



# スケジュール 大会 翌日以降帰国プラン

旅行日数								スケジュール
4日間	5日間	6日間	7日間	8日間	9日間	10日間	11日間	
1	1	1	1	1	1	1	1	<p>【成田発着】成田(18:55~22:00)発→(直行)ホノルルへ 【羽田発着】羽田(22:55~23:55)発→(直行)ホノルルへ                      ..... 日付変更線通過 .....</p> <p>【成田発着】ホノルル(07:25~10:30)着 【羽田発着】ホノルル(11:40~12:50)着                      着後、空港にて必要書類お渡しの後、係員と共にハワイコンベンションセンターへ。滞在中のご説明後、各自ゼッケンをお受け取りください。                      その後自由行動。ワイキキまでは巡回トロリーをご利用ください。 ※チェックイン時間は各ホテルによって異なります。                      ■マラソンEXPO 12/8(木)~10(土)開催 ※EXPO開催前出発の方は到着後ロイヤルハワイアンセンターへ。                      EXPOには開催日以降にご自身でお越しください。</p> <p style="text-align: right;">ホノルル泊</p>
2	2 3	2 4	2 5	2 6	2 7	2 8	2 9	<p>終日：自由行動</p> <p><b>12/11(日) JALホノルルマラソン 5:00スタート</b></p> <p>スタート地点まではバス、トロリーまたは徒歩にてご案内いたします。                      ゴール後はゴールテントでおくつろぎください。(軽食サービスあり)</p>  <p style="text-align: right;">ホノルル泊</p>
3	4	5	6	7	8	9	10	<p>チェックアウトは午前中となります。</p> <p>【成田発着】ホノルル(10:15~15:45)発→(直行)成田へ 【羽田発着】ホノルル(18:35~18:55)発→(直行)羽田へ                      ..... 日付変更線通過 .....</p> <p style="text-align: right;">機中泊</p>
4	5	6	7	8	9	10	11	<p>【成田発着】成田(13:25~19:00)着 【羽田発着】羽田(22:05~22:15)着                      着後、解散となります。</p>

※上記発着時間は予告なく変更になる場合がございます。

# スケジュール 大会 当日帰国プラン

旅行日数					スケジュール
4日間	5日間	6日間	7日間	8日間	
1	1	1	1	1	<p>【羽田発着】羽田(22:55~23:55)発→(直行)ホノルルへ                      ..... 日付変更線通過 .....</p> <p>ホノルル(11:40~12:50)着 着後、空港にて必要書類お渡しの後、係員と共にハワイコンベンションセンターへ                      滞在中のご説明後、各時ゼッケンをお受け取りください。その後自由行動。                      ワイキキまでは巡回トロリーをご利用ください。 ※チェックイン時間は各ホテルによって異なります。                      ■マラソンEXPO 12/8(木)~10(土)開催 ※EXPO開催前の出発の方は到着後ロイヤルハワイアンセンターへ。                      EXPOには開催日以降にご自身でお越しください。</p> <p style="text-align: right;">ホノルル泊</p>
2	2~3	2~4	2~5	2~6	<p>終日：自由行動</p> <p style="text-align: right;">ホノルル泊</p>
3	4	5	6	7	<p><b>12/11(日) JALホノルルマラソン 5:00スタート</b></p> <p>スタート地点まではバス、トロリーまたは徒歩にてご案内いたします。                      ゴール後はゴールテントでおくつろぎください。(軽食サービスあり)                      ★お部屋はご出発までご利用いただけます。現地係員と共に空港へ                      ホノルル(18:35~18:55)発→(直行)ホノルルへ                      ..... 日付変更線通過 .....</p>  <p style="text-align: right;">機中泊</p>
4	5	6	7	8	<p>【羽田発着】羽田(22:05~22:15)着                      着後、解散となります。</p>

※上記発着時間は予告なく変更になる場合がございます。

## コーチの解説付き コースマップ



**スタート** アラモアナ公園

**4.8km** 真っ暗の中スタートして、始めは人混みで大混雑してなかなか思うように前に進めませんが、まだまだ序盤に余裕を持って、始めの10kmはイルミネーションを楽しみながらいきましょう!

**5km** アラモアナ

**10km** ワイキキ

**16km** アイナハイナ

**30.5km** 直線が続く、距離的にもしんどいところですが、すれ違うランナーからパワーを買って楽しみましょう! H.I.S.の仲間を見つけたら、ぜひ声を掛け合って時には芸能人がいたりするかも!

**37km** ハワイカイ

**38km** 38km地点はラストの難関ダイヤモンドヘッドへの登り口。40kmまでダラダラと登り続けます。ツライ時こそしっかり前を向いて、笑顔で走り抜けましょう!

**40km** ワイキキ水族館

**48km** マウナルアベイビーチ公園

**FINISH** アラモアナ公園

スタートを待つドキドキ感とスタートの合図と共に上がる花火は最大級の興奮! さあ、私と一緒にゴール目指して走りましょう!

4時間のペース限定になりますが、ちょうど長い下りを下り始めると朝日が昇り始めて、眼下に広がる街や海がとても綺麗に見えます。街と海とランナーが融合していつも感動します!

48km

40km

30km

20km

10km

0km

H.I.S.応援

トイレ

エイドステーション

距離表示(マイル)

距離表示(km)

※コース等は変更になる場合があります。※写真はすべてイメージです。