

第 10 回三浦半島縦断トレイルラン大会

大会実施要項

2019 年 11 月 10 日版

- 1、開催日： 2020年2月22日(土) 雨天決行、但し豪雨中止
(前日午前 11 時天気予報、降水確率70%以上&降水量 20mm 以上で中止)
- 2、開催地： 神奈川県 Aコース・スタート地点：三浦海岸浜辺・琴音バス停際
Bコース・スタート地点：京急田浦駅前・船越小学校正門前、
- 3、主催：NPO法人野外活動推進事業団、 主管：三浦半島縦断トレイルラン大会実行委員会
- 4、競技種目：トレイルランニング競技、Aコース 37km(23.1mile)、 制限時間： 9 時間、
Bコース 13 km(8.1mile)、 制限時間： 4 時間、
- 5、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る人。
 - ③ 大会当日において満 18 歳以下の参加者は保護者の承諾書を提出。
 - ④ Aコースは 25km、Bコースは 8km以上のトレイル、山岳マラソンの経験者。
 - ⑤ 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。
- 6、必須装備品： 水 500ml 以上、行動食、雨具(防寒具)、磁石、地図、ヘッドランプ、手袋、
携帯電話、筆記用具、小銭等。(その他本人が必要とする物)
- 7、参加料： 個人： Aコース 37km 8000 円(税込) 、Bコース 13 km 4000 円(税込)、
- 8、締切日： 2020年 02月 08日(消印有効)
- 9、受付時間： Aコース： 6:40 ~7:40 マホロバ・マインズ三浦別館 1F 奥、(京急三浦海岸駅)
Bコース： 9:40~10:40 京急田浦駅前 船越小体育館
受付時には更衣室で着替えをして、ゼッケンを着け、着替荷物は受付入口横のトラックに
積み込み、受付には記入した「誓約書」のみを持参し SI チップと交換して下さい。

(Aコースでは別館 1F 建物内での着替えは、他の客の迷惑になるので厳禁です。
係員の注意指示に従わない者は、失格要件 34-⑩により失格とします。)
- 10、更衣室： Aコース：マホロバ・マインズ三浦 本館 2F 小宴会場「油壺」 男性用更衣室、
(三浦海岸駅下車、徒歩5分 6:30 ~7:30) 「小網代」女性用更衣室、

Bコース： 船越小体育館内、(京急田浦駅前徒歩 2 分)
- 11、荷物預け場所：Aコース：マホロバ・マインズ三浦 別館入口横駐車場のトラック、
Bコース：船越小体育館横駐車場のトラック、
- 12、受付場所： Aコース：マホロバ・マインズ三浦 別館 1F 奥、135 号室 & 136 号室、
住所： 三浦市南下浦町上宮田3231、

Bコース： 京急田浦駅前 船越小体育館内、受付 9:40~10:40、
住所： 横須賀市船越 5 丁目 34 番地
- 13、開会式：Aコース： 07:40 ~7:55 三浦海岸・琴音バス停前浜辺、(準備体操&連絡事項)
Bコース： 10:40~10:55 京急田浦駅前 船越小学校体育館 (準備体操&連絡)

