

第十一回
筑波連山 
天空ロード&トレイルラン

2024.08.25

START/GOAL 石岡市八郷総合支所
05:00 / 18:00

iTRA  100K M LONG 75km
iTRA  50K M MIDDLE 48km
SHORT 25km



ENTRY 2024.05.10 - 2024.07.15
シンコー net / RUNNET /

Sponsors
(申請中・予定含む)



筑波銀行



Event HP

筑波連山 



<https://tukubarenzentrail.teamportsjapan.jp/>

Organizer いしかトレイルラン大会実行委員会 石岡市 石岡市教育委員会

Supports 茨城県 笠間市 桜川市 石岡市観光協会 石岡市スポーツ協会 石岡商工会議所 石岡市八郷商工会 (株)茨城新聞社

Adviser 石岡トレイルランクラブ 

(申請中・予定含む)

Management 株式会社シンコーシステム

写真提供: オールスポーツコミュニティ

第十一回筑波連山天空ロード&トレイルランinいしおか 大会要項

開催日時	2024年8月25日(日) ※雨天決行
会場	石岡市八郷総合支所 住所:茨城県石岡市柿岡5680番地1
受付	【ロング】 ※大会前日2024年8月24日(土) 14時~17時迄 【ミドル・ショート】 2024年8月25日(日) 3時30分~4時30分迄
競技種目 制限時間	● ロングコース(75km) 制限時間 13時間(18:00) ※関門あり ● ミドルコース(48km) 制限時間 8時間30分(13:40) ※関門あり ● ショートコース(25km) 制限時間 5時間(10:20) ※関門あり ※関門の詳細は大会コース地図をご参照ください。
募集定員 参加料金	● ロングコース(75km) 400名 料金/16,000円(14,000円) ● ミドルコース(48km) 400名 料金/12,000円(10,500円) ● ショートコース(25km) 400名 料金/10,000円(9,000円) ()内の料金は石岡トレイルランクラブ会員、及び特別就労者価格となります。 特別就労者とは、現在職業として自衛隊・消防署・警察署・海上保安庁・医療従事者(医師・看護師のみ)として勤務されている方で、万が一事故等が発生した場合に緊急に対応していただける方となります。なお、特別就労者枠での申込の場合には特別就労者専用のゼッケンを着用しての走行が必須となります。場合によっては就労が証明できるものをご提示をいただく場合がございます。 ※基本は一般参加者と同じようにご参加できます。
参加条件	ロング ・ 前日受付できる方 ・過去にトレイルラン大会30km以上のレースで完走経験のある方(証明書提出不要) ミドル ・過去にトレイルラン大会に参加経験のある方(証明書提出不要)
申込方法	・シンコーネット (http://www.shinkonet.com/) ・大会事務局窓口申込 石岡トレイルランクラブ(茨城県石岡市北府中1-7-71) ・ランネット ※開始日程調整中
申込期間	2024/5/10(金)~2024/7/15(月) ※先着順となりますので定員になり次第終了となります。
来場方法	<自動車・輸送の場合> 前日受付・大会当日共に会場内若しくは大会近隣の臨時駐車場に無料で駐車可能です。 <電車・バスの場合> 前日受付・大会当日共にJR常磐線石岡駅より無料シャトルバスを運行いたします。 ※詳しくは次ページ参照
給水	マイコップ持参(省資源化、ゴミ減量化の一環として給水エイドでの紙コップの用意はありません。) 約5km~10km毎に一カ所
表彰	・各カテゴリ男女上位3位まで(4~6位は大会本部で副賞のみ渡し) ・その他特別賞
参加賞	地元特産品 ※生産状況により数が増える場合がございます。その際は代替品をご用意いたします。 ※ゴール(または競技終了)後に会場でお渡しとなります。不参加の方は 大会当日のみ 会場にて参加賞のみの受け取り可能です。
【ロングのみ】 シューズ 履き替え サービス	対応時間:大会前日(8/24土)受付時のみ シューズ履き替えサービスとは 当大会のロングコースは35km地点を境に前半ロードパート、後半トレイルパートに分かれる為、35km地点のエイドステーションへ前日にお預かりしたシューズやバッグを届けるサービスになります。交換した荷物はゴール後に会場で受け取れる様にゴール時間に合わせて会場へ搬送いたします。 ※サービス利用の方は主催者が用意した45Lビニール袋にシューズ・リュックを詰め配送係スタッフに預けてください。 ※預けた荷物は受付終了後35kmエイドステーションへ搬送となりますので会場での返却は 大会当日の12時以降 となります。 ※貴重品や割れものを除きます。 ※預けた際に破損があった場合は責任を負いませんので、破損の恐れのあるものは預けないでください。
荷物預かり	有り(無料) ※主催者が会場で用意する45Lビニール袋1枚に入るもの。 ※貴重品や割れものを除きます。 ※預けた際に破損があった場合は責任を負いませんので、破損の恐れのあるものは預けないでください。
その他	・大会10日前に参加者案内(チップ付ゼッケンを同封)を発送いたします。 ・ エントリー時の登録住所に誤りや記入不足があり参加者案内を再送する場合は別途手数料がかかりますので登録住所を確認のうえエントリーをお願いします。 事務局に発送物が戻ってきた場合は手数料500円 事務局に発送物が戻らない場合は手数料500円+ゼッケン再発行料2000円の合計2500円 ・ITRAポイント及びUTMBポイントは完走者のみロング(3ポイント、100k)、ミドル(2ポイント、50k)が後日付与されます。 ・省資源化の為、大会プログラムは配布しませんので大会ホームページから閲覧してください。 ・記録証の発行はありません。ゴール後最短1分で専用サイトに結果が掲載されます。大会終了後に専用サイト個人結果ページにて記録証の表示が可能です。 ※ゼッケンをお忘れの方は会場で再発行いたします。(再発行2,000円)

