

## 有度山(日本平)トレイル三昧 プログラム

日時 2017年1月28日、29日 主催 NPO法人 M-nop、静岡オリエンテーリングクラブ  
後援 静岡市・静岡市教育委員会、静岡県オリエンテーリング協会  
協賛 (株)スポーツショップアラジン、ニューハレ  
(ロゲイニング NavigationGames2016 協賛: エイ出版社、パワースポーツ、ザ・ノース・フェイス、カシオ計算機、ミレー)



### イベントディレクターご挨拶

「Think globally, act locally」をもじれば、本大会のコンセプトは、Standardize globally, enjoy locally です。世界を相手にイベントを開催してきた村越が、「トップ選手から初心者まで同じ舞台上で楽しめる」をコンセプトに渾身の準備で毎年開催してきた本イベントも、9回目になりました。トレイルランニングには220名、ロゲイニングには約198チームの参加をいただきました。市内からも多くの参加をいただきました。ありがとうございます。

トレイルランニングとしては超短距離ですが、スピーディーなレースをお楽しみください。会場である公園利用の人のコンフリクトを避けるため、昨年より約30人単位のウェーブスタートを採用しています。

ロゲイニングは4年ぶりに本大会のふるさとである有度山(日本平)全山を含むエリアです。現在は日本平と呼ばれることの多い有度山ですが、古来駿河国有度郡のシンボルでした。清水と静岡の市街地に囲まれながらも、貴重な自然を市民に提供しています。その里山を思う存分走り回ってください。かつては安倍川の三角州が、10万年前から年間3mmづつ隆起して紡錘形の丘陵となったのが有度山です。海側は駿河湾の海蝕によって断崖となり、そこに久能寺、その後戦略上重視され久能山城が立地し、そこに数々の歴史を生み出してきました。東照宮といえば、今では日光が有名ですが、最初に家康が祀られたのもこの久能の東照宮。久能寺の山号は補陀落山、それがなまって二荒山、これが(音読みにする)ニッコウとなります。今や300m超の丘陵地の頂上からは世界遺産級の眺めをお楽しみいただけます。日本平ロープウェイと静鉄ジャストラインの日本平線の一部の利用も可となりましたので、より多くのチームに日本平山頂からの眺めも楽しんでいただけることでしょう。

ロゲイニングの地図はA3ノビ(A3より少し大きなサイズです)、全コントロールをとると81km、コントロール数は60個。総得点は2017点。帝王柳下選手のコメント「80kmなので、トップでも6割が限度。山をまず得点を見て、山にいくべきかを見る。そこに大きな選択肢があると思う。

トレイルランニング、ロゲイニングとも、このイベントが始まったころには考えられないほど広く行われるようになりました。多くの人も注目しています。そんな中で、一般利用者とのコンフリクトが伝えられる大会もあります。幸いにして本イベントでは参加者の方々の良識で、そうしたトラブルとも無縁で毎年気持ちよく大会開催が続けられています。今後も、マナーを誇れるイベントに、皆さん自身の手でしていただきたいと願っています。

なお、当日までにコースの状況により内容等を変更することがあります。前日までの情報は順次ウェブに掲載します。また当日配布するプログラムにも必ず目を通してください。

イベントディレクター 村越 真

### 【招待選手】

#### トレイルランニングミニレース

望月将悟(2016年トランスジャパンアルプスレース優勝)  
向井宏之(2016年有度山トレイルランニングミニレース5km男子優勝)、  
近藤敬仁(2016年有度山トレイルランニングミニレース9km男子優勝)  
渡部春雅(2016年有度山トレイルランニングミニレース9km女子優勝)  
2016年有度山トレイルランニングミニレース5km女子優勝者

#### ロゲイニング

柳下大(有度山ロゲイニング2016男子組優勝)  
望月将悟(2016年トランスジャパンアルプスレース優勝)  
田島利佳(有度山ロゲイニング2014成人女子組優勝)  
チーム「チーム遠足」(有度山ロゲイニング2016男女混合組優勝)  
チーム「チョコげん☆」(有度山ロゲイニング2016成人女子組優勝)