- 14、Aコース：スタート場所：三浦海岸・琴音バス停際（交通アクセス：京急三浦海岸駅歩6分）
時間：Aコース：8:00～（A ウェーブスタート、50名/1分毎）
Bコース：スタート場所：船越小正門前、（交通アクセス：京急田浦駅歩2分）
時間：Bコース：11:00～（50名以上ウェーブスタート）、
- 15、Aコースゴール：制限時間：A:スタート後9時間、17:00（ウェーブスタート調整あり）
到着点：朝比奈小学校、金沢区東朝比奈 2-53-1、（体育館 荷物引渡）
- 16、Bコースゴール：制限時間：B スタート後4時間・15:00（ウェーブスタート調整あり）
到着点：朝比奈小学校、金沢区東朝比奈 2-53-1、（体育館 荷物引渡）
- 17、Aコース概要：三浦海岸(0m)→津久井浜(0m)→三浦富士→武山(200m)→光の丘→山科台→大楠山(241m)→不動橋→塚山公園→池の谷戸公園→船越3丁目→鷹取山→六浦→東朝比奈公園→朝比奈小学校
- 18、Bコース概要：船越小学校正門前→船越3丁目バス停際→鷹取山→六浦→東朝比奈公園→朝比奈小学校
- 19、表彰式：朝比奈小学校体育館 A：男女別総合1～5位 13:30～、年代別：14:00～、
B：男女別総合1～5位 13:30～、年代別：14:00～
状況によって年代別表彰状は後日郵送となります。
- 20、表彰対象 ① 男女別総合1位～第5位 表彰状と記念品(トロフィ/盾等)を授与。
② 男女年代別（20代～70代）1～5位までに表彰状を授与。
- 21、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。三浦海岸から山岳地帯の山野、森林を真北に駆け抜け、港南台に至る44km(27mile)のトレイルコースです。コースは自然のままは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、岩や倒木が山道(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、山頂では富士山をはじめ360度の絶景を手に入れることができます。
※しかし、第10回大会では令和元年の19号台風被害に依り直径40～50cmの巨大杉倒木多数や斜面上の山道の崩落等で通行止めとなった為、当初のコースから外れ途中で下山し朝比奈小学校をゴールとして実施します。
- 22、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証を授与します。完走証は後日郵送します。
- 23、競技方法：スタートはウェーブスタート方式とし、定められたチェックポイント・コースを辿るタイムトライアル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）
- 24、制限時間：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、所定の手順に従って下山して下さい。
リタイアした際は所持しているSIチップを返納する手段を本部に知らせること。
- 25、チェックポイント(CP) & 関門
- | | | | |
|--------------|-------|-------------------------|----------------|
| Aコーススタート： | | 三浦海岸 琴音バス停前浜辺 | 8:00AM 出発、 |
| | CP-1： | 津久井浜 派出所前交差点際(浜辺) | |
| | CP-2： | 武山頂上(約7Km) グリーンハイツ団地径由、 | |
| 第1関門： | CP-3： | 光ヶ丘第2公園(約10Km) | 制限時間 10時、 |
| | CP-4： | 大田和信号際(約14Km)、 | |
| | CP-5： | 大楠山頂上(約18Km) | |
| 第2関門： | CP-6： | 不動橋(木古庭公園)(約20Km) | 制限時間 13時、 Aid① |
| | CP-7： | 池の谷戸公園(約23Km) | |
| Bコース・スタート地点： | | 船越小正門(体育館・着替控室) | 11:00AM 出発、 |

	CP-8:	船越3丁目、バス停際 (約 26Km)、	
第3関門:	CP-9:	鷹取山頂上(約 30Km)	制限時間 15 時、
	CP-10:	東朝比奈公園(約 33Km)	制限時間 16 時、
A&B ゴール地点:		朝比奈小学校 (約 37km)	制限時間 17 時、
(CP-11:)		(朝比奈小学校体育館:手荷物受取)	Aid②

Aコースは CP1～CP10、およびゴールの 11ヶ所、Bコースは CP8～CP11 までの 4ヶ所のチェックポイントで電子式パンチを通過証明とします。パンチしたデータがない者は失格です。

