



善光寺ラウンドトレイル【大会参加案内書】

昨今他県で開催されたトレイルランニングレースにおいて滑落による死亡事故、深夜までの飲酒・睡眠不足によるスタート直前の心臓発作が発生しております。山岳エリアで開催されるトレイルランニングレースは通常のロードマラソンに比べ遥かに運動強度が高く、大きなリスクを伴います。レース中は決して無理をせず、何かあった場合にはリタイアする勇気を持ちましょう。スポーツで命を落とすことがあっては絶対にいけません。あなたの大切な人の為にもまずは「生きて帰ること」のお約束を。

この度は「善光寺ラウンドトレイル」にエントリーいただき有難うございます。ご参加にあたり、大会に関するご案内と注意事項を以下の通り通知します。内容を十分ご確認ください。当日はベストコンディションでご参加いただきますようお願いいたします。

●参加受付について

スタート・ゴール会場の長野市地附山公園にて受付を行います。

【※公園内には駐車できません。詳しくは別紙のご案内(アクセス・会場図)をご覧ください。】

【※「駐車場あり」のハガキをお持ちの方のみ、大会で用意した駐車場がご利用いただけます】

【※別紙の地図をご参照の上、余裕を持って会場へお越しください。500m～2km程、会場から離れた場所になります。】

郵送でお送りしたハガキの宛名部分にゼッケン番号が記載されていますので、受付にてご提示ください。

(当日不参加の場合は連絡不要)

■ロング【20km】 9:10～10:30 (スタート11:00)

■ショート【8km】 9:10～10:30 (スタート11:40)

■受付及び会場に関して

●公園の利用時間について

会場となる地附山公園は、長野市の条例により利用時間(8:30～16:30)が決められています。

朝8:30までは公園に入場することができませんので、駐車場に車をとめてゲート前でお待ちください。

また夕方16:30までに公園から退出し駐車場へ向かってください。ご協力をお願いいたします。

●荷物預かり所

今回は、スペースの都合上、公共交通機関利用の方以外は、荷物預かりの利用を控えてください。

ビニール袋をご用意しますので、ゼッケンナンバーとお名前を記入して預けてください。

但し、貴重品などはお預かりできませんので、ご了承ください。

●トイレに関して

公園内に常設のトイレは2箇所ありますが、使用量が限られているため、大会参加者及び応援者は利用できません。

会場内に仮設トイレを用意しますが、皆様にご不便をおかけすること考えられます。ご理解の程、よろしくお願いいたします。

●駐車場

公園内の駐車場は使用できません。(大会参加者及び応援者は使用禁止)

「駐車場あり」エントリーの方は、別紙の通り、大会用の駐車スペースを確保してありますので、そちらをご利用ください。

尚、カーナビの目的地を「大峰城(おおみねじょう)」または「大峰斎場」に設定すると、大会用の駐車スペースに到着できます。

※「駐車場あり」のハガキが無いと駐車場利用できません。忘れずにお持ちください。

※大会用の駐車スペースまたは有料駐車場以外は絶対に駐車しないでください。登山口などの駐車スペースは利用できません。

●ブース出展について

会場内には各協賛メーカーによるブース出展やトレラングッズなどの販売があります。

また、会場内には簡単な軽食やドリンクの販売ブースを予定していますが、

その他、公園の周辺には飲食店やコンビニがありませんので必要な方は各自でご用意をお願いします。

＜荒天等による開催中止判断について(雨天決行)＞

大会当日午前5時に決定しますので、大会WEBまたは下記の大会専用携帯までご確認ください。

■お問い合わせ

善光寺ラウンドトレイル大会事務局

TEL : 080-2245-9100 E-mail : zrt@ktf.or.jp

■レースに関して

●タイム計測について

計測チップ(ゼッケンに貼付)を使用します。ゴール後に計測チップの回収を行いますので、必ずご返却ください。
※計測チップを紛失した場合は実費(2,000円)を弁償していただきます。
また、ゼッケンは必ず前から見える位置に装着してください。

●携帯電話の携行について

ロング20km、ショート10kmは、必ず携帯電話を携行し、緊急時は本部へ通話ができる状態にしてください。
またスマートフォンで位置情報(GPS座標/緯度・経度)を取り出せるように事前に確認しておいてください。

●補給物・携行食について

レース参加の際は、各自で水分、携行食を持参するようにしてください。水分はロング20kmは1リットル以上を推奨します。

●エイドステーション

ロング20kmは2ヶ所【1A:大峰城(往路 約3.2kmおよび復路 約15.6kmで使用OK)、2A:静松寺近く 約11.7km】
ショート8kmは1ヶ所【1A:大峰城 約3.2km】
補給物として、水(500mlペットボトル)、コーラ、クエン酸、バナナ、チップスター、個包装のクッキーなどを予定しています。
※水はマイカップへ提供します。各自携帯用カップをご持参ください。

●コース表示

コースのポイントには矢印看板を設置しています。また、コース目印としてテープ(KITASHINANO TRAIL FEAKS)を設置していますので、参考にしてください。

●関門について

ゴール関門は16:00(ロング制限時間5時間、ショート制限時間4時間20分)です。また、ロング20kmは1A大峰城(復路)で15:00関門(出発)とします。制限時間に間に合わない選手は直ちに競技を中止してスタッフの指示に従ってください。

●エスケープポイント

途中リタイア者の救済ポイントとして1ヶ所予定しています。リタイア者の搬送には時間を有しますので、なるべく、自力でゴール会場まで戻ることを想定してレースに臨んでください。(第1エイド「大峰城」のみ)

●トレイルでのマナーについて

レース中に、故意にゴミを投棄した場合は失格となるのはもちろんですが、他のランナーの迷惑になる行為をした者を失格とする場合があります。レース中に裸になるなど、他人の嫌がる行為などを絶対にしないようにしてください。

●一般ハイカーに対する配慮について

レース中は、ハイカーの方に恐怖心を与えることのないよう、追い抜く際も、必ず後ろから声をかけ、スピードを緩めて追ってください。また下りの際は、ハイカーの方がいた場合は必ずスピードを緩めてください。
選手とハイカーがお互い気持ちよく大会が行えるようにご協力をお願いいたします。

●自然保護

本大会のコースは土地管理者などに特別に許可を得て行われています。コース内の植生を傷つける行為は絶対にしないでください。また、トレイルを破壊することのないよう、十分注意をしてレースを楽しんでください。

●禁止装備について

本大会はレース中のイヤホンは危険防止のため禁止です。但し、耳を塞がないタイプのものは使用できます。

●ストック・ポールの使用について

全コースにおいて、ルールとマナーを守って使用してください。

●ロード区間の走行について

一部区間はロード(一般の公道)を走行します。道路横断など一般車両に注意してレースに臨んでください。
現場ではスタッフの指示に従い安全を第一に走行してください。(道路はランナー優先という訳ではありません)

-
- 会場の長野市地附山公園は、日が暮れると寒くなる場合があります。各自防寒具のご用意をお願いいたします。
 - 公園の利用時間(8:30~16:30)と、公園トイレ(使用不可)について、ご協力をお願いいたします。
 - 地附山公園にはペットを連れて入園できません。予めご了承ください。