

有度山(日本平)トレイル三昧 プログラム

日時 2018年1月27日、28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 NavigationGames2017 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)
協力 常葉短期大学、走生塾、Club 阿闍梨、静岡大学 OLC、O-Support



賤機山ハイキングコース道から巴川流域と有度山を望む



イベントディレクターご挨拶

毎年開催してきた本イベントも、10回目を迎えました。トレイルランニングには約200名、ロゲイニングには約150チームの参加をいただきました。ご参加ありがとうございます。

トレイルランでは距離は短いながらも、細かなアップダウンが続くコースでスピーディーなレースをお楽しみください。公園利用者との衝突等为了避免のため一昨年から約30人単位のウェーブスタートを採用しています。

ロゲイニングは常葉短大を会場に有度山山麓北西部を利用したエリアを使用します。今回のテーマは巴川水系。巴川は静岡市の葵区と清水区の市街地を貫流する河川です。静岡市市街地の北方の竜爪山・文珠岳(1,041m)を水源に、南に流れた後、葵区国吉田から東に向かいます。南北から流れてくる支川と合流しながら、清水区の市街地を通過、三保半島に囲まれた折戸湾へ注ぎます。

巴川水系の流域は海面が高かった6000年前の縄文時代には折戸湾から続く入江でもありました。短く傾斜の強い巴川水系は過去には大きな水害をもたらした一方で、水源や水運に利用され、静岡の歴史文化の発展に欠かせない河川です。現在は遊水池や放水路の整備などにより防災対策が進み、流域には親水公園も整備され市民に親しまれています。

静岡というと山や海のイメージが強いかもしれませんが、その2つを結ぶ川もまた地形の成り立ちに大きく関わっていて、町が現在の形になった大きな要因の一つでもあるんです。そんな地形、歴史に触れられるコースを地元で活動する静岡オリエンテーリングクラブの皆さんに用意していただきました。ぜひお楽しみください。

昨今、トレイルラン・ロゲイニングとも多くの人の注目を集めるようになってきました。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として継続できるよう皆さんのご協力をいただけますようお願い申し上げます。

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。前日までの変更・追加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 小泉 成行

【招待選手】(敬称略)

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)
近藤 敬仁(前回大会 9km 男子優勝)
本間 誠司(前回大会 5km 男子優勝)
渡部 春雅(前回大会 9km 女子優勝)
立川 緋彩(前回大会 5km 女子優勝)

ロゲイニング

チーム「みねさん」(前回大会 成人男子組優勝)
田島利佳(前回大会 成人女子組優勝)
チーム「チーム遠足」(前回大会 男女混合組優勝)
チーム「ハッピーピーマン」(前回大会 家族組優勝)

【開催判断 2日間共通】

当日朝6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090-5148-1227(小泉)までお問合せください。

Program 1: 2018年1月27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. **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、バスが混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】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】から東海道本線各駅停車に乗車【JR草薙駅】下車、約6分(190円)。

▶ 【草薙駅前】→【船越南】 <<バス時刻表>>

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】→【船越南】 <<バス時刻表>>

9:01 → 9:07

③ 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、満車の場合もごさ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 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」の第二駐車場に駐車することが可能です。レース終了後、入館料支払いの際に、駐車券を提示し「トレイルラン参加者です」と伝えてください。

▶ 駐車料金:「草薙の湯」利用の場合に限り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。下図の緑色の 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。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。

② 船越堤公園駐輪場のご案内

船越堤公園に自転車等でお越しの場合は下図、右の池の下辺りに赤枠白抜きで示した場所にある駐輪場をご利用ください。(現地に「駐輪場」の表示やライン等ございませんが、隅から順に並べて停めてください。)

③ 船越堤公園内「中央広場」のご案内

会場は船越堤公園内の中央広場です。



【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案内します。（利用者が居ない場合は2便目は運行しません）

3. 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バックをお渡しします。SIチップを紛失した場合は記録を計測できないだけでなく、補償金（4,000円）をいただくこととなりますので紛失にはご注意ください。

更衣用の TENT を中央広場に設置し、ご用意します。

4. スタート

スタートは船越堤公園中央広場西側です。

ウェブスタート方式で行います。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ブロックごとにスタート枠に入ります。スタート枠に入る前に必ずSIチップの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。

5. 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。

コース途中でステーションと呼ばれる SIチップのチェック機材があります（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。

6. 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設置してある フィニッシュ用ステーションで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記録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。

7. 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。

8. 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らっしゃいますので、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注意ください。

- ・ 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。
- ・ SI チップを紛失した場合は補償金(4,000 円)をいただきます。紛失にはご注意ください。
- ・ 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。