- 26, 水 場: 1)三浦海岸 (2)武山(3)光が丘公園(4)大楠売店有料(5)木古庭公園(Aid①)、(水道含む) (6)池の谷戸公園(7)鷹取山(8)東朝比奈公園、(9)朝比奈小体育館 (Aid②)
- 27、便 所: 1)三浦海岸 2)武山(3)光が丘公園 4)大楠山 5) 木古庭公園 6)池の谷戸公園 7)鷹取山 8)八景園霊園 9)朝比奈小体育館、
- 28, 水食補給: Aid①:木古庭公園、 Aid②:朝比奈小体育館、
- 29, 計測方法 : SI システム(SI チップ&SI ステーション)で計測。走者はCPでパンチして通過。
- 30, 最低実施人数 200名、参加賞: 未定
- 31, コース案内:誘導看板(A4 パウチ矢印)/誘導テープ 45x7cm(赤白縞:進め/黄青縞:戻れ)は必要最小限に留めますので各自自助努力し地図コンパスをご活用下さい。HP に掲載された地図を参考にして、登山の場合と同様に自身で納得するまで詳細を調べご参加下さい。
- 32, お問い合わせ先: TEL:045-312-0538 (平日 9:00～18:00、休:土日祝)
FAX:045-312-0537 (無休)、非常時: 本部: 080-5418-8876
リタイア時:計測班: 080-9296-0914、
連絡時:計測班メールアドレス: trailrunner@docomo.ne.jp
- 33, 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、NPO 法人野外活動推進事業団
三浦半島縦断トレイルラン大会実行委員会 事務局
- 34, 失格要件
- | | |
|------------------------|---------------------|
| ① ゴミをレース中に放棄した選手 | ⑩ 役員から違反行為を通報された選手 |
| ② 条件を偽って参加した選手 | ⑪ 登山者から迷惑行為の通報された選手 |
| ③ 歩行中の登山者に迷惑をかけた選手 | ⑫ストック及びスパイク靴は禁止します。 |
| ④ 要項及び役員の指示に従わなかった選手 | ⑬指定された「歩く区間」を走った選手。 |
| 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 | |
- 35, 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 計測班 (080-9262-0914、メールアドレス: trailrunner@docomo.ne.jp) に携帯電話等で申し出てご確認下さい。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安全確保のために複数(数人)で下山して下さい。
下山後は公共交通機関等をご利用願います。(SIチップの返却を忘れずに!)
(リタイア後の着替え荷物等の受け取りは所定ゴール地点)
- 36, 前回大会のコースとは大きな変更箇所が2箇所あります。
① 大楠山への登りは大畑橋からの迂回路(市の表示)に沿うも、迂回路途中から阿部倉温泉方面に行かず、直進 新ルート(トンネル横登山路)使用。

