

# 第16回 三浦半島縦断トレイルラン大会

## 大会実施要項

2026年3月9日版

- 1、開催日： 2026年3月28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%以上且つ降水量10mm/h以上で中止）  
中止の場合は前日(3/27)15:00までに当団体ホームページにその旨を掲載します。
- 2、開催地： 神奈川県 A・Bコース・スタート地点：谷津染井公園  
（金沢区谷津町231-6、京急金沢文庫駅徒歩4分）  
Aコース・ゴール地点：三浦海岸浜辺・琴音バス停際  
（京急三浦海岸徒歩8分）  
Bコース・ゴール地点：船越1丁目公園内  
（横須賀市船越1丁目11番地、京急田浦駅徒歩5分）
- 3、主催：NPO 野外活動推進事業団  
共催：港ヶ丘自治会、田浦2・泉自治会、NPO アウトドアフィールズ  
主管：チャレンジャーズレース実行委員会
- 4、競技種目：トレイルランニング競技  
Aコース 41km（約25.62mile） 制限時間： 9時間  
Bコース 16km（約10.00mile） 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 規定ルートを辿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歳未満の参加者は保護者の承諾書を提出。
  - ④ Aコースは25km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、夜間照明、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（ロング）	41km	(25.62mile)	9,000円
Bコース（ショート）	16km	(10.00mile)	5,000円
- 8、締切日：2026年03月04日（水）
- 9、スタート会場受付時間：A・Bコース：6:50～7:50、谷津染井公園  
当日はまず着替えを済ませ、ゼッケンは胸によく見えるように着用。受付で記入済みの「誓約書」を渡し、「SIカード（チップ）」を受取る（SIカード紛失時は4,000円負担）。荷物は駐車中のトラックに積み込む。
- 10、スタート会場更衣所：更衣テント（男女別）
- 11、荷物預け場所：公園脇駐車中のトラック荷台（Aコース：A車、Bコース：B車）
- 12、開会式：7:45～（ラジオ体操・ストレッチ：7:30～）
- 13、スタート時間：A・Bコース順で8:00～8:06（ウェーブスタート）
- 14、Aコースゴール地点：三浦海岸浜辺・琴音バス停際  
荷渡：琴音バス停際駐車場（雨天時は民宿「魚萬」前）  
更衣室：（民宿「魚萬」1階玄関の右側宴会場が男子、左側1階奥が女子）、  
（民宿「魚萬」所在地：三浦市南下浦町上宮田3530、TEL：046-888-0719）  
Bコースゴール地点：船越1丁目公園内  
荷渡、更衣テント（男女別）：同公園内
- 15、Aコース概要：谷津染井公園→草舞台公園→朝夷奈切通入口→東朝比奈ふれあい公園→鷹取山→船越3丁目第2公園→船越1丁目公園→長善寺・角→塚山公園→不動橋

→大楠山 (241m) →山科台→光の丘→武山 (200m) →三浦富士→津久井浜 (0m)  
→三浦海岸 (0m)

- 16、表彰式 結果は各自自宅に郵送、HP 掲載、男女別総合 1～3 位、男女年代別 1 位～3 位、後日郵送となります。
- 17、表彰対象 ① 男女別総合 1～3 位 表彰状と記念品を授与。  
② 男女年代別 (29 以下/30 代/40 代/50 代/60 代/70 以上) 1～3 位に表彰状を授与。
- 18、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: 2026 年 03 月 04 日 (締切)
- 19、完走認定証: 制限時間をクリアし、コース上の全 CP を通過し、ゴールした人には完走証を授与します。完走証・記録証は後日郵送します。
- 20、競技方法: 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。)
- 21、制限時間: それぞれの関門に制限時間 (ウェーブスタート考慮) 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ゼッケン番号と氏名を本部に知らせること。
- 22、チェックポイント (CP) & 関門 & エイド (Aid)  
A・B コース・スタート地点: 谷津染井公園 (8:00)  
CP-1: 上之橋、CP-2: 朝夷奈切通入口 ペットボトル水、CP-3: 東朝比奈ふれあい公園、CP-4: 鷹取山 第 1 関門 (10:45)、CP-5: 船越 3 丁目第 2 公園、  
B-FINISH: 船越 1 丁目公園 B ゴール (12:00) Aid①、CP-6: 長善寺・角、木古庭公園 Aid②、CP-7: 不動橋 第 2 関門 (13:05)、CP-8: 大楠山 第 3 関門 (14:00)、CP-9: 大田和信号際、CP-10 光の丘第二公園 第 4 関門 (15:30) Aid③、  
CP-11: 武山頂上、CP-12: 津久井浜駅入口信号際、  
A-FINISH: 三浦海岸 A ゴール (17:00) Aid④  
B コースは CP-1～CP-5 と B-FINISH の 6 ヶ所の SI ステーションでパンチを必要とします。  
A コースは CP-1～CP-12 と A-FINISH の 13 ヶ所の SI ステーションでパンチを必要とします。B-FINISH ではパンチしないが、Aid①に立ち寄り可。
- 23、水 場: 1) 草舞台公園、2) 朝夷奈切通入口 ペットボトル水、3) 東朝比奈ふれあい公園、4) 鷹取山、5) 船越 1 丁目公園 Aid①、6) 木古庭公園 Aid②、7) 大楠山 (売店)、8) 光の丘第二公園 Aid③、9) ゴミ処理施設前、10) 武山、11) 三浦海岸 Aid④
- 24、便 所: 1) 草舞台公園、2) 朝比奈町内会館、3) 八景苑 (霊園)、4) 鷹取山、5) 船越 1 丁目公園、6) 池の谷戸公園、7) 木古庭公園、8) 大楠山、9) ゴミ処理施設前、10) 武山、11) 三浦海岸
- 25、計測方法: SI システムで計測。  
走者は CP と FINISH で SI カードでパンチし、ゼッケンを提示して通過。  
SI カードはゴール会場で回収。
- 26、最低実施人数: 200 名
- 27、コース案内: 誘導テープ: 50 x 7cm (赤白縞: 進め、青黄縞: 戻れ)  
誘導看板: A4 版パウチ矢印、  
看板等は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。  
当団体 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。
- 28、お問合せ先: TEL: 045-312-0538 (休: 土日祝)

