダ | ● 旭イノベックス | ● ZAMST |
| ● Shokz | ● 三井住友海上 | ● ミルクランド北海道 | ● goodr | ● CHUMS |
| ● Sunnto | ● The Westin Rusutsu Resort | | ● 興和 | |
| ● Sports Islands OKINAWA | ● エバー航空マラソン | | ● 北海道マラソン SDGs | |
| ● 北海道マラソンオフィシャルショップ | | | | |



コース高低図



●関門

関門ごとに設定した制限時間までに通過できなかった場合、その時点で競技打ち切り（失格）となります。各関門の閉鎖後、コースに残っているランナーは係員の指示に従い、アスリートビブスを外して速やかに歩道に上がり、最寄りの関門に待機している収容バス、またはレース随行車両最後尾の収容バスに乗りしてください。

関 門	関門時刻	制限時間 ^(※)
1.2km	9:05	20分
5km	9:35	50分
10km	10:15	1時間30分
15km	10:55	2時間10分
20km	11:35	2時間50分
25km	12:15	3時間30分
29.8km	12:55	4時間10分
35km	13:35	4時間50分
40km	14:20	5時間35分
41.5km（道庁北門）	14:35	5時間50分
フィニッシュ	14:45	6時間00分

※制限時間は、第2ウェーブスタート（8:45）を基準に設定

●距離表示サイン

1kmごとと中間地点に設置します。

残り5km地点からは、「残り〇km」のサインを1kmごとに設置します。

※9km地点はトンネル内のため、トンネル手前に目安を表示しています。

+ 救護所

6カ所、設けています。各救護所には医師や看護師、理学療法士、救急救命士などが待機しています。レース前に体調の不安がある方、レース途中で体調が悪くなった方は**決して無理をせず、勇気を持ってリタイアしてください**。レース後に体調が悪くなった場合は、すぐに救護所へお越しください。



スタート/フィニッシュ	会場図参照（P10～13）
15km（新川通）	コースマップ参照（P5）
24.6km（前田森林公園）	
31.3km（新川通）	
35.2km（新琴似2条通）	
40km（北海道大学）	

※スタート/フィニッシュの救護所は、16:00までの稼働となります。

WC トイレ

コース沿いに仮設トイレを用意しています。ガソリンスタンドなどの施設を借用しているところもありますので、トイレは汚さず、きれいに使用してください。

コース上のトイレ情報詳細は「大会公式アプリ」でご確認ください。



iPhone版は
こちらから
ダウンロード



Android版は
こちらから
ダウンロード



給水・給食

レース前はしっかりと、レース中はこまめに水分補給を行ってください。
●の横の数字はシマ数（テーブル5本で1シマ）を表しています。①～⑤の順に設置しています。

ポイント	①スポンジ	②水	③スポーツドリンク	④給食 ^(※3)	⑤水
スタート		●	●	●	
2.0km		● 12 ^(※2)			
5.4km		● 8	● 5		● 5
7.3km		● 5	● 4		● 5
11.1km	● 3	● 3	● 4		● 4
15.5km		● 6	● 4		● 4
17.5km		● 8			
20.2km	● 3	● 5	● 4	● 2	● 3
22.5km		● 8		● 1	
前田森林公園 ^(※1)		●		●	
25.2km		● 6	● 4		● 2
27.5km		● 7		● 1	
30.2km	● 3	● 3	● 3	● 2	● 3
31.3km		● 5			
33.0km		● 3		● 2	● 3
35.2km		● 3	● 3		● 3
38.0km	● 2	● 5			
40.3km		● 3	● 3		● 2
フィニッシュ		●	●		

※1 走路から少し離れた公園内にあります。

※2 左右に6シマずつあります。

※3 提供内容はP5をご参照ください。

●給水所サイン

各給水所の先頭に下図の案内サインを設置します。また、給水テーブルごとに設置数が記載されているサインがありますので、テーブルがどのくらい設置されているか確認できます。