9. 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。

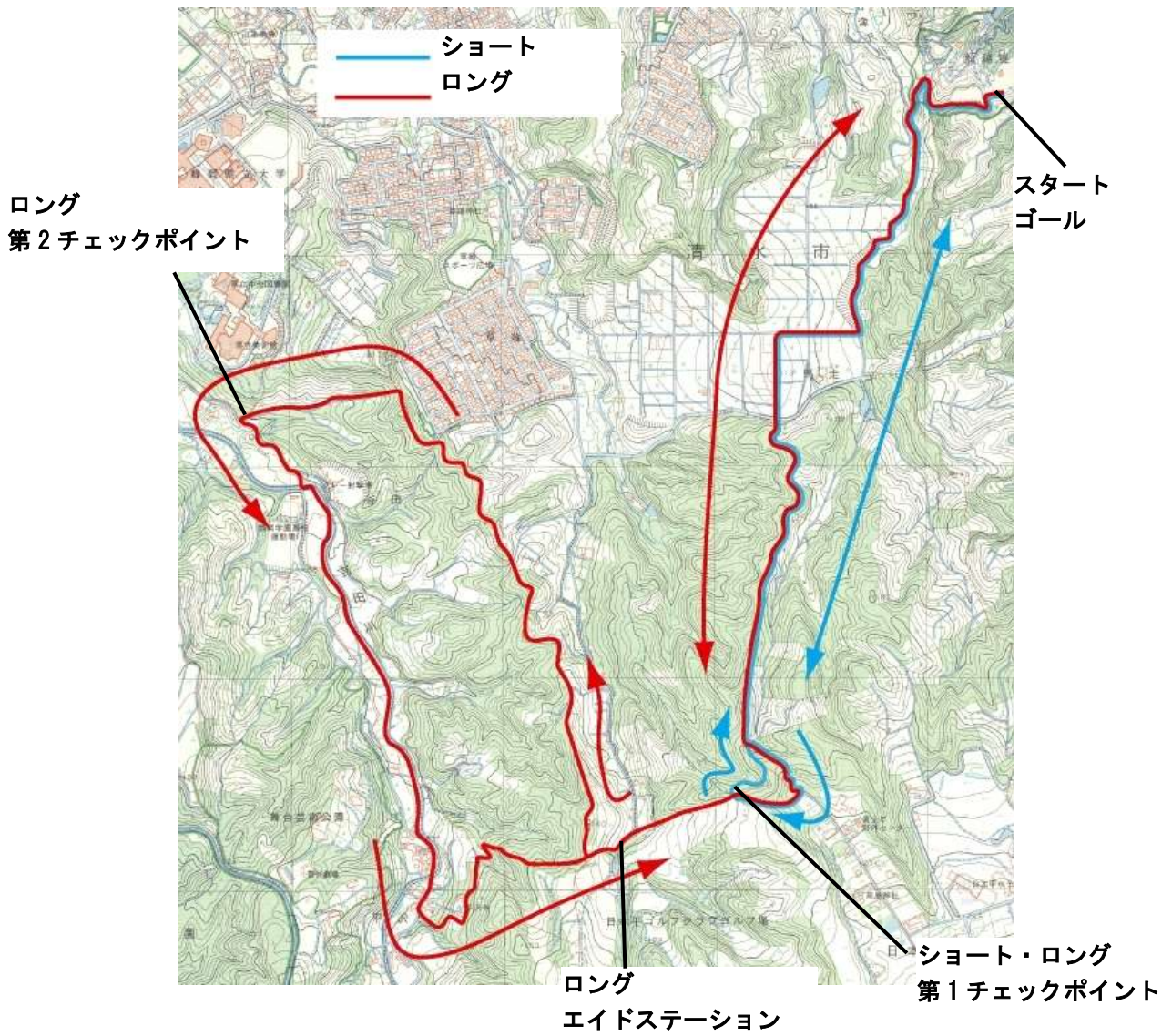
草薙団地の西で尾根から谷に下ります。下りきったところから 200m ほど舗装された車道を走ります。吉田川の橋を渡った後すぐ左折し、川沿いのダート道を約 1km 走ります。車道に突き当たったら、車道を 200m ほど走り、平沢観音の南側の車道から本堂横にあがり、その先で再び山道に入ります。足下が悪く、また道の両側が壁状に立ち上がっている細い区間を通過し、ゴルフ場沿いに進み、前半のコースに合流します。

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。



船越堤公園中央広場(スタートゴール)からの公園内は上図赤ルートを通ります。

復路も同じ経路です。