

可部連山を
攻略せよ!!

2022.11.6 SUN

第十回 可部連山トレイルラン

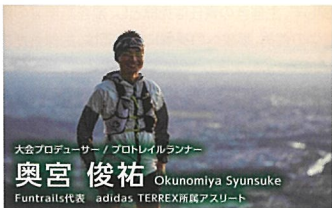
あさきた

ロングコース

22km
9:00 Start

ビギナーコース
【一般】・【親子ペア】

7km
9:50 Start



大会プロフェッサー / フロントレイルランナー
奥宮 俊祐 Okunomiya Syunsuke
Funtrails代表 adidas TERREX所属アスリート

中学・高校・大学と陸上部で長距離を続ける。大学(東海大)では、箱根駅伝を目指す。選手にはなれず、挫折を経験する。25歳の時に、心臓に感じた違和感の原因が不整脈と判り、手術を受け完全回復。快適に走れる喜びを初めて味わい、走りの楽しさを再確認。その年、初めて日本山岳耐久レース(ハセツネ)を走り、3位入賞。それ以来、トレイルランニングに全力を注ぐようになる。2015年3月から「FunTrails」を立ち上げプロトレイルランナーとして独立。同年10回目の挑戦でハセツネ初優勝。国内外のレースに参加しながら、トレイルラン大会を主催、プロデュースしている。



ゲストランナー
長野 安那 Nagano Anna

長野県長野市出身の長野さん。学生時代は陸上の跳躍選手として活躍していたが、社会人になりトレイルランニングと出会い競技の世界に再び目覚める。2019年に前十字靭断裂し同年に再建手術を行うが、翌年レース復帰。現在は、北アルプス・信越エリアの山域で活動し、ALP SKI TEAMインストラクターとしてツアーイベントや大会を運営。トレランをはじめ、ロードバイク、スキー、MTBを楽しむマルチアスリート。主にミドルレンジのレースで闘う。
【2022】
●モントレイル戸隠マウンテントレイル ロング優勝
●つがいけサイクルクラシック 女子準優勝

開催場所

中国電力南原研修所

広島市安佐北区可部町綾ヶ谷525

走 路

南原峡県立自然公園・福王寺県立自然歩道

お問い合わせ

可部連山トレイルラン in あさきた実行委員会事務局
(広島市安佐北区役所 地域起こし推進課)

Tel:082-819-3904 Fax:082-815-3906

Mail:as-chiiki@city.hiroshima.lg.jp

主催:可部連山トレイルランinあさきた実行委員会(広島市学区体育団体安佐北区連合会、安佐北区スポーツ推進委員協議会、広島市陸上競技協会、広島市安佐北区役所)

協力:南原戸主会、認可地縁団体南原自治会、亀山生産森林組合、広島県山岳スポーツクラiming連盟、広島湾岸トレイル協議会、福王寺ハイキングクラブ、福王寺、公益財団法人広島市スポーツ協会(大和興産安佐北区スポーツセンター)、安佐北区内公民館



受付期間 **2022年9月25日**まで

ランネット(<https://runnet.jp>)にて受付中 ※定員に達し次第終了

可部連山トレイル



HP <http://kaberenzan-trail.com>



9月30日(金)までに主催者の判断により大会中止を決定した場合は、返金の代替として参加者に参加費相当額のRUNPO※を付与することとし、10月1日(土)以降に中止を決定した場合は、返金が行わない。

※RUNPO(ランポ)可部連山トレイルランでエントリーを受け付けているRUNNETのポイントで、1ポイント=1円としRUNNET内で大会エントリーや通信販売に利用することができる(有効期限3年)。

実施要項

■開催日時

- 前日イベントの部:令和4年11月5日(土)
トレイルランナー奥宮 俊祐選手によるトレイルランセミナー
- レースの部:令和4年11月6日(日)
ロングコース/9:00スタート ビギナーコース/9:50スタート

■大会日程

<前日(11月5日(土))>

11:00~12:00	トレイルランセミナー受付(レース参加も同時受付)
13:00~16:00	トレイルランセミナー
14:00~16:00	レース参加者の前日受付(セミナーの未参加者)

<当日(11月6日(日))>

7:00~8:00	レース参加者受付
8:00~8:40	フリーフィンガ準備体操等
9:00	ロングコーススタート
9:50	ビギナーコーススタート
10:30頃	ビギナーコースのトップランナーフィニッシュ
11:10頃	ロングコースのトップランナーフィニッシュ
13:00(予定)	表彰式
14:00(予定)	じゃんけん大会
15:00(予定)	大会終了