## Program 1: 2017年1月28日(土)【トレイルランニングミニレース】

1. **会場** 清水船越堤公園(静岡市清水区船越 497)内、中央広場

### 2. **開催判断**

※当日朝 7 時時点で暴風警報発令、あるいは局地的集中豪雨、その他自然災害や、東海地震警戒発令、その他公的交通機関の運行中止などが発生した際は大会を中止する場合があります。大会中止の場合は、ウェブサイト(<http://www.m-nop.com/>)にて発表します。当日朝の問合せは 080-5159-4593(村越)までお問合せください。

### 3. **交通**

スタートゴールの船越堤公園は市民の皆さんがご利用される公園です。トレラン参加者は公園外でも活動するため、公園利用者の為に公園駐車場を利用しないよう公園管理者から要望がありました。**大変お手数をおかけしますが、徒歩、自転車、公共交通機関でお越しくださいますようお願いいたします。**ご面倒をお掛けしますが、どうぞご協力お願い致します。また、バスが込み合う可能性がございますので、時間に余裕を持ってご来場ください。

### 【路線バス】

#### ① 草薙駅前バス停より「しずてつバス」利用の場合

【草薙駅前バス停】から三保草薙線(折戸車庫行)へ乗車【船越南バス停】下車約 14 分(280 円)。  
船越南バス停から船越堤公園へは徒歩約 8 分。(道順は次ページ【会場及び付近のご案内】の①をご覧ください。)

- ▶ JR 草薙駅 までのご案内  
【JR 静岡駅】から東海道本線上り各駅停車に乗車【JR 草薙駅】下車、約 6 分(190 円)。
- ▶ 草薙駅前バス停→船越南バス停 <時刻表>  
8:53 → 9:07

#### ② 狐ヶ崎駅前バス停より「しずてつバス」利用の場合 ※狐ヶ崎駅より徒歩の場合 30 分程かかります。

【狐ヶ崎駅前バス停】から三保草薙線(折戸車庫行)へ乗車【船越南バス停】下車、約 6 分(200 円)。  
船越南バス停から船越堤公園は徒歩約 8 分。(道順は次ページ【会場及び付近のご案内】の①をご覧ください。)

- ▶ 静鉄 狐ヶ崎駅 までのご案内  
【JR 清水駅】から【静鉄新清水駅】に徒歩移動(約 10 分)、【静鉄新清水駅】から新静岡駅方面に乗車【狐ヶ崎駅】下車、3 駅約 5 分(130 円)
- ▶ 狐ヶ崎駅前バス停→船越南バス停 <時刻表>  
9:01 → 9:07

#### ※ JR 清水駅・静鉄新清水駅方面から「しずてつバス」利用の場合

梅ヶ谷・蜂ヶ谷市立病院線へ乗車【川原町】又は【神田町】下車。それぞれのバス停から船越堤公園は約 1.2km です。  
ご利用の際はしずてつジャストライン<http://data.justline.co.jp/nanj/index.do>より時刻等お調べください。

### 【周辺駅までお車利用の場合】

#### ① 「静岡市草薙駅前駐車場」

草薙駅には 210 台が駐車できる「静岡市草薙駅前駐車場」があり、下記料金にてご利用いただけます。  
ただし当大会と契約等はしておりませんので、満車の場合もございますことご了承ください。

駐車場詳細は[http://www.city.shizuoka.jp/deps/kotu/kusanagi\\_parking.html](http://www.city.shizuoka.jp/deps/kotu/kusanagi_parking.html)をお確かめください。

- ▶ 最初の 2 時間 30 分毎 ¥100、2 時間超え 5 時間 30 分まで 30 分毎 ¥150、5 時間 30 分を超える駐車一律 ¥1500
- ▶ 草薙駅からバス利用は【路線バス】の①をご覧ください。  
以下にご紹介する「草薙の湯」からのシャトルバスもご利用いただけます(マイクロバスを 1 台ご用意していますが、満席の場合はご容赦下さい。)
- ▶ 草薙駅からタクシー利用の場合は 1 台 1700 円程度です(目安です)。

#### ② 「草薙の湯」駐車場 (必ず次ページ地図の○印の側の駐車場をご利用ください)

草薙駅近くに「草薙の湯」という温泉施設があります。こちらの施設のご厚意で、イベント終了後に「草薙の湯」をご利用される方に限り、「草薙の湯」の駐車場にお車を駐車することが可能です。「草薙の湯」のスタッフさんがチェックをして下さいますので、第二駐車場に駐車後、駐車券を持ち館内スタッフさんへ「トレラン参加者です」とお声をおかけください。

