

三浦半島縦断トレイルラン大会

(Trail run through Miura peninsula)

42km (26mile) 制限時間 8 時間

主管：三浦半島縦断トレイルラン大会実行委員会

主催：NPO 野外活動（自然体験）推進事業団

1	実施期日	2011年2月19日（土） 豪雨中止（前日午前11時天気予報、降水確率70%以上&降水量20mm以上）【参加料次回へ繰越】	
2	競技概要	競技	トレイルランニング（未舗装 85%）
		距離	42km（26.2mile）
		受付	旧港南台高校前、つぐみ団地レク広場
		交通	JR 港南台駅下車、徒歩 5 分
		スタート	つぐみ団地レク広場
		ゴール	三浦海岸琴音バス停前浜辺（京急三浦海岸駅下車、徒歩 8 分）
		制限時間	8 時間
		参加クラス	男子（年代別）10代,20代,30代,40代,50代,60代,70代以上, 女子（年代別）10代,20代,30代,40代,50代,60代,70代以上
3	スケジュール概要	受付	7:30～ 港南台高校
		開会式	8:00～8:25 港南台つぐみ団地グラウンド
		スタート	8:30～（ウェーブスタート、1分毎）
		ゴール制限	スタート後8時間（16:30～）
4	コース概要	スタート(つぐみ団地グラウンド)→大丸山(156m)→朝比奈切り通し→六浦→田浦→鷹取山(189m)→沼間・逗子→乳頭山(178m)→畠山(205m)→木古庭→大楠山(241m)→山科台→光の丘→武山(200m)→津久井浜(0m)→三浦海岸(0m) 42km(26.2mile) ゴール、	
5	コースプロフィール	いるか丘陵の主尾根・尾びれ部分に残る分水嶺、空から降った天水は分水嶺の東側は東京湾に、西側は相模湾に流れ込みます。港南台から山岳地帯の山野、森林を真南に駆け抜け、三浦海岸に至る 42km (26.2mile) のトレイルコースです。コースは自然のままで一切手を入れていません、自然は日々変化します。木の根や枝、岩や倒木がトレイルを塞ぎ障害物となり、高低差は海拔 0m から標高 241m までアップダウンの繰り返し、山頂では 360 度の絶景を手に入れることもあるでしょう。自然との交流をお楽しみ下さい。	
6	チェックポイント（CP）と関門		
	CP-1	朝比奈切り通し	
	CP-2	第 1 関門 東朝比奈公園（約 10Km）Aid：制限時間スタート後 2 時間（10:30～）	
	CP-3	鷹取山頂上、	
	CP-4	板取公園（15Km）	
	CP-5	乳頭山頂上	
	CP-6	第 2 関門 不動橋（22Km）Aid：制限時間スタート後 5 時間（13:30～）	
	CP-7	大楠山頂上（25Km）	
	CP-8	大畑橋際（27Km）、横々高速道路上陸橋	
	CP-9	山科台配水塔下（30Km）	
	CP-10	第 3 関門 光ヶ丘第 2 公園（32K）Aid：制限時間スタート後 6 時間 30 分（15:00～）	
	CP-11	武山頂上（35Km）	
	CP-12	第 4 関門 津久井浜駅上（40Km）Aid：制限時間スタート後 7 時間 30 分（16:00～）	
	CP-13	津久井浜	
ゴール	ゴール 三浦海岸（42Km）：制限時間スタート後 8 時間（16:30～）		
	各 CP でのチェック	CP-1～CP-13、およびゴールの 14ヶ所で電子式のパンチで通過の証明とします。パンチしたデータがない方は失格です。	
7	最低実施人数	200名以上、	

