

甲州アルプス Haute Route Challenge

山岳山岳縦走競技

運営ガイドライン

(大会要項・規約・参加者の事前準備)



この大会は、甲州アルプスオートルートチャレンジの開催運営を行う事業をはじめ、甲州アルプス周辺の地域資源の発掘と利活用のための活動、森に親しむ活動、里山里地再生活動、登山・ランニング・農林業知識の普及啓発に関する各種活動を行い、地域の社会および経済の活性化に寄与することを目的としています。

甲州アルプスオートルートチャレンジ実行委員会

1. 大会要項・大会規約

【大会要項】

主催 甲州アルプスオートルートチャレンジ実行委員会

後援 甲州市、甲州市教育委員会、やまなし環境会議、一般社団法人甲州青年会議所

大会会長 甲州市教育長 保坂 一仁

実行委員長 甲州市観光大使 小川 壮太

運営協力 甲州大菩薩ネルチャークラブ

大会HP 甲州アルプスオートルートチャレンジ <https://kousyu20171119.jimdo.com/>

開催日 2018年11月3日(土)4日(日)※大会日は4日

会場 甲州市塩山ふれあいの森総合公園(山梨県甲州市塩山小屋敷1897)

選手受付 3日(土)午後1時から午後6時(オートルートチャレンジは前日のみ)

4日(日)午前5時から午前7時30分(リリールートチャレンジ)

午前5時から午前9時30分(マロニエルートチャレンジ)

種目・定員	オートルートチャレンジ	67km	累積獲得標高4600m	定員200名程度
	リリールートチャレンジ	50km	累積獲得標高3500m	定員200名程度
	マロニエルートチャレンジ	28km	累積獲得標高1500m	定員200名程度

スタート時刻 オートルートチャレンジ 午前5時00分

リリールートチャレンジ 午前8時00分

マロニエルートチャレンジ 午前10時00分

制限時間 オートルートチャレンジ 15時間(午後8時まで)

リリールートチャレンジ 12時間(午後8時まで)

マロニエルートチャレンジ 10時間(午後8時まで)

- 参加賞 オートルートチャレンジ：大会オリジナルキャップ
- リリールートチャレンジ：大会オリジナルTシャツ
- マロニエルートチャレンジ：大会オリジナルヘッドバンド

完走賞 大会当日に完走賞を発行

- 参加料金 オートルートチャレンジ：16,000円
- リリールートチャレンジ：12,000円（中・高校生 8,000円）
- マロニエルートチャレンジ：9,000円（中・高校生 6,000円）

参加資格

- オートルートチャレンジ：過去3年間※で50km以上の国内外のトレイルランニングレースを制限時間内に2大会以上完走している方。※2015年5月1日～2018年6月30日
- リリールートチャレンジ：過去3年間※で40km程度のトレイルランニングレースを制限時間内に完走している方。
- マロニエルートチャレンジ：20km程度のトレイルランニングレースまたはロードレースを制限時間内に完走している方。

大会コース



オートルートチャレンジ（67km・4600mD）

ふれあいの森総合公園—文殊院入り口—登山道分岐—思若峰—キリガ尾根分岐—源次郎岳—上日川峠—親水広場—小屋平バス停—天狗棚山—狼平—小金沢山—牛奥雁ヶ腹擦山—黒岳—湯ノ沢峠—大蔵高丸—米背負峠—ハ

マイバ丸—大谷ヶ丸—曲沢峠—景德院—竜門峡入り口—大志戸遊歩道—三角コンバー隠れっ窪—源次郎岳登山口—源次郎岳—キリガ尾根分岐—マロニ山—中原—牛奥トンネル—登山道分岐—文殊院入り口—ふれあいの森総合公園

リリルートチャレンジ（50km・3500mD）

ふれあいの森総合公園—文殊院入り口—恩若峰—キリガ尾根分岐—源次郎岳—上日川峠—親水広場—小屋平バス停—天狗棚山—狼平—小金沢山—牛奥雁ヶ腹擦山—ペンションすずらん—上日川林道—源次郎岳登山口—源次郎岳—キリガ尾根分岐—マロニエ山—中原—牛奥トンネル—登山道分岐—文殊院入り口—ふれあいの森総合公園