- ▶ 駐車料金:「草薙の湯」ご利用により 6 時間まで無料、それ以降は 30 分につき 100 円。  
(「草薙の湯」施設使用料:大人 800 円、子ども 350 円)
- ▶ こちらの駐車場から船越堤公園までシャトルバスを 2 往復運航します。料金は 300 円。(釣銭が出ないように小銭をご用意ください)

《草薙の湯→船越堤公園 シャトルバス運行時刻表》

8:15 → 8:35      9:15 → 9:35

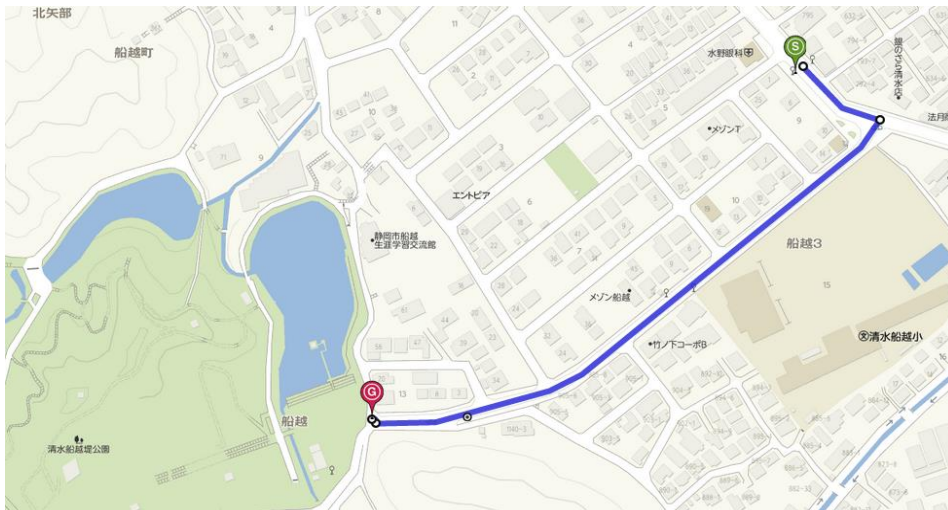
- ▶ シャトルバスは定員がございますので、満席の場合はタクシー又は路線バスでの移動もご検討ください。
- ▶ 草薙の湯詳細は<http://www.kusanagino-yu.com/index.html>からご確認ください。



【会場及び付近のご案内】

① 船越南バス停から船越堤公園までの道順

バスを降りてから道を南に進み、小学校のある交差点を小学校沿いに西に進むと船越堤公園に着きます。徒歩約 8 分です。周辺地図を PC からご確認ください。場合は<http://yj.pn/TiC8d5>をお試しください。緑色の S のマークが【船越南】バス停、赤色の G のマークが船越堤公園の入り口です。



② 船越堤公園内「中央広場」のご案内

船越堤公園内地図は下図をご確認ください。中央広場からの公園内ルートは赤の矢印となります。





## 【お帰りのバスについて】

路線バスのほかにシャトルバスを2便運行します。

### ① 路線バス 三保草薙線 【船越南】→【狐ヶ崎駅前】→【草薙駅前】

【船越南】発車時刻 11:20 14:20

### ② シャトルバス 船越堤公園→草薙の湯

発車予定時刻 12:30 13:30（表彰式の終了時刻により前後する可能性があります）

※ シャトルバスの乗車人数には制限がありますので、満席の場合は路線バス又はタクシーをご利用ください。

※ シャトルバスの乗り場、発車時刻は当日会場にてご連絡します。（利用者が居ない場合は2便目は運行しません）

## 4. 受付・更衣

船越堤公園 中央広場にて9:00～10:00まで受付します。

同意書にご記入いただき受付にお持ちください。ゼッケン、SIチップの入ったエントリーパックをお渡しします。

更衣用のテントを中央広場に設置し、ご用意します。

## 5. スタート

スタートは船越堤公園中央広場西側です。

昨年からはウェブスタート方式となりました。ロング(男子・女子)は10:30～10:40の間に各ブロックに分かれて2分間隔でスタートします。ショート男子は10:42、ショート女子は10:44に一斉にスタートします。各自のスタート時刻はエントリーリストをご確認ください。

トップのブロックがスタートする5分前(10:25)に招待選手のご紹介と主催者のご挨拶を行います。その後、スタッフの指示に従いスタート5分前に指定スタート枠に入りチェックを受けてください。なおゼッケンとSIチップを身につけていないとスタートできません。