※各給水所の先頭テーブルは非常に混み合いますので、比較的空いている奥のテーブルで給水を取ることを推奨します。

15.5km 給水所 Water Station	17.5km 給水所 Water Station	20.2km 給水所 Water Station	22.5km 給水所 Water Station
Water x4 Sports Drink x4 Water x6	Water x8	Water x3 Sports Drink x1 Sports Drink x1 Sports Drink x4 Water x5 Sports Drink x3	Water x5 Water x8

●ゴミ箱

給水テーブルの反対側にもゴミ箱を設置している場所があります。

ゴミは必ずゴミ箱に入れてください。

●途中棄権する場合

関門以外で途中棄権する場合は、速やかに歩道に上がり、アスリートビブスを外して、係員の指示に従ってください。

●走行ルートの切り替えについて

35.5km付近と41km付近では、歩行者を横断させるため一時的に走行ルートを左右に切り替えます。

係員の指示に従い、十分に注意しながら走行してください。

●保険（お見舞金）について

下記内容の保険に加入しています。

死亡、後遺障害：上限300万円

入院：2,500円 / 日額（大会当日から180日まで）

通院：1,000円 / 日額（大会当日から180日までとし、支払い日数限度は90日）

※大会当日の競技中に発生した場合が対象です。

※事故申請の遅れ、申請に必要な書類の不提出などにより、お見舞金のお支払いができない場合がございます。また、むちうちや腰痛など医学的他覚所見の無いもの等は、お支払い対象外の場合があります。予めご了承ください。

1 冷却剤「パンチクールロング」を受付時に配付

運動前に深部体温をあらかじめ下げしておくことで、深部体温の過度な上昇を抑え、熱中症の予防、大量の発汗による脱水、パフォーマンスの低下も防ぐことができます。
※「パンチクールロング」は使用後に保冷剤として再利用できます



2 2.0km付近に給水所

昨年新設し大好評だった給水所を、今年も12シマ設置します。
※コース両側にそれぞれ6シマ(1シマ=テーブル5本分)展開します。



3 9.5km付近にミストシャワーポイントを設置

創成トンネル内の蒸し暑さを少しでも解消することを目的として、トンネルを抜けた先に設置します。



シャワー吐水部分



4 24.8km付近に放水ポイント、28.2km付近に水かぶりポイントを設置



▲放水ポイント



▼水かぶりポイント

水かぶりポイント

昨年 氷2.4トンを使用
より水に変化しやすい「雪」に変更。
量は約1.7倍に増量します。
今年 雪4.0トン 「沼田町提供」

日陰が無く、暑さを感じる時間帯を少しでも和らげることが狙いです。

5 NEW 31.3km給水所に氷配布ポイントを設置

往復約13kmの新川通が終わる少し手前に新設。
ロックアイス程度のサイズの氷をどぶづけからセルフで取るスタイルです。
キャップに入れる、身体を冷やすなど、ご自由にお使いください。

6 スポンジの設置

昨年3万個増やし大好評だったスポンジを、今年も合計「13万個」用意します(コース上4カ所に振り分け)。

7 給水所の氷の量を継続

昨年から5トン分増量した氷を今年も継続します。

8 沼田町から提供される雪を配布

前田森林公園に設置するランナーサポートエリアで沼田町から提供される雪を配布します(6トン分)。



夏のマラソンに備え、体調は万全に！ 水分補給はレース前にしっかりと、レース中はこまめに！

レース中に心肺停止などを起こさず楽しく安全に完走できるよう、「安全10か条」をまとめました。
健康管理とトレーニングの目安としてご覧ください。

01 普段から十分な栄養と睡眠をとりましょう	06 気温、湿度に適したウェアの着用と、適切な水分補給をしましょう
02 喫煙習慣をやめましょう	07 胸部不快感、胸痛、冷や汗、ふらつきなどがあれば、すぐに走るのを中断しましょう
03 メディカルチェックを毎年受けましょう	08 足、膝、腰などに痛みがあれば、早めに対応しましょう
04 生活習慣病がある方は、かかりつけ医とよく相談しましょう	09 完走する見通しや体調に不安があれば、やめる勇気を持ちましょう
05 計画的なトレーニングをしましょう	10 心肺蘇生法を身につけましょう