大会スケジュール

24日(前日受付日)

14:00~17:00	ロング受付、ロング35km履き替え受付 ※24日14:00~17:00以外の受付はいかなる理由でも受付いたしません。 ※受付では【氏名とゼッケン番号】が分かるものを係員に提示してください。 ※受付は本人以外でも可
-------------	---

25日(大会当日)

3:30~4:30	ミドル・ショート受付、荷物預り、スタート案内
5:00	ロングスタート
5:10	ミドルスタート
5:20	ショートスタート ※各カテゴリの表彰式は随時行います。
18:00	競技終了

無料シャトルバス運行表(乗車時間25分)

24日(前日受付日)

JR常磐線石岡駅東口 →大会会場前	大会会場前 →JR常磐線石岡駅東口
13:00	
14:00	
15:00	15:15
16:00	16:15
	17:15

25日(大会当日)

JR常磐線石岡駅東口 →大会会場前	大会会場前 →JR常磐線石岡駅東口
3:10	
3:40	
	8:00より1時間おきを目安に 定員になり次第順次出発

コース概要(ノスタルジックな茅葺民家、長屋門、梁絵などが点在するコース)

- ロングコース前半は、石岡市旧八郷地区のノスタルジックな9地区内のロードを約35^{km}走り、後半は石岡市、笠間市、桜川市に隣する山々40^{km}のトレイルコースを走る。
- ミドルコースは、上記6地区内のロードを約20^{km}走り、石岡市、笠間市、桜川市に隣接する山々28^{km}のトレイルコースを走る。
- ショートコースは、上記3地区内のロードを約10^{km}走り、石岡市内の山々15^{km}のトレイルコースを走る。
- エイドステーション(給水所)は、ロング10ヶ所、ミドル8ヶ所、ショート4ヶ所を予定しています。
- 山岳コース内で人的誘導が困難な場合は、誘導目印は矢印マークもしくは誘導コースロープ等を設置しております。
- コース距離表示は、看板等で5^{km}毎に表示してあります。
- トイレは、3カ所エイドステーションもしくは休憩所に設置してあります。

注意事項(徹底した交通ルールとマナーの厳守)

- 交通規制はしておりません。県道を数カ所横切するためルールとマナーを遵守しスタッフの指示に従って走行してください。スタッフの指示に従わない選手はその場で失格といたします。
- 当日は必ず健康保険証を持参してください。
- 55歳以上の方は必ず事前に健康診断を行ってください。
- ロング受付は前日のみとします。〈受付場所/8月24日(土) 大会会場の石岡市八郷総合支所内〉
- 自然災害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は競技を中止することがあります。競技開始前後に関わらずこの場合は参加費等の返金は一切いたしません。※運営が中止と判断した場合は後日参加賞を郵送いたします。
- 自己都合による参加キャンセルは参加費等の返金は一切いたしません。
- レース中の事故については、応急処置のみ行いますが、それ以外の責任は負いません。
- 大会出場中の写真、映像、記録、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に属します。
- 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。
- ゴミは必ず各自で持ち帰ってください。
- 登山者や選手を追い抜く際には声をかけるなどお互いトラブルがないようにしてください。
- コースは決められた場所を必ず走行するようにしてください。