## 6. コースとチェックポイント

ショートクラス約4.9km、ロングクラス約8.7km、エイドステーション等は1カ所(ロングのみ、ショートにはございません)です。

コース全体図はプログラム最後の[コース図]をご参照ください。

コース途中で **SIチップのチェックポイントがあります(ショートは1カ所、ロングは2カ所)。忘れずにチェックして通過してください。**

正しくチェックしていないと完走が認められない場合があります。チェックポイントの見本は当日受付周辺に用意しておりますのでチェック方法を必ずご確認ください。

コース上には赤白テープを設置し、分岐点や危険箇所にはルート案内表示または誘導員を配置します。コースアウトしないようご注意ください。

## 7. フィニッシュ

フィニッシュも船越堤公園中央広場です。

フィニッシュライン上にてSIチップのチェックを行ってください。チェックを行わずゴールラインを越えた場合、ゴールタイムが正しく計時されない場合があります。

フィニッシュ閉鎖は12:30です。12:30を過ぎましたら、コースをそのまま辿りルート上のスタッフの指示に従ってください。

## 8. 表彰式(船越堤公園中央広場)

12:00を予定しています。(競技の進行状況によって変更します。)ロング男性は5位まで、その他クラスは3位までを表彰します。表彰者には協賛社様からの賞品を贈呈します。

成績表はウェブサイト(<http://www.m-nop.com/>)にて後日発表します。

## 9. 競技中の注意事項 **※必ずお読みください**

本大会のコースは日本平ハイキングコースをはじめ、県の有度山北麓公園、地元自治会の所有地など、普段市民の方がご利用されるトレイルを多く含んでいます。レース当日も競技者以外の利用者の方々がいっぱいいますので、迷惑のかからないようご配慮ください。その他以下の点にもご留意ください。

- ・ コース上にゴミを捨てないでください。またトレイル外を走らないでください。
- ・ 追い抜きの場合は、競技者、一般の方問わず「右抜きます」等の声かけをし、指示した側から追い抜いてください。特に一般のハイカー・散歩の方は山道を走る競技者に驚かれることもあります。抜くときは安全な場所で、一声掛けてスピードを落として抜いてください。すれ違いの時もスピードを落としてください。狭い箇所では一般の方を優先してください。
- ・ ランナー同士が対面通行する箇所が一部あります。左側を通行してください。
- ・ 一般の方の通行や、車の通行時など、誘導員が指示を出した場合には、それに従ってください。
- ・ 体調が悪い場合、途中で体調が悪くなった場合、決して無理をしないでください。レース中の事故につきましては、応急処置、救急機関への連絡は行いますが、それ以外の責任は負いません。また、主催者でスポーツ傷害保険に加入して

いますが、当日は健康保険証の持参をお勧めします。

- ・ 競技続行が不可能と判断された参加者は、スタッフが競技を中止させる場合があります。
- ・ 大会会場、コース上は禁煙です。
- ・ 携行品については制限しませんが、ストック・杖の利用は禁止します。
- ・ トレイルランニングの性質上、足を保護するテーピングをお勧めします。
- ・ レース前、あるいは途中でも、天候の悪化などで主催者の判断で競技を中止することがあります。その場合でも参加料は返金しません。
- ・ 上記注意事項や係員の指示に従わなかった選手、その他不正を行った選手は失格とします。

## 10. コース概略

### 【ロング】

船越堤公園を出た後、約 1km 農道を緩やかに登ります。その後歩道橋を越えて日本平ハイキングコースに入り、緩やかな登りで約 1.2km 進みます。

登り切った後、西に向かって階段状の道をゴルフ場に沿って下ります。ショートコースとの分岐点は左に進み、谷を降りきったところで市道を越えます(車の通行はほとんどありません)。市道に降りたところにエイドを設置します。水・スポーツドリンクを提供します。その後反対側の尾根筋まで短い登りを登ります。

その後尾根道を北に向かって 1.5km ほど走ります。この尾根道は細かいアップダウンがあり、技術がものを言う区間です。道が細く、一般の通行者(散歩の方)が時々います。抜くときは安全な場所で、一声掛けてスピードを落として抜いてください。すれ違いの時もスピードを落としてください。