マロニエルートチャレンジ（28km・1500mD）

ふれあいの森総合公園—文殊院入り口—恩若峰—キリガ尾根分岐—マロニエ山—中原—牛奥トンネル—登山道分岐—文殊院入り口—ふれあいの森総合公園

【大会規約】

参加者は以下の条項を読み、これらの規約に従って下さい。これらの注意を怠った場合は、失格を含む厳重な処分を行うことがあります。

- ①参加者は、必ず大会役員およびコース誘導員の指示に従ってください。
- ②大会中に体調不良等により中止（棄権）する場合は、コース上の役員・誘導員に必ず申し出て下さい。
- ③大会役員により、体調不良やケガなどでチャレンジ続行が困難と判断された参加者は中止（棄権）となる場合があります。

失格事項

- ①大会中にゴミを投棄したり、指定コース外に立ち入ったりするなど、自然環境保護に違反する行為があった者
- ②大会役員およびコース誘導員の指示に従わなかった者
- ③年齢・性別を偽っての申告や、申し込み者本人以外が参加する等の不正行為があった者
- ④所定の時間内に関門を通過できなかった者および参集制限時間内にゴールできなかった者
- ⑤ナンバーカードを着用しなかった者（ナンバーカードは折り曲げたりせず、正面に見える様に付けてください）
- ⑥イヤホン等で耳をふさぎ、周囲の音が聞こえない状態で走行した者（補聴器具は除く）
- ⑦ポール等を使用禁止区域（上日川峠～竜門峡）で使用した者
- ⑧大会関係者以外の入山者の通行を妨げ、危険な走行をした者
- ⑨必携品を携行しないで走行した者（各エイドで必携品チェックがあります）
- ⑩その他不正行為およびマナー違反があった者

開催中止基準

気象警報の発令時や天候等の影響でコースが荒れている、また参加者の安全が確保できないと判断した場合は原則中止とします。なお、天候等の推移を見て安全に開催できると判断した場合は、大会の再開またはコース変更して開催する場合があります。

大会中について

○エイドステーション

コース内には5ヶ所(オートルートチャレンジコース)のエイドステーション(給水・給食所)を設けます。水、コーラ、バナナ、梅干しなどの補給物の他、地元の名産品を用意しますが、各自必要と思われる水分、行動食をご自身で携行してください。

○装備品

大会参加にあたり、必携品および推奨品を携行してください。

○必携品

熊鈴、コースマップ、携帯電話、ファーストエイドキット(絆創膏、固定テープ、ポイズンリムーバー、エマージェンシーシート等)、ライトと予備バッテリー(ライト2個でも可)、ホイッスル、マイカップ、レインウエア上下(ゴアテックスか同等の防水機能を有するもの)、長袖の上着、上着3レイヤー(レースウエア、長袖の上着、レインウエアを含む)、下着2レイヤー(レースウエア、レインを含む)、グローブ、キャップまたはヘッドバンド、水1L以上、携行食

○推奨品

予備ライト、ポール(保護キャップを付けたもの)、サングラス、トレイルラン専用のシューズ、チェンスパイク(降雪・凍結時)

○リタイアする場合

途中、何らかのアクシデントでチャレンジを中止する場合は、必ずコース誘導員やエイドステーション担当に名前とナンバーカードの番号を伝えてください。その場で伝えることができない場合は大会本部まで連絡してください。参加者の所在確認が取れない場合は捜索することになりますのでご注意ください。

○コース誘導について

コース上には誘導看板や誘導テープ(幅10cm程度の白色のビニールテープ)を分岐点や分かりにくい箇所、危険箇所など各ポイントに設置してあります。コースが分からなくなった時などは、むやみに先に進んだりせず、冷静に来た道に戻り、あらためて看板やテープを確認して正しい道を進むようにしてください。200mに1ヶ所ずつには必ずテープを設置します。200m進んでも誘導テープが見つからない場合は、来た道に戻ってください。コース誘導員は交差点や道路横断地点に配置していますが、コースは必ず自分自身で確認して進んでください。なお、コース誘導員の指示には必ず従ってください。指示に従わない場合には失格となる場合があります。

○参加者は以下のことに特段の注意を払い、レースに参加してください。

①自然保護に関すること

・コース以外への立ち入りは絶対にしないよう注意してください。先行者を追い越す時やハイカーとすれ違う時も必ずコース上を通行してください。

・コース上でのポール等の使用は、自然保護の観点から必ずゴムキャップを付けて使用してください。天狗の抜道稜線から第2エイド湯ノ沢峠の間のポール等の使用は禁止します。なお、コースコンディションの悪化等によりストックの使用に適さないと判断した場合、使用を禁止する場合があります。