- ② 熊野神社の背後の尾根道に入る前の杉林の中に左熊野神社方面と右三信住宅方面との分岐の案内表示があった所(現状表示板は倒木の下敷き)を右に少し直進し視界の開けた所(ピンクのひも)で右折し道なりに駐車場の鎖を跨いで180m先の突き当たりが朝比奈小学校正門(ゴール地点)です。
- 37, ゼッケン: 大会2週間前に発送します。その時点で未着の場合には事務局へ連絡の事。
Aコース: 当日は先ず本館2F 小宴会場「油壺:男」「小網代:女」で着替えを済ませ、ゼッケンは胸によく見えるように着用、次に別館前で手荷物をトラックに積み込み、最後に別館1F 奥の受付で「誓約書」と引き換えに「SIチップ」を受け取る事。
Bコース: 船越小体育館で着替え、受付で「誓約書」と引き換えに「SIチップ」を受取る。
- 38, 荷物: 前回同様、別館前に待機している車両(トラック)にご自身で積み込んで下さい。
荷物は45リットルのビニール袋(ゴミ袋)に入れ、内側にゼッケン番号と氏名を記入した紙を貼り(A4版でゼッケンをコピーし氏名を記入)誰が見ても判るようにする。
注意事項 39-⑧参照 お預かりした荷物は所定のゴール地点まで運びます
- 39, 注意事項:
- ① 受付: 大会当日 Aコース: AM6:40~7:40(受付時にSIチップを渡します)
Bコース: AM9:40~10:40(受付時にSIチップを渡します)
 - ② ハイカー等への早めの声掛けと挨拶、横を通る時は充分間隔を置き声を掛けゆっくり通過を厳守、違反者は失格。55歳以上の方は必ず事前に健康診断(心不全等チェック)をして下さい。
 - ③ レース途中で天候が悪化した場合は主催者側で大会を中止することがあります。
 - ④ レース中の事故については、応急処置のみ行いますが、それ以上の責任は負いません。各自充分注意して下さい。本部連絡先: 080-5418-8876, 計測班 080-9262-0914
 - ⑤ 競技続行が不可能と判断された選手は、役員が中止させる事があります。
 - ⑥ 貴重品については各自管理して下さい。主催者側では責任を負いません。
 - ⑦ 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。
 - ⑧ 各自ビニール袋(通称ゴミ袋)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にするかゼッケンをコピーして見えるように内側に張って下さい。自分で所定の車両まで積んでください。雨天でも濡れないように口は紐等で固く結く事、リタイアされた方の荷物の受取は各々のゴール地点にお越し下さい。
 - ⑨ 申込み後の種目変更、キャンセルは出来ません。
 - ⑩ 年齢・性別の虚偽申告・申込み本人以外の出場(不正出走)等は認めません。
 - ⑪ 地震風水害・降雪・事件・事故等の中止、過剰重複入金の返金はしません。
 - ⑫ ゴール地点(朝比奈小学校体育館)から「亀遊館(風呂)」まで無料シャトルバス運行。(片道10分)、お風呂に入ってお帰り下さい。(ゴール受付でSIチップと入浴券引き換え)
 - ⑬ ゴミ等は各自で必ず持ち帰って下さい。違反者は失格とします。
 - ⑭ コース使用に関し地主等の要請により一部変更しています。当団体HP 添付資料等をよく見て充分注意して通過のこと。
 - ⑮ 事故等で救護を必要とする競技者を発見した場合には競技を中断して救助するとともに本部に連絡のこと。次回大会参加に無償参加資格を提供します。
 - ⑯ 当大会はトレイルラン中級者以上を想定しています。体調を考え不調の際は無理をせず本部又はコース役員に連絡の上エスケープルートを利用して下山下さい。
 - ⑰ 冬季大会です、低体温症等の発症予防対策を十分に考慮した装備をして下さい。
 - ⑱ 冬の日暮れはつるべ落とし、4時半頃には暗くなります。山中では何が起るか判りません(脚のけが・挫き・捻り・失神)夜道に対する対策も十分に考慮して準備して下さい。
- 40, 計測用SIチップ紛失時には補償金4000円を申し付けます。ご注意下さい。
- 41, 添付同封の「トレイル(山道)使用規定」は自主規制且つ地元自然保護団体等との約束事項でもありますので遵守下さい。
- 42, 計測機器(SIシステム)の使用が初めての方は受付後(SIチップ受領後)待機の係員に尋ねて、所定場所でお試し下さい。

- 43, 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。
- 44, 貸切バスは「朝比奈小学校」→「亀遊館(おふろ)」→「金沢八景駅」の順で停車の循環シャトル便で30分毎に出ます。お風呂を利用しない人も学校から駅までの足としてご利用下さい。
- 45, 後援：三浦市教育委員会、横須賀教育委員会、CONE 自然体験活動推進協議会
- 46, 協賛：NET SHOP "R&S"、株式会社オスクリジャパン、
- 47, 参加申込先：インターネットエントリーサイト「URL: <http://runnet.jp/>」
当団体ホームページ「URL: <http://www.npo-outdoor.com>」締切日：2020年02月08日、
- 48, 大会申込に際して、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、全員に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、各々が十分に自覚を持って参加の事

きりとり線

誓約書

主催：NPO法人野外活動（自然体験）推進事業団
主管：三浦半島縦断トレイルラン大会実行委員会 殿

この度、第10回 三浦半島縦断トレイルラン大会（2/22）に参加するにあたり、トレイルランニング競技は大自然の中での野外活動であり、山中での行動は自己責任の原則に則り、不慮の事故・疾患や生命に関する重大事故も一切自分の責任であり、主催者に対して何ら迷惑をお掛けしない事を誓約し、安全を第一として自己責任で行動します。

年 年 日

ゼッケン番号：

住所：〒 ー

本人携帯番号：

本人氏名

印