



GARMIN RUN JAPAN 2026

開催日：2026年1月31日(土)・2月1日(日)

会場：味の素スタジアム(東京都調布市)

受付：8:00 オープニング：9:40

スタートはウェーブスタートです。申告タイムにより主催者にて振り分けています。

5K/10K 各 WAVE、スタート1時間前までには受付を済ませてください。

※()内は振り分け時の申告タイム目安です。※スタート時間は目安となります。ご希望に沿えない場合もございますのでご了承ください。※雨天決行

1/31SAT 5K・RELAY

5K スタート時間

- 10:00 WAVE 1 (60分以内)
- 10:30 WAVE 2 (40分以内)
- 11:00 WAVE 3 (20分以内)
- 11:30 WAVE 4 (15分以内)
- 12:15 表彰式

リレー スタート時間

- 13:00 スタート
- 13:30-13:55 トークショー
- 17:25 終了
- 17:30 表彰式

2/1SUN 10K

10K スタート時間

- 10:00 WAVE 1 (120分以内)
- 11:00 WAVE 2 (80分以内)
- 12:00 WAVE 3 (70分以内)
- 13:00 WAVE 4 (60分以内)

13:00-13:20 トークショー

- 14:00 WAVE 5 (55分以内)
- 15:00 WAVE 6 (50分以内)
- 16:00 WAVE 7 (45分以内)
- 17:00 表彰式

主催 GARMIN®

お問い合わせ：本イベントに関するお問い合わせは event.promotion@runners.co.jp までお願いいたします。

開催日

2026.

会場

(東京都調布市西町376-3)

1.31(土) 2.1(日)

味の素スタジアム

10K/5K 競技ルール

ナンバーカードはスタートウェーブ毎に分かれて制作しております。
ご自身のスタート時間、スタートウェーブをご確認いただき出走してください。



10K WAVE1 / WAVE5
5K WAVE1



10K WAVE2 / WAVE6
5K WAVE2



10K WAVE3 / WAVE7
5K WAVE3



10K WAVE4

ウェーブスタートについて

今大会は申告タイムにあわせ、スタート時刻を設定しております。ウェーブごとにナンバーカードデザインが変更となっておりますので、ご自身のウェーブより、必ずスタートしてください。

※誤ったWAVEよりスタートしますと、正しく記録計測できないことがあります。

記録について

当日の記録はナンバーカードに装着されたタグにて計測を実施します。必ずナンバーカードを装着のうえ、走行してください。リレーはタスキに装着されたタグにて計測を実施します。

コースについて

下記マナーをお守りください。

- 無理な追い抜きは大変危険です。追い抜く際は一声かけてください。
- ツバ吐きは禁止です。
- 途中で棄権される場合はお近くのスタッフに声をかけてください。

ウェアコード ※リレーを除く

当日配布を予定しております、ガーミンランオリジナルTシャツを着用での出走にご協力ください。

記念品

受付時にナンバーカードと共に配布します。
10K/5K参加者はガーミンランオリジナルTシャツの着用にご協力ください。

10K/5K 参加者全員
オリジナルTシャツ



10km

5km

10K/5K 完走者全員

制限時間内に完走した方に完走メダルが授与されます。



リレーマラソン
参加者全員

オリジナル
タオル & タスキ

※タスキはチームごとに1枚

Forerunner 265リレーマラソン 競技ルール

4時間25分での周回数の合計を競います。1人1周以上走り次走者にタスキリレーします。(1人あたりの周回数や、走順は自由)タスキリレーは定められたリレー中継エリア内で行ってください。中継所の封鎖はしません。競技終了時刻を過ぎましたらコース上で立ち止まらず、フィニッシュコースへお進みください。なお、競技終了時刻を超えた時点での周回数はカウントされません。同じ周回数の場合は、先に最終周回に入ったチームを上位とします。