8	表彰式	場所	ゴール付近
		時間	男女総合クラス：14：00～ 各クラス：15：00～
		表彰対象	① 男女総合1位～第5位には表彰状とトロフィ、記念品等を授与いたします。
			② 各クラス1～5位までに表彰状と記念品を授与します。
③ 各クラス表彰後完走者全員参加の抽選会でサプライズ賞の授与があります。			
9	競技方法及び諸注意	競技	1個人単位にて行います。
		スタート方式	スタートは基本的にウエーブスタート方式とします。
		レース方式	定められたコースのタイムレース方式とします。 (所要時間の少ないランナーから順位を決定します。)
		制限時間	レースはそれぞれの関門に制限時間を設けています、これを超えた選手はレースを中止し、必ず所定の手順に従って下山して下さい。
		禁止事項	ストック及びスパイク靴は禁止します。
		完走認定証	制限時間をクリアし、コース上の全CPでパンチし、ゴールした人には完走確認証を授与します。
		所持品	レース参加者は、水1ℓ、行動食、雨具(防寒具)、磁石、地図、ヘッドランプ、軍手(手袋)、携帯電話、携帯トイレ、筆記道具、小銭等を必要装備品としてください。(その他本人が必要とする装備品は制限いたしません)
		水場	コース上の水場は、(1) いっしんどう広場手前 (2) 八景園 (3) 東朝比奈公園 (4) 鷹取山 (5) 板取公園 (6) 不動橋 (7) 大楠山 (8) 光が丘公園 (9) 武山 (10) 津久井浜(12)三浦海岸
		トイレ	コース上のトイレは (1) いっしんどう広場手前 (2) 八景園 (3) 鷹取山 (4) 盛福寺(板取公園上) (5) 不動橋(6)大楠山 (7) 武山 (8) 津久井浜(9)三浦海岸
		水補給	主催者側からは、各Aidでは食物と水補給も行います。
		失格要件	① ゴミをレース中に放棄した選手 ② 条件を偽って参加した選手 ③ 歩行中の登山者に迷惑をかけた選手 ④ 要項及び役員の指示に従わなかった選手 ⑤ 規定の制限時間を超えて関門に到着した選手 ⑥ 走行中ゼッケンを着用しなかった選手 ⑦ 必要装備品を携帯しなかった選手 ⑧ 自然保護に違反する行為があった選手 ⑨ 不正行為があった選手 ⑩ 役員から違反行為を通報された選手 ⑪ 一般登山者から迷惑行為の通報された選手
		棄権	参加選手は競技中に体調、その他の理由で競技を棄権(中断・リタイア)する場合は必ず直接本部に携帯電話等で申し出て、ご自身の荷物の所在をご確認下さい。 リタイア後は役員ないし本部のアドバイスに従い所定の場所へグループで下山して下さい。 下山後は公共交通機関(バス等)をご利用願います。(リタイア後の着替え荷物の受け取り方は別紙参照)
コース案内	コース誘導看板は最小限に留めることとなりましたので各自自助努力し地図コンパスを活用下さい。※冬の日暮れはつるべ落とし、山中では何が起るか判りません夜道に対する対策も十分に考慮して下さい。		
10	参加資格	① ルールを守り、自己責任で対処できる人。 ② 規定ルートを通り制限時間内に完走の自信があり、日頃それなりの鍛錬をしている人。 ③ 大会当日において満18歳以上の人(18歳以下の参加者は保護者の承諾印要) ④ 種目42Kコース参加者は30km以上のトレイルラン、山岳マラソン等の経験があること。 ⑤ 公認地図に基づく規定ルートを通り事前の下見・試走を敢行されていること。(住宅に近く枝道多し) ⑥ 大会中の事故等全て自己責任の原則に則る誓約書を提出し大会規則を遵守できること。	
11	計測	SIシステム(ICチップ)で計測します。走者はCPでパンチして通過して下さい。	
12	参加料	個人単位6,000円、(保険料含む) 申し込み後は、参加料の返還はいたしません。参加料の一部は児童福祉施設に寄贈されます。	

1 3	参加申込 方法	郵便振替	郵便局の郵便振替で「払込取扱票」をご利用下さい。 口座番号 00220-7-94411 加入者名三浦半島縦断トレイルラン大会 通信欄に①生年月日・②血液型③性別・④緊急連絡先⑤大会当日年令を記入し、参加費用を振り込んで下さい。
		ランネット	携帯電話からもエントリーが可能です。コンビニ払いで手数料もお得です。
		スポーツ エントリー	携帯電話からもエントリーが可能です。コンビニ払いで手数料もお得です。 電話0570-037-864（平日10:00～17:00）
1 4	お問い合わせ先	TEL：0120-58-0235（平日9:00～18:00、土9:00～18:00） FAX：0120-58-0232（年中無休24H） E-mail： info@npo-outdoor.com URL： http://www.npo-outdoor.com 〒220-8790 横浜中央郵便局私書箱138号、三浦半島トレイルラン大会事務局	
1 5	申込締切日	2010年11月19日（金）消印有効	
1 6	SI チップ引換券等の発送	受付者に対し遅くとも2週間前にはSI チップ引換券等を送付致します。	
1 7	注意事項	<p>① 受付：2月19日（土）AM7:30～8:00（受付時にSI チップを渡します）</p> <p>② ゴミは必ず、各自で持ち帰って下さい。</p> <p>③ 55歳以上の方は必ず事前に健康診断（心肺機能、心不全等）をして下さい。</p> <p>④ レース途中天候が悪化した場合、主催者側で中止することがあります</p> <p>⑤ レース中の事故については、応急処置のみ行いますが、それ以外の責任を負いません。各自十分注意して下さい。</p> <p>⑥ 会場には駐車場はありません。会場周辺への車の乗り入れや違法駐車は禁止します。</p> <p>⑦ 競技続行が不可能と判断された選手は、役員が競技を中止させる事があります。</p> <p>⑧ 貴重品については各自管理して下さい。紛失の場合、主催者側では責任を負いません。</p> <p>⑨ 着替え等の荷物については下記の要領で対処して下さい。 各自ビニール白袋（通称ごみ袋）45Lに入れ、誰が見ても判るように自分のゼッケン番号と名前を書いて見えるよう中に入れるか張るかして所定の車両まで積んでください。 ゴール地点に運びます、降雨想定し口は紐等で固く結く事、</p> <p>⑩ リタイア時の荷物の受け取りは所定手順通りをお願いします。（別途案内）</p> <p>⑪ 申込み後の種目変更、キャンセルは出来ません。</p> <p>⑫ 年齢・性別の虚偽申告・申込み本人以外の出場（不正出走）は認めません。</p> <p>⑬ 地震・風水害・降雪・事件・事故等による中止、過剰入金・重複入金の返金はいたしません。</p> <p>⑭ 大会出場中の映像・写真・記事・記録等のテレビ、新聞、雑誌、インターネット等への掲載権は主催者に属します。</p>	
1 8	大会申込みに際して	参加者は申込規約に同意、誓約書に署名捺印の上お申込み頂きます。 当大会に参加される方は全て誓約書を提出して頂きます。ご家族・留守宅にはその旨お伝えください。 山中での事故は平地と異なり対応が難しく場合によってはそれが命取りになる事があります。 山中での活動の準備と対策をよく考慮し、各々が充分に自覚を持って参加されることを希望します。	