

第2回まつさか香肌峡トレイルラン大会 アスリートガイド

この度は、第2回まつさか香肌峡トレイルラン大会にエントリーいただき、誠にありがとうございます。本大会は香肌峡（かはだきょう）の雄大なロケーションを楽しんでいただける本格的なトレイルランレースです。そのため、通常のマラソン大会とは異なる準備、意識が必要となります。本案内及び、公式HP掲載のアスリートガイドをよく読んでいただき、事故なく安全にレースを完走できるように心がけてください、スタッフ一同皆さまのご来場を心よりお待ちしております。

まつさか香肌峡トレイルラン実行委員会一同

大会概要

- 開催日 令和7年2月23日（日）※雨天決行（予備日なし）
- 競技会場 松阪市立宮前小学校（三重県松阪市飯高町宮前1022）及び特設コース
- 競技種目
ロング部門 23km（獲得標高+1,900m トレイル率50%）
ショート部門 14km（獲得標高+1,000m トレイル率40%）
キッズジョギング部門 1.3km（舗装路）
- 定員 400名（ロング部門175名、ショート部門175名、キッズ部門50名）
- 参加資格
①ロング部門 高校生以上の健康で完走の自信がある人
ショート部門 中学生以上の健康で完走の自信がある人
キッズジョギング部門 小学生の健康な人
②山岳地を走るという特性を十分認識し、訓練を十分に行っている事
③起こりうるトラブルや天候の悪化などに他に頼ることなく自ら対処できる事
- 計測 【ロング部門・ショート部門】チップによる計測
【キッズ部門】計測なし
- 表彰 総合男女各1~3位
年代別（20代以下、30代、40代、50代、60代以上）男女各1位
キッズジョギング部門は表彰なし
- 参加賞 大会記念グッズ
- 主催 まつさか香肌峡トレイルラン実行委員会
- 共催 宮前まちづくり協議会、飯高山岳会、松阪市、松阪市教育委員会
- 監修 株式会社トライアーティスト
- 問合せ先 まつさか香肌峡トレイルラン実行委員会 事務局（松阪市 飯高地域振興局 地域振興課内）
住所 三重県松阪市飯高町宮前180番地
TEL 0598-46-7111 / FAX 0598-46-1092 / 当日緊急連絡先 090-7355-4741
E-Mail chishin.taka@city.matsusaka.mie.jp/
公式HP <https://www.matsusakakahadakyotrail.com/>

タイムスケジュール

2025年2月23日(日)

開始時刻	終了時刻	内 容	場所
7:00		駐車場オープン	
7:30	9:00	選手受付	
9:00	9:10	開会式・競技説明会	
9:10	9:30	ウォーミングアップ	
9:20	9:30	スタート準備・整列	
9:30	～	ロング部門スタート	
10:00	～	ショート部門スタート	
10:15	～	キッズ部門スタート	
	10:35	キッズ部門最終ゴール	
10:45	11:05	キッズ部門抽選会	
	11:35	ショート部門先頭ゴール	
	12:15	ロング部門先頭ゴール	
13:00		帰宅車両駐車場オープン	
14:00	14:30	表彰式・抽選会	
	15:00	全競技終了予定	
	16:30	撤収完了	

※スケジュールは天候や競技の進行上変更になる場合があります。会場のインフォメーション、アナウンス等にて発表します。

※選手、来場者の安全確保のため13:00までは駐車場から車の移動はできません。

競技規則

①注意事項

- (1) 競技に参加するにあたり、体調管理、コース確認、装備品のチェック等、事前に必ずご自身の責任で行ってください。
競技中の事故については、応急処置を行いますが、それ以外の責任は負いかねます。
- (2) 一般のハイカーも歩く登山道を使って競技が行われます。競技中といえどもハイカーを優先し、道をゆずり合う、すれ違うときに事故のないように速度を落とすなどの配慮をお願いします。
- (3) 競技中は、通行規制を行いますが地元住民の車両などは通行可能となっております。交通ルールを順守し、原則右側通行で走行してください。
- (4) 大会当日の緊急連絡先については、大会の5日前を目途にメールにて通知いたします。また、大会当日も受付付近にて緊急連絡先の掲示を行います。スタートまでに緊急連絡先の登録を必ず行ってから、出走してください。
- (5) 自然環境での特性上、熊や猪、スズメバチ等の人間に危害を加える動物に遭遇する可能性があります。
山への感謝の気持ちをもって、山の動物たちを驚かせないようにコース（トレイル）から外れないようにしてください。
- (6) 雨天等によりレースを行うことが不可能だと判断される状況の場合、競技を中止することがあります。
この場合、参加賞についてはお渡ししますが、参加費等の返金はいたしません。また、競技の実行に影響するような悪天候や周辺環境の都合によって、競技中であっても、主催者側の判断で中止やコースの変更をすることがあります。
その場合、スタッフの指示に従い迅速に行動をお願いします。
- (7) 自分が出したゴミは、山に投棄することなく必ず自分で持ち帰ってください。競技中、補給食の包装等を落とさないように、必ずチャックのあるポケット、または袋に入れるようにしてください
- (8) 大会出場中の映像、記録、写真、記事等の新聞、雑誌、テレビ、インターネット等への掲載権は主催者側に属します。
- (9) 競技以外の荷物についてはスタッフの指示に従い、所定の場所をご利用ください。
ただし、貴重品・壊れ物等については各自管理してください。主催者側では紛失の責任は負いません。