■種目

ロングコース 22km・ビギナーコース 7km

トレイルランセミナー(レース参加者で、中学生以上が対象)

■募集定員

ロングコース 450名・ビギナーコース 70名(【一般】、【親子ペア】合計)
トレイルランセミナー 25名

いずれのコースも申込は先着順で、各コース定員になり次第、締切りです。ご了承ください。

■参加資格

ロングコース 15歳(高校生)以上、

ビギナーコース【一般】12歳(中学生)以上 ※18歳未満は誓約書が必要(年齢は大会当日時点)

ビギナーコース【親子ペア】10歳(小学5年生)から12歳(小学6年生)の子とその保護者
※コース内は常に同伴で走ることとし、誓約書の提出が必要

①トレイルランの特性を理解して、自己責任のもと完走する自信があり、自然環境への配慮ができること。

②新型コロナウイルス感染防止対策を守れる方 ※以下に該当する方は大会に参加できません(大会会場にお越しにならないでください)

- 37.5度以上の発熱がある方
- せき、のどの痛みなど風邪の症状のある方
- だるさ(倦怠感)、息苦しさのある方
- 嗅覚や味覚に異常のある方
- 糖尿病、高血圧などの基礎疾患があり、当日の体調に不安がある方
- 新型コロナウイルス感染症陽性とされた方との濃厚接触と判断された方
- 同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がいる場合
- 大会前14日間の間に政府から入国制限、入国後の観察期間を必要とされている国、地域等へ渡航された方
- 大会前14日間以内で緊急事態宣言、まん延防止等重点措置が発令された、もしくは発令されている都道府県の在住者

なお、上記に該当しない方でも、主催者側で指定する新型コロナウイルス対策申請誓約書に記入し、提出してください。

誓約書はホームページに掲載するので、大会前日もしくは大会当日にご提出ください。

■参加料

ロングコース 6,000円

ビギナーコース【一般】2,500円・【親子ペア】4,000円

トレイルランセミナー 2,000円

■制限時間

ロングコース22km:15:00(スタート9:00から6時間後)

第1関門(上南原橋)	9:30 (30分)	2.8km
第2関門(可部峠)	11:50 (140分)	6.6km
第3関門(中倉峠)	13:30 (100分)	5.3km
第4関門(上南原橋)	14:20 (50分)	4.5km
フィニッシュ	15:00 (40分)	2.8km

ビギナーコース【一般】			ビギナーコース【親子ペア】		
7km:12:00(スタート9:50から2時間10分後)			7km:12:30(スタート9:50から2時間40分後)		
第1関門(福王寺登山口)	10:05(15分)	1.0km	第1関門(福王寺登山口)	10:05(15分)	1.0km
第2関門(福王寺エイト)	11:00(55分)	2.5km	第2関門(福王寺エイト)	11:15(70分)	2.5km
フィニッシュ	12:00(60分)	3.5km	フィニッシュ	12:30(75分)	3.5km

■表彰

ロングコース:男女1位~6位・50歳以上の男女1位~3位

ビギナーコース【一般】:男女1位~3位

完走賞:ビギナーコース【親子ペア】の完走者全員

■参加賞

オリジナルシャツ(ロングコース)、オリジナルタオル(全コース)

■参加申込方法

インターネット【ランネット】での申込み ホームページアドレス:<http://runnet.jp>(ランネットで検索)

申込期間:令和4年7月15日(金)~令和4年9月25日(日)

*申込後不参加の場合でも、参加料の返金はできません。

*大会2週間前頃にナンバーカード交換票を送付します。

■競技方法

①定められたコースのタイムレース方式とします。②各関門で制限時間を超えた参加者はレースを中止し、スタッフの指示に従ってください。③レース中の食料・飲料補給は、参加者が出走時に所持したものと、主催者が各エイドで用意したもののみとします。④レース中に競技を中断(棄権)する場合は、安全確認上、コース内のスタッフに必ず申し出てください。⑤気象条件等によりコース変更を行うことがあります。また、天候が悪化した場合、レースを中止することがあります。⑥以下の*印に該当する参加者は失格とします*競技方法に違反し、スタッフの指示に従わなかったもの*参加資格を偽って参加したもの*各関門及びゴールの制限時間を超えたもの*ナンバーカード着用が確認できないもの*必携品を所持していないことが判明したもの*その他不正行為を行ったもの⑦全コースにおいて、ストック・杖等の使用は禁止とします。

