

第29回名古屋YMCA

インターナショナルチャリティーラン2022 WEEKチャリラン 参加要項

期間：2022年10月1日（土）～30日（日）

※本期間内にタイムと距離を計測できるスマートフォンなどのアプリを利用して、1.5 km /人の走行タイムを計ります。**10月30日（日） 23：59** までに記録投稿専用サイトまで記録写真を送信してください。なお、期日までに記録が確認できなかった場合につきましては参考記録とさせていただきます。

参加方法

チームレースへの参加

1チーム6名のリレー方式(1走者あたり1.5 km 計9 km)で行います。チーム編成は男女混合チームとします。チームメンバーが集わず別々に計測したものを合算しても構いません。タイムレースの他、ユニークなコスチュームに対する表彰もあります。

個人レースへの参加

おひとりで1.5 kmを走っていただき順位を決定します。
一般・中高生・小学生・幼児(満4歳以上・大人の伴走が必要)の部で実施いたします。

計測方法

チームレース

- 1.アプリまたは計測可能な腕時計をご準備ください。
- 2.距離を1.5 kmに設定します。
- 3.安全な場所でタイムを計測します。※ランニングマシン・公園・河川敷等で行ってください。
- 4.記録を写真に納めます。
- 5.6名分すべての方の記録写真を下記に送信します。1走目の記録から、6走目の記録まで入力していただき、最後に合計タイムを入力してください。

個人レース

- 1.アプリまたは計測可能な腕時計をご準備ください。
- 2.距離を1.5 kmに設定します。
- 3.安全な場所でタイムを測定します。※ランニングマシン・公園・河川敷等で行ってください。
- 4.記録を写真に納めます。
- 5.記録写真を下記に送信。

記録投稿専用サイト



ランキーパーの使用方法

※記録はランキーパーで以外でもかまいません。好きな計測方法で記録してください。

①アプリをインストールし登録します。

※この際に位置情報をONにしてください。



②下部分のスタートを選択しワークアウトの距離を1.5 kmに設定します。



③スタートボタンを押し、走り始めます。

④1.5 kmの所で音声が届きますので、そこでストップボタンを押します。



⑤ストップボタンを押すと時間も止まります。



⑥計測記録をスクリーンショットや画像に収めていただき送信してください。