メディカルチェックリスト

【A】下記1～5のうち1つでも当てはまる項目があれば、レース参加の可否について、かかりつけ医に相談してください。
かかりつけ医の指導の下、検査や治療を受けてください。レースに参加する場合は、自己責任で行ってください。

- | | |
|---|---|
| ☐ 1 ◀ 心臓病(心筋梗塞、狭心症、心筋症、弁膜症、先天性心疾患、不整脈など)の診断を受けている、もしくは治療中である。 | ☐ 4 ◀ 血縁者に“いわゆる心臓マヒ”で突然に亡くなった方がいる(突然死)。 |
| ☐ 2 ◀ 突然、気を失ったこと(失神発作)がある。 | ☐ 5 ◀ 最近1年以上、健康診断を受けていない。 |
| ☐ 3 ◀ 運動中に胸痛、ふらつきを感じたことがある。 | |

【B】下記6～9は、心筋梗塞や狭心症になりやすい危険因子です。当てはまる項目があれば、かかりつけ医に相談してください。

- | | |
|--|--|
| ☐ 6 ◀ 血圧が高い(高血圧)。 | ☐ 8 ◀ LDLコレステロールや中性脂肪が高い(脂質異常性)。 |
| ☐ 7 ◀ 血糖値が高い(糖尿病)。 | ☐ 9 ◀ たばこを吸っている(喫煙)。 |

参考

■熱中症とは

- ◎ 熱 失 神 / 皮膚血管の拡張による循環不全
- ◎ 熱 疲 労 / 脱水や塩分の不足による全身脱力などの症状
- ◎ 熱 け い れ ん / 大量の汗をかき筋肉のけいれんがおきる
- ◎ 熱 射 病 / 体温の上昇のため中枢機能に異常をきたす

■直近3大会の気象情報

項 目 時 刻	2022年8月28日		2023年8月27日		2024年8月25日	
	気温	湿度	気温	湿度	気温	湿度
スタート時	24.5	60%	29.2	78%	23.1	83%
男子先頭フィニッシュ時	24.5	47%	30.0	72%	26.5	73%

❗ 酷暑(暑さ指数[WBGT]28以上相当 ※1)等で大会を中止・中断する場合があります。

※1 環境省のサイトに掲載されるWBGTの予測値を確認して判断します。
数値次第では、競技開始前の中止や新たな関門の設定、関門時刻の前倒しをすることがあります。

マラソン大会のマナー**01 無理な追い越しや、コースからはみ出し禁止！**

本大会は公道を利用して開催しています。前の人を追い越すために他の人にぶつかったり、コースでないところにはみ出したりすることは、車両や歩行者との接触事故や転倒の可能性があり大変危険です。絶対にやめてください。

02 住宅街や空き地などでの小用厳禁！

コース近くの住宅街や空き地などでの小用は住民に多大な迷惑を及ぼします。今後、マラソンコースとして使用できなくなる場合がありますので、絶対にやめてください。

03 道路はゴミ箱ではありません！ゴミはゴミ箱へ！！

必ず主催者が用意したゴミを箱に捨ててください。給水所で使い終わった紙コップやスポンジなどのゴミを道路やコース周辺に投げ捨ると、ほかのランナーの走行の妨げとなるだけでなく、回収にあたるボランティアに多大な負担がかかります。