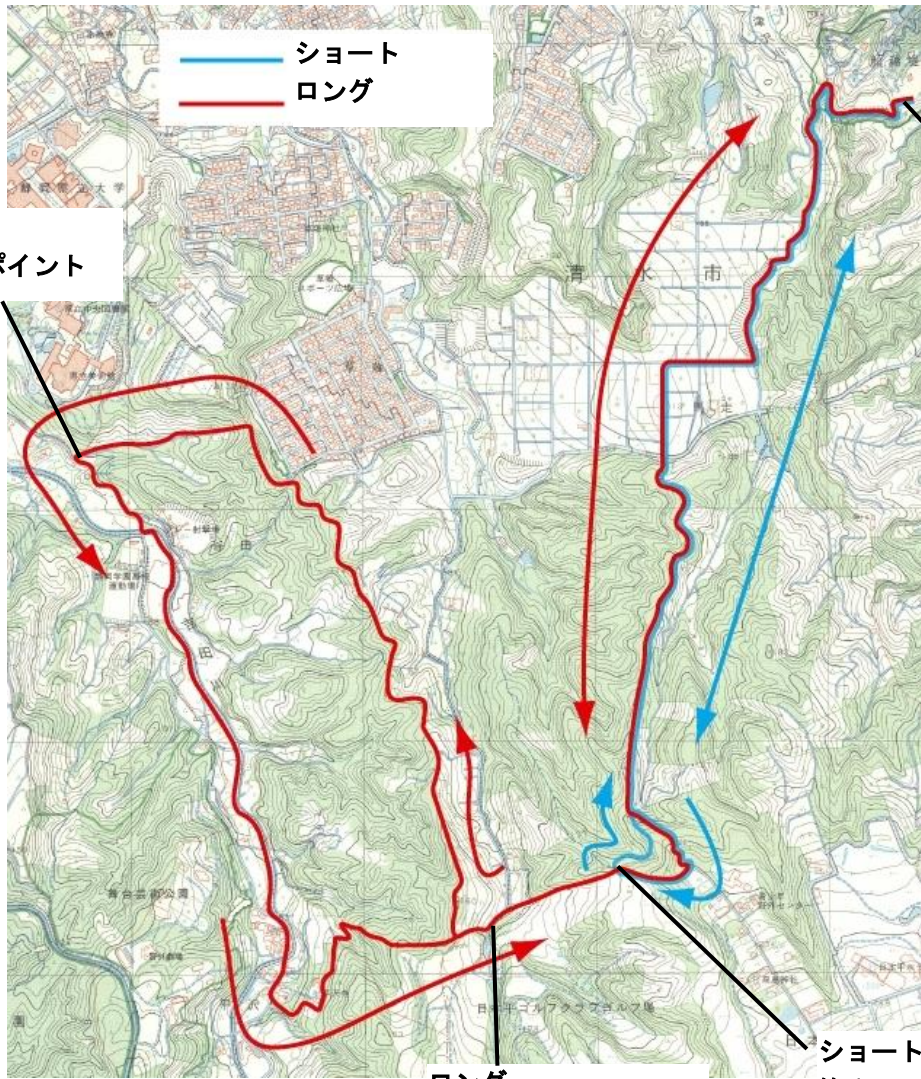
草薙団地の西で尾根から谷に下ります。下りきったところから 200m ほど舗装された車道を走ります。吉田川の橋を渡った後すぐ左折し、川沿いのダート道を約 1km 走ります。車道に突き当たったら、車道を 200m ほど走り、平沢観音の南側の車道から本堂にあがり、その先で再び山道に入ります。足下が悪く、また道の両側が壁状に立ち上がっている細い区間を通過し、ゴルフ場沿いに進み、前半のコースに合流します。

ショートコースとの分岐点をまっすぐ通過し、日本平ハイキングコースへ復帰し、会場に向かって同じルートに戻ります。

### 【ショート】

船越堤公園を出た後、約 1km 農道を緩やかに登ります。その後歩道橋を越えて日本平ハイキングコースに入り、緩やかな登りで約 1.2km 進みます。

登り切った後、西に向かって階段状の道をゴルフ場に沿って下ります。ロングコースとの分岐点を右に進み、日本平ハイキングコースへ復帰し、会場に向かって同じルートに戻ります。



ショート  
ロング

ロング  
第2チェックポイント

スタート  
ゴール

ロング  
エイドステーション

ショート・ロング  
第1チェックポイント