



果物と自然の里 **第九回**

いしおがトレイルラン大会

2016年
4月

429 (祝・金) 日

大会会場
朝日里山学校
茨城県石岡市柴内 630

スーパーロング
新コース50km

ロング 27km
ミドル 17km
ショート 9km



協賛 株式会社デザート 株式会社谷田川商店 佐藤スポーツ
株式会社ティーアンドアール スポーツステーションつくば

後援 茨城県 石岡市 土浦市 かすみがうら市 石岡市教育委員会 土浦市教育委員会
かすみがうら市教育委員会 石岡市観光協会 石岡市商工会議所 (株)茨城新聞社

協力 朝日里山学校 雪入ふれあいの里公園 山小屋カフェ森羅荘 石岡YSC にわかサイクリスト
石岡トレック&ウォーククラブ 石岡トライアスロンクラブ 石岡ドルフィンクラブ 石岡警察署
地域住民の方々 (順不同)

主催：石岡トレイルランクラブ

～果物と自然の里 第九回いしかトレイルラン大会要項～

- 開催日時 平成28年4月29日(祝) 雨天決行予定
スタート時間 7:00(スーパーロング) 10:00(ロング) 10:15(ミドル) 10:30(ショート) 競技終了時間15:00
- 大会会場 朝日里山学校 〒315-0143 茨城県石岡市柴内630 TEL 0299-51-3117
- 競技種目
■関門
スーパーロング 約50km ロング27km ミドル17km ショート9km
スーパーロング 第一関門 朝日里山学校(約20キロ)を**3時間00分以内**
第二関門 三ツ石森林公園手前**4時間45分以内**
第三関門 約40km地点**6時間45分以内**
ロング 第一関門 三ツ石森林公園手前(約10キロ)を**2時間以内**
第二関門 20キロ地点を**3時間45分以内**
ミドル 三ツ石森林公園手前十字路を**2時間以内**
※時間内に通過できない方は、収容車に乗っていただきスタート地点に戻っていただきます。
- 参加費 スーパーロング10,000円 ロング6,500円 ミドル5,500円 ショート4,500円 **(トレイルランクラブ会員様は割引料金で参加可能です。)**
- 申込方法 シンコーネット(<http://www.shinkonet.com/>)・ランネット・スポーツエントリー・直接申込み
- 申込期間 2016年3月15日(火)まで
- 選手受付 **選手受付はありません。開会式までにご来場ください。指定のスタート時刻にスタートゲートを通していない選手は失格となります。ゼッケンピンが必要な方は会場内で配布いたします。**
【注意事項】自己の都合による参加キャンセル及び荒天、災害による大会中止の場合を含め参加料金の返金はいたしません。
- 無料提供 地元産いちご・豚汁等
- コース 朝日里山学校⇒菖蒲沢地区⇒薬師古道⇒上青柳地区⇒仏生寺地区⇒朝日里山学校⇒弓弦⇒剣ヶ峰⇒パラボラ山⇒三ツ石森林公園⇒半田林道⇒半田地区集落⇒半田林道⇒浅間山⇒月岡⇒朝日里山学校 ※コースは急遽変更する場合がございます。
【注意事項】登山者とトラブル等が発展しないよう、相互関係を理解し、ルールとマナーを遵守し、走行してください。
- 給水 各5～10km地点にございます。(ココア及び水等予定) ※ただし山岳のため、給水の携帯を推奨します。
トイシは雪入ふれあいの里(ロング・ミドルスタートから約7キロ地点)
三ツ石森林公園(ロング・ミドルスタートから約9キロ地点)にあります。
- 参加資格 13歳以上で健康な方、最低5キロ以上は常に走れる方。スーパーロングは過去1年以内にフルマラソンを4時間以内で走れた方もしくは同等の体力のある方(記録証の提出はございません)
※未成年の方の方は保護者の同意が必要となります。
- ゼッケン忘れ **ゼッケン及びタグを忘れた方は大会会場で再発行いたします。再発行代は2,000円徴収いたします。**
- 表彰対象 各種目総合男女子1-3位/年代別各1-3位/特別賞(表彰式で発表)
- 参加賞 サンバイザー
- バス送迎 つくば駅・石岡駅から利用のシャトルバスがあります。 行き(つくば駅5:00発 石岡駅5:30発 石岡・つくば駅7:00出発) 帰り(会場発石岡駅またはつくば駅行き 12:00～(1時間毎に出発予定) **(事前申込み者のみ)**

バスは定時になりましたら出発いたします。また、バスは事前にお申込した方のみしかご利用できませんのでご注意ください。

注 意 事 項

- (1)ゴミは必ず、各自で持ち帰ること。
- (2)健康診断を必ず受けること。
- (3)開催決定は当日の朝6時に現地にて発表します(原則雨天決行)。ただし競技中天候が悪化した場合その時点で競技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、各自十分に注意してください。また、競技者同士もしくは第三者に怪我等を負わせた場合、主催者は一切の責任を負いかねます。
- (5)計測は使い捨てタグを使用いたします。当日忘れた場合、ゼッケンと一緒に再発行いたします。(再発行代金2,000円)
- (6)競技継続が不可能と判断された選手は、審判が競技を中止させることがあります。
- (7)競技以外の荷物については役員の指示に従い所定の場所をご利用ください。荷物は荷物預所はありますが、貴重品は各自で管理してください。また主催者は荷物紛失の責任を負いかねます。
- (8)駐車場は700台程度ありますが乗合で来場するようお願いいたします。駐車場の車両事故について主催者の責任は一切負いかねます。
- (9)参加者の映像、写真などの新聞、インターネットへの掲載権は主催者に属します。
- (10)参加者の方はシューズ着用しレースに臨んでください。裸足によるご参加はご遠慮ください。

競 技 目 的

- (1)我が国の豊かな自然を守るスポーツマナーの普及と、安全なトレイルランニングの知識と技術の普及に努める。
- (2)登山道を共有する仲間として登山者、ハイキング愛好者等との相互理解、強調を図る。
- (3)将来の我が国の豊かな自然を次世代のために保護を考える。

競 技 内 容 ・ 装 備 に つ い て

- (1)定められた山岳コースのタイムレース方式とします。(所要時間の少ない人から順位を決定します。)
- (2)給水・給食地点はスーパーロングが8か所ロングが5か所、ミドルは3か所、ショートは1か所を予定しています。
- (3)参加者は山岳コースのため、水、非常食、雨具等を必要装備品として準備してください。但し、推奨とします。
- (4)コースのポイントには矢印表示等を設置してあります。
- (5)失格
ゴミを会場またはコース中に捨てた選手。決められたコースを走行しなかった選手。審判また役員の指示にしたがわなかった選手。ゼッケンを着用しなかった選手(基本的に胸に付ける。)自然保護に違反する行為があった選手。不正行為があった選手。

詳しい問合せ/事務局

石岡トレイルランクラブ事務局

〒315-0012 茨城県石岡市北府中1-7-71 TEL:0299-24-4428 FAX:0299-56-4840

E-mail:ishioakasc@gmail.com URL <http://www.teamsportsjapan.jp/> シンコーネット <http://www.shinkonet.com/>