04 公序良俗に反しない服装で！

本大会では仮装に対する制限は特にありませんが、公序良俗に反しないよう心掛けてください。住民やほかのランナーが不快に思うような格好は避け、熱中症にならないよう十分に留意してください。ほかのランナーの走行の妨げになるような服装は絶対にやめてください。

05 ボランティアのみなさんへの感謝を！

本大会は約4,000人のボランティアに支えられています。給水やコース沿いの自主警備、救護など、その活動は多岐に渡ります。ボランティアの力がなければ、マラソン大会を開催することはできません。会場やコースで会ったら「ありがとう」と感謝の気持ちをできるだけ伝えてください。

！ これらのマナーを守らず、競技中の違反行為を発見した場合即刻失格とし、次回以降の北海道マラソンへの参加をお断りする場合があります。

ウェーブスタートの注意点

スタート時やコース走行中の混雑緩和を図ることができ、安全・安心な運営にもつながる2段階のウェーブスタートを採用しています。

ウェーブの分け方

第1ウェーブ 8:30 スタート

対象ブロック A・B・C・D・E・F

第2ウェーブ 8:45 スタート

対象ブロック G・H・I・J

【注意事項】

- 公式記録(グロスタイム)はウェーブごとの号砲を基準に計測します。
参考記録(ネットタイム)はウェーブごとにスタートラインを通過した時点から計測します。
- 順位は、総合がグロスタイム、年代別はネットタイムを採用します。
- 第2ウェーブのランナーが第1ウェーブからスタートした場合は失格となります。
- 第1ウェーブのランナーが第2ウェーブからスタートした場合は失格にはなりませんが、8:30スタートのグロスタイムとなります。
- 各ウェーブとも指定の整列時間までに間に合わない場合、各ウェーブの最後尾からのスタートとなります。

手荷物置き場

受付時間 7:00～8:00
※第2ウェーブは8:10まで

スタートブロックとアスリートビブスの番号ごとに置き場所(カゴ台車)が分かれています。受付時にお渡しするラベルシールを指定の荷物袋に貼り、袋の口をしっかりと閉めて自身で置いてください。置いた手荷物は、同じ場所からご自身で回収してください。