■参加上の留意事項

- ①参加者の安全を守るため、スタッフが競技続行不可能と判断した場合には、本人の意思に関わらず競技を中断していただきます。
- ②大会開催中のケガや事故について、主催者は応急処置や救護活動を行います。その方法や経過などの責任は負いません。ただし、スポーツ傷害保険に加入しますので、その適用を受けることができます。
- ③山岳路を走る競技のため、体力、安全確保など、各自の責任のもと、十分注意して参加してください。
- ④コースは本大会が占有していないため、登山者も利用します。登山者優先で、通行を妨げないようお願いします。
- ⑤体調不良を感じたら早めにスタッフまで申し出ください。また、不調者を見かけた場合も、スタッフまで連絡ください。

必携品リスト

- A. マスクなど口と鼻を覆い飛散を防止できる物
- B. エントリー時に番号を届け出た携帯電話
- C. 500ml以上の水分(スタート時)
- D. 携帯コップ(100ml以上)
- E. エマーゼンシーシート(130cm以上×200cm以上)
- F. ホイッスル(ザック備え付けのものでも可)
- G. レインウェアの上(フード付ジャケット)
- H. 本人の健康保険証(コピー可)
- I. 必携品と個人に必要な装備を収納できる両肩で担ぐザック(肩掛けポーチ、ウエストポーチ不可)

- ①参加者は全ての必携品をスタート時からフィニッシュ時まで携行または着用するものとし、不所持が判明した場合は失格とします。
- ②参加者は大会当日中に主催者(運営スタッフ)が行う必携品チェックを拒むことはできないものとします。
- ③ビギナーコース親子ペアについては、マスクなど飛散を防止できる物、水分、健康保険証は親子それぞれのものを用意し、その他の必携品は最低一組携行して出走する。また、必携品は親がまとめて携行しても良いものとする。

携行推奨品

- A. 行動食
- B. 熊よけ鈴
- C. ファーストエイドキット(絆創膏、テーピング、三角巾など)
- D. 防寒用の長袖シャツ・ロンパズン(タイツ)

■その他

- ①実施要項等の追加事項や訂正・変更があった場合は、大会HPで随時お知らせします。
- ②参加者の荷物に関する責任は負いません。貴重品等の管理は各自をお願いします。
- ③山は天候が急変します。防寒対策等を行ってください。
- ④コース内には救護員を配置しております。
- ⑤ゴミは各自で必ず持ち帰りください。

■大会規約

<大会規約に同意の上、お申込ください。>

①個人の都合による申込後の種目変更やキャンセルはできないものとする。また、過剰入金及び重複入金による返金はできないものとする。②地震などの天変地異、疫病、事件等の予測不可能な事由による開催内容の縮小や中止及びその通知方法については、主催者の判断により決定する。③上記の事象により主催者判断において開催の中止を令和4年9月30日(金)までに決定した場合は、返金の代替措置として参加費相当額のRUNPO(ランネット)で利用できるポイント)を付与することとし、令和4年10月1日(土)以降に決定した場合は、参加費の返金は行わないものとする。④参加者は心疾患・疫病等なく、健康に留意し、十分なトレーニングをして大会に臨み、傷病、事故及び紛失等に対して、自己責任により大会に参加するものとする。⑤大会開催中に主催者により競技続行に支障があると判断された参加者は、主催者の安全管理や大会運営上の指示に直ちに従うものとする。⑥大会開催中に傷病が発生した場合、主催者は応急処置及び救護活動を行うが、その方法や経過などについて、主催者の責任は問わないものとする。⑦大会開催中の傷病、事故及び紛失等に関して、主催者の責任は免除とし、損害賠償等の請求はできないものとする。⑧大会開催中の傷病、事故への補償については、主催者が加入する傷害保険の範囲内で行うものとする。⑨参加者が18歳未満の場合は、必ず保護者の同意を受けて参加しなければならない。(参加申込があった場合は、保護者の同意を受けたものとみなす。)⑩年齢や性別等の虚偽申告、代理出走は無効とし、出場・表彰を取り消すこととする。また、主催者は虚偽申告・代理出走者に対する一切の責任を負わないものとする。⑪大会開催中にゴミを投棄するなど、自然環境保護に違反する行為をしたものは失格とする。⑫参加者は大会の映像・写真・記録等(氏名・年齢・性別・記録・肖像等の個人情報)がマス媒体、インターネット、SNS、実施要項(パンフレット)及びポスター等の報道や掲載などに利用されること、その著作権、掲載権及び利用権が主催者に属することを承諾するものとする。

【個人情報に関する考え方】大会申込者の個人情報は、本大会に関する必要な情報等の案内以外に使用することはありません。

会場までのアクセスのご案内