②救助及び医療援助について

- (1) 自力での歩行が可能で、怪我、病気などでリタイアする場合は、自力で大会本部へ戻ってください。
- (2) 自力での歩行が困難な場合は、最寄りのスタッフもしくは大会本部へ連絡をしてください。状況により、松阪地区広域消防組合へ救助要請を行います。近距離であれば、スタッフが、けが人のもとに応急救護に向かいます。
- (3) けが、病気などで身動きができない選手と遭遇した場合は、その救助を優先し、最寄りのスタッフもしくは大会本部へ連絡をしてください。
- (4) 競技が安全に行われるために、大会本部では可能な限りの救助体制を準備しています。
しかし、選手は、トレイルランという自然の中で行われる競技に危険が伴うことを充分に認識し、怪我、病気、事故などに対して、自己責任において大会に出場してください。
- (5) 救護所はエイドステーションと大会本部にあり、看護師が待機しています。
- (6) 環境や状況により、救助が到着するまでに時間が長くなる場合があります。
そのため、トラブルにより山中で停滞した際の事を考慮した装備を心がけてください。
- (7) 救護者に処置を受けた選手は、レース後に必ず専門医を受診してください。
- (8) 救護の必要があると判断された場合、救助隊を呼ぶことがあります。
その場合、かかった費用は救護された方の負担となります。

③選手受付

- (1) 当日の選手受付は必ず時間厳守で行ってください。
- (2) 選手受付時には、最終案内はがき（ゼッケン引換証）をご提示いただき、必ず選手ご本人で行ってください。
(代理は不可)
- (3) 時間厳守としますが、選手受付にどうしても間に合わない場合は大会事務局（緊急連絡先）まで事前にご連絡ください。
- (4) 駐車場へのアクセス道路は、大会コースとなり交通規制を伴うことから、8時40分までにお越しください。
※駐車場の詳細は大会HPをご確認ください。

④コース

(1) コースは以下の通りです。

①ロングコース

※宮前小（スタート）～珍布峠～礫石～局ヶ岳神社（エイド）～旧登山口～局ヶ岳登山道分岐～新登山口～里山遊歩道～宮前小～旧登山口～局ヶ岳神社（エイド）～局ヶ岳登山道分岐～新登山口～里山遊歩道～宮前小（ゴール）

全長23km 累積標高1,900m

②ショートコース

※宮前小（スタート）～珍布峠～礫石～局ヶ岳神社（エイド）～旧登山口～局ヶ岳登山道分岐～新登山口～里山遊歩道～宮前小（ゴール）～

全長14km 累積標高1,000m

③キッズコース

※宮前小（スタート）～奥の広橋～宮前小（ゴール）

全長1.3km

※コースマップを事前によく確認し、コースを把握しておいてください。

分岐地点には矢印看板、ボランティアスタッフで誘導を行いますが、コースミスは自己責任となります。

(2) トレイルは、コース幅が大変狭く、大部分がシングルトラック（人が一人通れる幅）です。

前走者を追い抜く際には、声を掛けて原則右側から追い抜かし、抜かされる側は左側に寄ってコースを譲って下さい。

(3) 自然保護のため、コースを外れること（ショートカット）を禁止します。

(4) 万が一道に迷った場合は、緊急連絡先(大会本部)まで連絡後、サバイバルシート（エマージェンシーブランケット）等で体が冷えないようにして、その場から離れないようにしてください。

⑤必携装備品

(1) 本大会では以下の装備品を必要装備品とします。※キッズコースは除く

大会側で装備チェックは行いませんが、不安な方は事前に大会事務局までご確認ください。

【必要装備品】

ゼッケン、ドリンク500ml以上、携帯用ボトル（コップ）またはハイドレーションバッグ、行動食、ウインドブレーカー（防寒具）※1、ファーストエイドキット（ガーゼ・絆創膏・包帯・テーピング等）、サバイバルシート（エマージェンシーブランケット）※2、コースマップ※3、緊急時連絡用携帯電話※4

※1 山の天気は変わりやすく、雨が降った場合、急激に気温が低下します。自分の身を守るためにも必ず携帯ください。

※2 アルミ製の保温シート。

※3 雨に濡れてもよいように防水パウチに入れるなどの対応をしてください。またはスマホ等でも確認できるようにしておいてください。

※4 事前に大会当日緊急連絡先を登録しておいてください。また、GPSアプリなどを使い、位置情報を取り出せるようにしておいてください。

(2) その他、本人が必要とする装備品は制限しませんが、トレイル保護のため、ストックの使用は全コースにおいて禁止します。

また、ダニやヒル等の害虫対策として、虫よけスプレーなどの準備をお勧めします。

⑥更衣室・荷物預かり

(1) 大会メイン会場に更衣室（男女別）を設けます。

(2) 大会メイン会場に荷物預かり所を設けます。競技以外の荷物（着替え等）については、ゼッケンナンバーを申告いただき、預けてください。引き取りの際はゼッケンナンバーが分かるものをお持ちください。ただし、貴重品及び壊れ物については各自管理してください。主催者は紛失・破損の責任は一切負いません。