■手荷物置き場へ入る際は、アスリートビブスを提示してください。出る際、手荷物が正しいかスタッフが確認いたします。
■貴重品は預けられません。

スタートブロックへの整列

第2ウェーブの方が第1ウェーブでスタートした場合、失格となりますのでご注意ください。

アスリートビブ스에 印字されているアルファベットはスタートブロックを示しています。必ず自身のスタートブロックに整列してください。

ブロック整列時間

第1ウェーブ 7:00～8:10 第2ウェーブ 7:00～8:20

対象:A、B、C、D、E、F スタート 8:30

対象:G、H、I、J スタート 8:45

※時間内に整列しない場合は、各ウェーブの最後尾からのスタートになります。
※8:45のスタートの号砲に遅れた場合は出走できません。

更衣テント

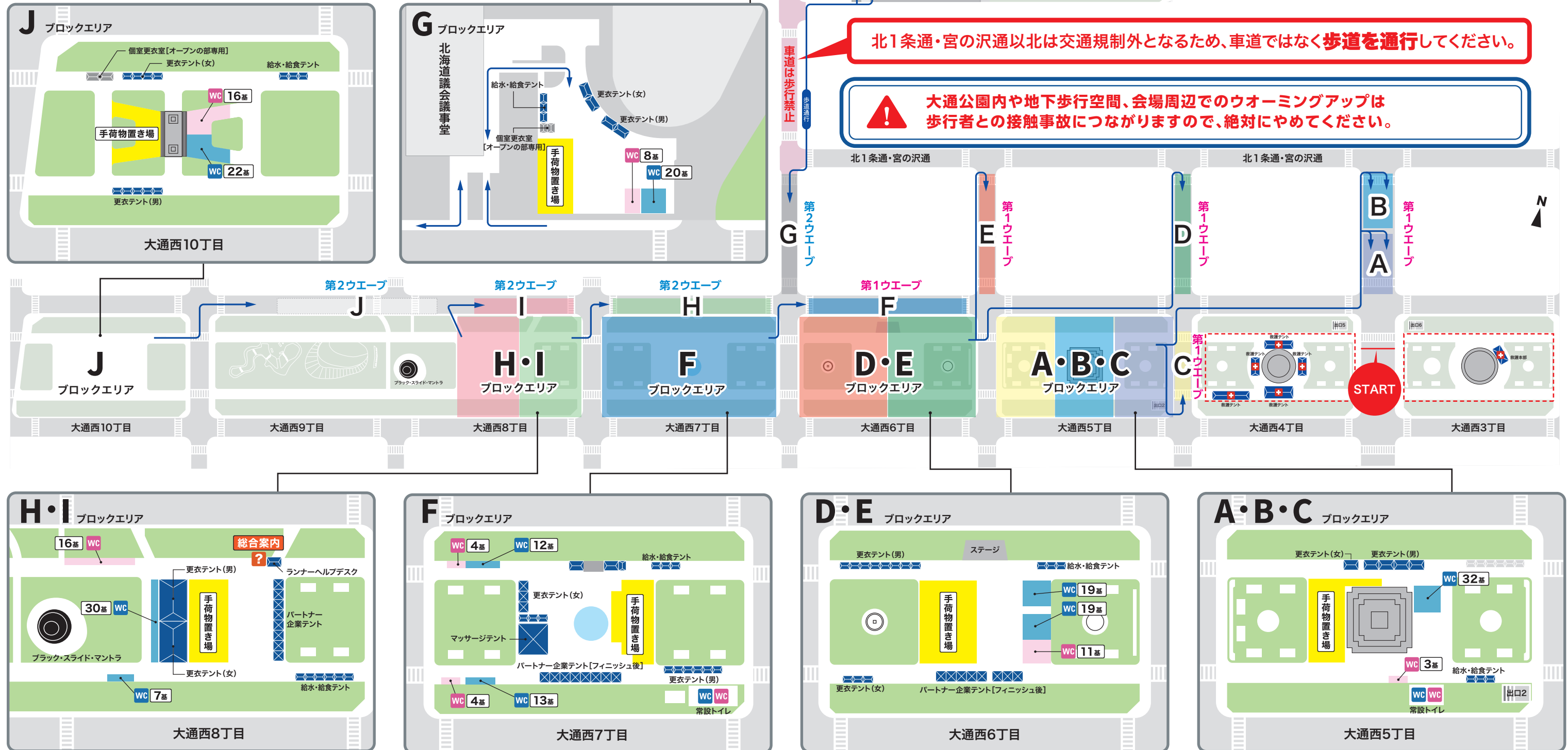
大通公園内に更衣テントを用意していますが、混雑することが予想されます。なるべくご自宅や宿泊先で着替えを済ませてから、会場へお越しください。

- 競技者整列
- ➕ 救護テント
- 手荷物置き場
- 一般立ち入り禁止ゾーン
- WC ●基 トイレ
- WC ●基 女性用トイレ
- 「●基」はトイレの設置数を表します。

※大通公園3・4丁目は関係者専用エリアです。立ち入りできませんので、ご注意ください。

北1条通・宮の沢通以北は交通規制外となるため、車道ではなく歩道を通行してください。

大通公園内や地下歩行空間、会場周辺でのウォーミングアップは歩行者との接触事故につながりますので、絶対にやめてください。





SUSTAINABLE
DEVELOPMENT GOALS北海道大学構内の落葉でできた
腐葉土で野菜を収穫

北海道マラソン2025では、国際社会が取り組んでいる持続可能な開発目標(SDGs)の達成に向け、以下の取り組みを推進していきます。

北海道マラソン組織委員会は北海道大学サステナビリティ推進機構と連携し、「きたみてガーデンSDGs農園(以下、SDGs農園)」プロジェクトを2024年から開始しました。