②ハイカーや地元住民および参加者への配慮

- ・コース上にはハイカーなどの入山者や地元住民も通行しています。追い越しやすれ違いの際には、積極的に声をかけて挨拶を交わし、不快な思いをさせないように、道を譲り合って通行するように心がけてください。
- ・レースを支えてくれる地元関係者やボランティアの方への感謝の気持ちを忘れないでください。

③安全管理に関すること

コースは全て自然の中にあり、状況は常に変化しています。参加者はこのことをよく理解し、無理をせず十分に注意を払ってコース踏破に挑んでください。

- ・山岳耐久コースであるため迅速な救急対応ができない場合も想定し、健康管理には十分留意し、事前にメディカルチェックを受けるなど万全な体調でコース踏破に臨んでください。
- ・コース上では風雨、霧など気象状況の変化で天候が急変し、低体温症になることが予想されます。事前の準備も入念に行なってください。
- ・大会本部には医療スタッフを配置し、ケガや病気の応急処置に備えています。また、コース上のエイドステーション（給水所）には救護車両を待機させ、ケガ人やリタイア者の搬送などを行えるようにしています。
- ・ケガや病気で具合が悪い参加者がいた場合、お互い助け合い、最寄りのスタッフまたは大会本部へ連絡をしてください。電話番号はナンバーカードに明記してあります。
- ・大会主催者は、参加者の事故やケガなどに備えて傷害保険に加入しています。

お問い合わせ

甲州アルプスオートルートチャレンジ実行委員会 事務局

<https://kousyu20171119.jimdo.com/>

2. 参加者の事前準備

現在、日本各地で開催されているトレイルランニングレースには、日々のトレーニングを十分に積み、山の知識・経験を持ち合わせている参加者とともに一般市民ランナーも数多く参加しています。そこで、大会を開催する前に、自分の安全を確保し無事にレースを踏破するためのアドバイスをしたり、他の参加者や入山者に迷惑をかけないためのルール・マナーを理解したりしてもらう必要があります。それらにつきましては、大会ホームページ、ポスター、パンフレット等で参加者に周知徹底します。

(1) 体調管理

体調が悪い時には大会に参加できません。自身の体調をよく考えて大会参加を決断していただきます。特に大会当日のスタート時間が早いので、オートルートチャレンジ参加者は原則として前泊必須としています。前日のブリーフィングでも「風邪気味」、「睡眠不足」、「朝食抜き」等のコンディション下で大会に参加することがないように、注意喚起を行います。

(2) 栄養指導・水分補給

山中を駆け巡るという運動は、ロードランニング以上にエネルギーを消費します。自身のパフォーマンスに合った量の飲食物を携行することを必須とします。大会中はエイドステーションを約10kmごとに設置し、補給食を提供するとともにエイド出発時には十分な飲み物(1L以上)を必携とすることをルール化します。

(3) 天候対策

天候に合わせたウェアリングを紹介し、必携品にも上着3レイヤー(レースウェア、長袖の上着、レインウェア)、下着2レイヤー(レースウェア、レインウェア)の必携をルール化し、携行していない者は失格とします。その他、大会当日の天候に合わせて、スタート前に必要なウェア類の携行を呼びかけます。

(4) 試走会の実施

大会コースを安全に通行するため、詳しいコースマップを公開するとともに大会コースの試走会を実施します。試走会では、コンディショニング、栄養・水分補給、ウェアリング、コース通過時のルール・マナーについても紹介し、自己責任のもと安全に大会を踏破するためのノウハウを指導します。

(5) 参加条件のクリア

参加資格

- オートルートチャレンジ：過去3年間※で50km以上の国内外のトレイルランニングレースを制限時間内に2大会以上完走している方。※2015年5月1日～2018年6月30日
- リリールートチャレンジ：過去3年間※で40km程度のトレイルランニングレースを制限時間内に完走している方。
- マロニエルートチャレンジ：20km程度のトレイルランニングレースまたはロードレースを制限時間内に完走している方。
- コースを迷わず通過し、帰って来られる方。