⑦スタートポジション

(1) スタート位置は自由ですが、自分の走力から予測して無理のない位置からスタートしましょう。

また、スタート直前には混雑するので、早めにスタート位置に着くように心がけましょう。割り込みは厳禁です。

(2) スタート方式は各部門一斉スタート方式とします。スタート10分前までにスタート地点へ集合してください。

⑧チェックポイント

- (1) CP (チェックポイント) が設けられており、ゼッケンの視認による通過確認が行われます。
※通過確認を行うCPの地点はコースマップを参照ください。
- (2) ゼッケンを前面のよく見える場所に提示し、スタッフに自分のゼッケンナンバーを口頭で伝えてください。
- (3) ウェアの着脱を想定し、レースナンバーベルトの使用を推奨します。

⑨エイドステーション

- (1) エイドステーションは、「局ヶ岳神社」に設置し、水・スポーツドリンク・補給食を用意します。
- (2) ゴミを出さないようにするため、紙コップは用意しません。
必ずご自身で携帯用コップ（または携帯用ボトル、ハイドレーションバッグ等）をご準備ください。
- (3) エイドステーション以外での個人的な援助は禁止です。

⑩リタイア

- (1) チェックポイント (CP) でのタイムオーバーやトラブルなどで、リタイアする場合には近くのスタッフにお伝えいただくか、大会本部まで連絡をお願いします。余裕を持った判断（勇気あるリタイア）をお願いします。
- (2) ロングの方で、1周でリタイアする場合、フィニッシュライン通過後、必ずリタイアの申告をお願いします。
1周目のラップを記録した完走証をお渡しします。

⑪タイム計測

- (1) タイムはゼッケン裏に取り付けた IC チップを利用します。※キッズコースは除く
チップを付けずに出走した場合は、いかなる場合があろうとも失格となります。
- (2) 競技終了後、速やかに IC チップをご返却ください。
- (3) IC チップを紛失した場合には、実費 5,500 円（税込）をご請求させていただきます。
- (4) キッズジョギング部門の計測はありません。

⑫制限時刻

- (1) 以下の地点に制限閉門時刻を設けます。※キッズコースに制限時刻の設定はありません。

ロングコース 制限時間 5時間30分

制限閉門時刻	場 所
～12:40	CP4：宮前小学校
～13:10	CP1：局ヶ岳神社（エイド）
～14:30	CP3：新登山口
～15:00	最終フィニッシュ

ショートコース 制限時間 5時間00分

制限閉門時刻	場 所
～13:10	CP1：局ヶ岳神社（エイド）
～14:30	CP3：新登山口
～15:00	最終フィニッシュ

- (2) 閉門時刻までに到達できなかった場合は、スタッフの指示に従い収容車にて大会メイン会場まで戻ってください。
- (3) 閉門時刻をオーバーしていない場合でも、完走が困難と思われる場合、安全管理上の理由により、主催者からリタイアを勧告する場合があります。

⑬表彰

- (1) ロング、ショートともに総合男女各1～3位、20代以下、30代、40代、50代、60代以上の男女1位※キッズコースは表彰無し
- (2) 速報リザルト、場内アナウンスで入賞者を発表します。表彰対象者は表彰式（会場：宮前小学校体育館）にお集まりください。
- (3) 表彰式を無断で欠席した場合、副賞の郵送は行いません。
- (4) レース参加の際は、各自で水分、携行食を必ず持参し、装備したうえでレースへご参加ください。
入賞の際に、装備品の確認を行います。装備品を持たれていない方については、表彰の対象外となります。

⑭申込規約

- (1) 申込み後の登録内容の変更、キャンセルはできません。
- (2) また、過剰入金・重複入金の返金もできません。
- (3) 年齢・性別の虚偽申告・申込み本人以外の出場(不正出走)は認めません。発覚した場合は出場が取り消されます。
- (4) 天候不良・地震・風水害・降雪・事件・事故等による中止の返金はいたしません。
- (5) 大会出場中の映像・写真・記事・記録等の、テレビ、新聞、雑誌、インターネット等への掲載権は主催者に属します。
- (6) 大会開催中の事故、紛失、傷病等について、主催者側が加入した保険の範囲内での補償となります。

⑮キャンセル規程

- (1) 申込後は登録内容の変更、キャンセルはできません。また、参加費の返金はいりません。

⑯主催者加入保険

- (1) 大会開催中の事故、傷病等について、主催者側が加入した傷害保険の範囲内での補償となります。
- (2) 保険の補償内容については下記の通りです。
<死亡・後遺障害保険金額 990 万円、入院保険金日額 5,000 円、通院保険金日額 3,000 円>

私たちはまつさか香肌峡トレイルラン大会を応援しています！