SDGs農園は北海道大学総合博物館の中庭に設置されています。北大札幌キャンパスで回収された落葉からできた腐葉土を利活用。農園の造成と管理は北大教職員や北海道マラソン事務局、学生を主体とした北大総合博物館のボランティアグループ「きたみてガーデン」が行っています。食育の機会提供の場として、保育園児が栽培体験もしています。

今年は北海道マラソンのコース沿いにある北キャンパスにもSDGs農園を開設し、活動を広げています。農園で収穫した野菜は、8月30日(土)に開催するカーボローディングパーティーのほか、北大総合博物館の「ミュージアムカフェばらす」でも使用する予定です。さらに今年は「ホクレン農業協同組合連合会」が本プロジェクトの趣旨に賛同し、活動を支援しています。

コースの一部として使用している北海道大学の持続可能性について、本プロジェクトを通じて参加するランナーの皆様と一緒に考えていきたいと思います。

企画:北海道大学サステナビリティ推進機構、北海道マラソン事務局

協力:きたみてガーデン、ミュージアムカフェばらす、北海道大学総合博物館、北海道大学施設部、北海道大学北方生物園フィールド科学センター札幌研究林・生物生産研究農場、ホクレン農業協同組合連合会



HOKKAIDO
WOOD
北海道産木材

再生木材の動物パネルを
折り返し地点モニュメント上部に

森林や里山の維持管理のためには「間伐」がとても重要です。

しかし間伐材は形が良くないものも多く、木材チップやおが屑材など、価値が低い原材料として消費されることが多くあります。

老朽化していた折り返し地点のモニュメントは北海道産木材(間伐材)を使用し、新調しました。森林環境への貢献、マラソン参加者にとっては、現地(北海道)ゆかりのものとなり、いい思い出になる思いを込めました。

動物のパネルは参加者投票で、7種類の中から「シマエナガ」に決定しました。

モニュメントは大会前々日、前日のEXPO会場で展示します。当日は本大会唯一の折り返し地点に設置しているモニュメントを見ることを1つの目標にして、その先の完走を目指して頑張ってください。



画像はイメージです。



企画協力:北海道大学 / 素材協力:(株)ハルキ・北海道
制作:北海道マラソン組織委員会



「運動のきっかけ」を提供

フルマラソンの制限時間を2022大会に5時間から6時間としたことで参加しやすくなりました。

「北海道マラソン」の完走を目指してトレーニングすることが、健康増進につながります。

子どもたちとアスリートが
触れ合う機会を創出

トップレベルのアスリートを身近に感じてもらうことで、子どもたちのスポーツへの意欲が高まります。親子を対象とした1kmのショートレース「ウイニングラン」を開催。

子どもたちが未来に向かって駆け出します。



誰でも参加できるマラソン大会へ

2015大会から「はまなす車いすマラソン」と合同開催、2018大会に「視覚障がい者の部」を設けました。2024大会では「オープン」の部を新設し、順位を競うことを望まない方や性別、年齢による比較枠を望まない方を受け入れる取り組みを継続します。

北海道マラソンには約4,000人のボランティアが参加しています。コース上の給水や沿道の自主警備、救護活動など、多くのボランティアの力に支えられています。ランナーだけでなく、ボランティアもまた北海道マラソンの主役なのです。

北海道沼田町の雪を使って
ランナーをサポート

25km付近の前田森林公園内にサポートエリアを開設します。給食や給水に加えて、アイシングに使用できる雪を提供します。28.2km付近の水かぶりポイントでも、冷たい水の提供に雪を使用します。氷を製造するのではなく、沼田町で夏の冷房用等に貯蔵している天然の雪を供給し、環境にやさしい大会を目指します。