リレースタート・タスキ渡しについて

- リレーのスタートは、第1走者のみコース内への整列が可能です。
- 込み合いますので無理な追い抜き等は十分にご注意ください。
- 中継所はクラブチームごとに分かれています。

リレー中継エリア



スタンプラリー

会場各所のブースを巡ってスタンプを集めると…その場で抽選に参加可能です。GARMIN製品や協賛ブランドのランアイテムなど、豪華景品が当たる抽選を実施します。



撮影について

- 撮影に際しては、周りのお客様に十分なご配慮をお願いいたします。
- 静止画・動画の撮影・公表に際しては、他のお客様の映り込みに十分なご配慮をお願いいたします。他のお客様の映り込みがある動画は、個人を特定できるような状態でインターネット上にアップしないようご注意ください。
- 運営やイベント妨げになると判断される機材(三脚・脚立・自撮り棒・外部照明など大型機材)の会場内での使用はご遠慮ください。お持ちの場合は、ご入場をお断りする場合がございます。

選手受付

●日時・場所

2026年1月31日(土)、2月1日(日) 8:00~ 味の素スタジアム1Fペデストリアンデッキメイン3ゲート
※代理受付は可能です。

●配布物

ナンバーカード、参加賞等

●受付方法

- ①届いた案内メール中のURLをクリック!
- ②参加票(QRコード)をスマホ上に発行して保存(紙に印刷してもOK)
- ③大会の会場受付でスマホの参加票を見せるだけ!

案内メールは1月10日(土)に1回目、1月20日(火)に2回目を配信予定です。
送信元は「RUN PASSORT WEB(send@runpassport.jp)」です。

WEB記録証・記録速報について

記録速報とWEB記録証は、下記QRコードより確認・ダウンロードとなります。



WEB記録証はこちら



記録速報はこちら

更衣室

- 会場内に更衣室を用意しますがスペースに限りがある為、譲り合ってお使いください。
- 長時間の利用はご遠慮ください。

手荷物置き場

- 会場内に手荷物置き場を用意します。
- 貴重品等の管理などはご自身でお願いします。
- 盗難や紛失については大会事務局は一切責任を負いません。

アクセス

- 京王線飛田給駅より徒歩5分
- 西武多摩川線多摩駅より徒歩20分

トイレ

スタンドのトイレをお使いください。
※コース上のトイレの使用はできません。

会場図



コース



●10Kは1周2.5kmのコースを4周
5Kは1周2.5kmのコースを2周となります。
※周回カウントはご自分で
お願いいたします。
※周回、走行距離の確認は
GPSウォッチなどがおすすめです。

ガーミンブース

- ガーミン製品タッチ＆トライ
各種ウェアラブルウォッチを展示しています。実際に触れることができるので、購入検討中の方、実物を見てみたい方はぜひお越しください！
- 販売コーナー
ガーミンブースでは当日限定で特別価格にて製品を販売いたします。

※販売に関する注意事項
お支払いはクレジット決済のみとなります、その点ご注意ください。



特別イベント

上田怜さんの
「GARMIN RUN JAPAN 2026
特別イベント! 開催」
ランナー必見! ガーミンをもっと使いこなしたい方のために、上田怜さんによる特別講習会を開催します。
「ガーミンを100%活用する秘訣」を学び、トレーニングやレースで最大限のパフォーマンスを引き出しましょう。



●講習内容
ガーミンの基本機能から応用まで徹底解説／ランニングに役立つデータ活用術／実践的な設定方法と便利機能の紹介

●募集人数 先着30名様

●講習日程

2026年1月31日(土) 12:30～ ※1回のみ

2026年2月1日(日)①10:30～ ②15:00～

皆様のご参加お待ちしております！

- ・イベント参加は事前エントリー者のみとなります。
- ・イベントの様子は終了後、アールビーズ各社媒体にて紹介させていただく可能性があります。
- ・1月31日(土) - 2月1日(日)の間でお1人様につき1日のみのご参加が可能です。

お申込みはこちら