大会時 本部：080-5418-8876 大会時 計測班：080-9262-0914  
〒220-8790 横浜中央郵便局私書箱 138 号

#### 29、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。能見堂緑地から山岳地帯の山野、森林を南方に駆け抜け、三浦海岸に至るトレイルコースです。

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 度絶景を手に入れることができます。

#### 30、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 登山者から迷惑行為の通報された選手
- ⑫ スtock及びスパイク靴は禁止します。

※役員から失格（リタイア）を宣告された選手は「ゼッケン番号・氏名」を役員に通知し、「ゼッケン」を外し所定の「エスケープルート」を利用して下山すること。

#### 31、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 に連絡して下さい。

音声繋がらない場合はメールアドレス：[trailrunner@docomo.ne.jp](mailto:trailrunner@docomo.ne.jp) で。

リタイア連絡後は役員ないし本部のアドバイスに従い所定の場所へ下山して、下山後は公共交通機関等をご利用下さい。

（リタイア後の着替え荷物等の受け取りはゴール地点）

#### 32、大会のコース変更はありません。

#### 33、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。

#### 34、荷 物：公園脇に待機している車両にご自身で積み込む。

荷物は 4 5 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 35-⑧参照。お預かりした荷物は所定の ゴール地点まで運びます。

#### 35、注意事項：

- ① 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開け声掛け。
- ② 55 歳以上の方は必ず事前に健康診断をして下さい。
- 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、それ以上の責任は負いません。
- ⑤ 本部連絡先（事故等）：080-5418-8876、計測班（棄権時）：080-9262-0914 の連絡先を携帯電話に入れること。
- ⑥ 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。
- ⑦ 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。
- ⑧ 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紙に書くか、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も受取は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 ゴール地点からスーパー銭湯 1,000 円（マホロバマイズ）までは徒歩 8 分。15 時までに入場すれば、20 時までOKです。魚萬には家庭風呂があり 400 円です。
- 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 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。
- ⑮ 当大会Aコース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し最短ルートを利用して下山してください。
- ⑯ 返金等が発生したときの送金手数料等は受領者の負担とします。

※役員から失格（リタイア）を宣告された選手は「ゼッケン番号・氏名」を役員に通知。「ゼッケン」を外し所定の「エスケープルート」を利用して下山すること。

- 36、「[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。事後アンケート調査にもご協力ください。
- 37、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。
- 38、走行禁止・追越禁止（歩行）区間について：  
鷹取山公園から続く尾根道から県道 24 号に降りる際の尾根道に設置された高圧線鉄塔から続く下り基調の道に一部は舗装された道になっていますが、傾斜角が急で勢いがつき転倒や左右から出入りの車との接触の危険があります。よって、この場所の尾根から下ったコンクリート舗装の車道から T 字路まで（途中に CP-5 の船越 3 丁目第 2 公園あり）を走行禁止・追越禁止区間に指定します。
- 39、後 援： 三浦市教育委員会、横須賀市教育委員会、  
谷津町内会、田浦 3 丁目自治会
- 40、協 賛： NET SHOP ” R & S ”
- 41、大会申込に際し、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。  
山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）。夜道に対する対策も十分に考慮して準備して下さい。