受付袋も環境に配慮した
素材を採用

大会前々日、前日のアスリートビブスをお渡しする際に配付するランナー受付袋は、100%植物由来の海水中でも生分解されるカネカ提供の「カネカ生分解性バイオポリマー Green Planet[®]」で作られています。



印刷物の削減・紙資源の節約

WEBやメール、スマートフォンアプリなどの活用により、紙資源の使用量を抑えます。また、給水に使う紙コップはこれまで同様リサイクルし、貴重な資源を無駄にしません。環境にやさしいマラソン大会を目指します。

参加料の一部などを寄付、
地域を盛り上げ

参加料の一部をチャリティーとして北海道交通遺児の会などに寄付します。企業、大学、ボランティアなど、さまざまなパートナーと連携し、マラソンを通して北海道を盛り上げていきます。



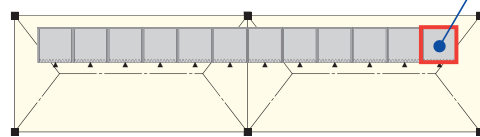
オープンの部 順位を求めず自由に走ったり、性別に捉われないマラソンの新しい様々な楽しみ方を提案

記録計測 あり 順位/表彰 なし 公式記録集 氏名と記録のみ

◎個室更衣室を用意

北海道庁南駐車場、大通公園10丁目に設置し、オールジェンダー更衣室として開放します。

オープンの部専用更衣室テント内



大通公園10丁目の個室更衣室は上図のように設置されます

個室更衣室



◎オープンの部のアスリートビブス
通常仕様



ニックネーム仕様(事前申し込み・有料)

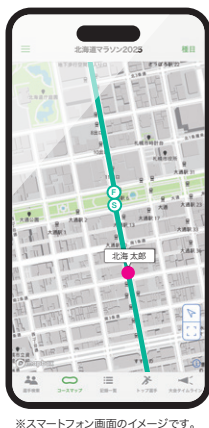


※アスリートビブスデザインはイメージです

ランナー情報検索サービス



応援したいランナーの情報を
リアルタイムで確認できます！



※スマートフォン画面のイメージです。

アスリートビブスの番号または氏名を入力し検索することで、5kmごとの通過記録とおおよその位置を調べることができます。ご家族やお友達の記録確認にお役立てください。



※画像はPC版のイメージです。

※記録は速報のため、参考タイムです。

※ウェブスタート採用のため、順位が入れ替わる場合があります。

応援ナビはPCからも閲覧することもできますが、お手元のスマートフォンに応援ナビアプリをインストールすることによってより便利に活用することができます。

iPhone版は
こちらから
ダウンロード



Android版は
こちらから
ダウンロード

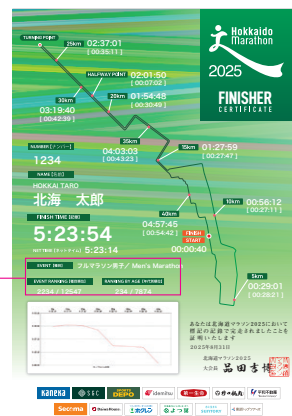


WEB記録証

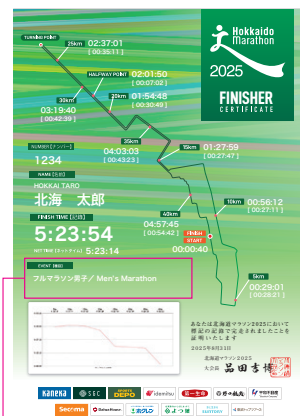
グラフ付きの記録証が
ダウンロードできます！

計測地点ごとの通過タイム、スプリットタイムの表・グラフが掲載された記録証が大会ホームページからダウンロードできます。

速報版:フィニッシュ後



確定版:9月9日(火)公開予定



※画像はイメージです。

EVENT 種別 フルマラソン男子 / Men's Marathon
EVENT RANKING (種別順位) RANKING BY AGE (年代別順位)
2234 / 12547 234 / 7874

順位は表示されていない

EVENT 種別 フルマラソン男子 / Men's Marathon
フルマラソン男子 / Men's Marathon

種目名の下に種目順位、年代別順位が表示される

※画像はイメージです。

速報版と確定版表示の違い

グラフ上部の表示内容に速報版と確定版の違いがあります。

速報版では各地点の通過タイムや区間タイムは入りますが、ウェブスタートの導入に伴い順位変動があることから、速報版には順位表示をしません。

9月9日(火)公開予定の確定版には、種目順位や年代別順位が表示されます。

大会公式テーマソング

北海道マラソン2025のテーマソングは
サカナクションの「アイデンティティ」

北海道小樽市出身でボーカリスト兼ギタリストの
山口一郎さんからメッセージをいただきました。

2025大会も僕たちの楽曲をテーマソングに採用いただき、
ありがとうございます。

発表から15年経った楽曲を「北海道マラソン」のイメージソ
ングとして取り上げていただけることは、ミュージシャンとして
とても励みになります。

大会の成功を祈念しております。

山口一郎（サカナクション）

試聴はこちらから



北海道マラソン2025 POP UP STORE

札幌市内の商業施設「サッポロファクトリー」内にオープンしました。

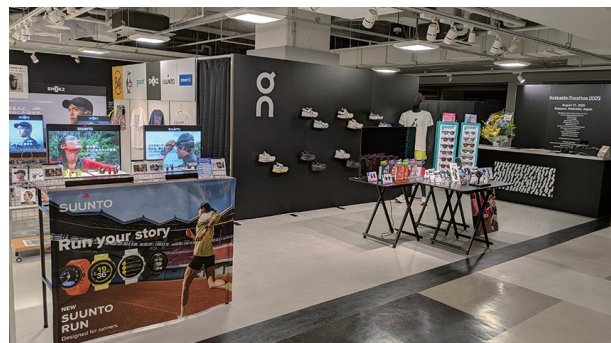
「POP UP STORE」は北海道マラソン2025の参加者に限らず、ランニ
ングやスポーツをすることのきっかけ作りと定着、同じ目的を持つ方々のコ
ミュニティーを作っていく場にしたいと考えています。

大会パートナー企業などと連携した様々な商品を体験し、購入することが
できます。

ロッカーなどランニングステーション機能も備え、ランナーが集う「コミュ
ニティーハブ」としても展開しています（シャワー設備はありません）。

■取り扱いブランド

CHUMS、BUFF、goodr、Shokz、SUUNTO、On、ZAMST



◆住 所：札幌市中央区北2条東4丁目
◆施設内立地：サッポロファクトリー2条館2階

◆実施期間：2025年7月5日（土）～9月28日（日）
◆営業時間：10:00～20:00 ※最終日は時短営業の予定

北海道に、ユーがいる。

8 uhb 北海道文化放送 **BSフジ**

大会 8/31日 テレビ 生中継

北海道内向け放送 UHB ▶ あさ8:25～11:15
全 国 放 送 B S フ ジ ▶ あさ8:28～11:15

**中継を見て、
豪華プレゼントを
当てよう!**

公式ホームページはこちら▶

AIR ラジオ生放送

当日のレース速報、交通規制解除情報などをお知らせします。

周波数、))

【札幌】80.4 MHz 【旭川】76.4 MHz 【小樽】81.9 MHz 【函館】88.8 MHz 【帯広】78.5 MHz
【釧路】86.4 MHz 【網走】83.1 MHz 【北見】87.8 MHz 【室蘭】89.4 MHz 【洞爺】86.5 MHz

【放送予定時間】

- | | |
|---------------|---------------|
| ① 08:55-09:00 | ② 09:55-10:00 |
| ③ 10:55-11:00 | ④ 11:55-12:00 |
| ⑤ 12:55-13:00 | |