競技方法・装備について

1. 定められたコースのタイムレース方式(所要時間の少ない選手から順位を決定)とします。
2. ロングコースは第1関門・第2関門・第3関門・第4関門に制限時間を設け、これをこえた選手はレースを中止し、スタッフの指示に従ってください。(ミドルコースは第2関門まで、ショートコースは第1関門のみ)
3. 上記関門を制限時間内に通過した後、ゴール制限時間はロングコース18:00(スタート後13時間)、ミドルコース13:40(スタート後8時間半)、ショートコース10:20(スタート後5時間)とします。これをこえた選手はレースを中止してスタッフの指示に従ってください。
4. レース中に競技を中断(棄権)する場合は、安全確認上、必ずコース中のスタッフに申し出るか、大会事務局の当日連絡番号へご連絡をお願いいたします。なお、これを怠った場合は危険行為とみなし、次回からのご出場をお断りする場合がございます。
5. 競技続行が不可能と判断された選手は、スタッフが競技を中断させることがあります。
6. コースは少量の雨の場合でもコースの状況により、コースの変更を行う場合があります。また、レース途中に天候が悪化した場合、主催者側で中止することがあります。
7. **本レースはゼッケン一体型の計測チップを使用しておりますので、主催者側が提供したゼッケンを必ず胸に番号がわかるように取り付けてください。**なお、これを怠り個人記録が大会結果に反映されない場合は失格扱いとなります。
8. **参加者は必ず携帯電話を所持し、競技に参加をするようにしてください。**
9. **開催時期が蜂の活動時期と重なるため、各自蜂対策を十分に心がけてください。※ポイズンリムーバーは各自必携**
10. 飲料水、行動食、雨具等、各自必要とする装備品は、各自の判断で持参してください。
11. レース中の食べ物、飲み物等の補給は選手が出走時に所持したものと主催者の用意したもののみとします。
※レース中に選手、主催者以外からの補給及びサポートは禁止とします。
12. 全コースにおいて、ストック・杖等の使用は禁止します。
13. **自然保護の(外来種の侵入を妨げる)為、シューズの底をキレイに洗浄した状態で出場してください。**
14. 以下の項目に該当する行為をした選手は失格とします。
 - ・競技方法に違反し、また審判およびスタッフの指示に従わなかった選手
 - ・ゼッケンを指定の場所に着用しなかった選手
 - ・参加資格を偽って参加した選手、及び代理出走した選手
 - ・ゴミをレース中に投棄した選手
 - ・各関門およびゴール制限時間を超えた選手
 - ・自然保護に違反する行為があった選手(コースアウトにより進入禁止地域に立ち入った場合も違反行為とします)
 - ・不正行為を行った選手

蜂の特性

- ・ 黒い色をめがけて攻撃します
- ・ 肌を露出した部位を狙います
- ・ 匂いに敏感です (甘い匂いが好きで寄ってきます
香水やボディスプレー等の刺激が強い臭いを嫌うので攻撃してきます)

対策方法

- ・ **ポイズンリムーバー必携でお願いいたします**
- ・ **おしゃれ、写真映えより安全な完走を目指しましょう**
 - 露出部を無くすよう「長袖長ズボン」
 - 白系の明るい色
 - 白系の帽子を被って黒い髪の毛を覆う
 - 制汗スプレーや日焼け対策は無香料、香水や香りが強い柔軟剤等の使用を控える
- ・ **ハッカ油の臭いがキライです!**
 - ハッカ油入りの虫よけスプレーを使用すると寄りにくくなります

大会規約

- (1)大会参加者はトレイルランの競技特性を十分把握し、周囲の安全を考慮しながら競技をおこなうことを誓います。
- (2)主催者は、傷病や紛失、その他の事故に際し、応急処置を除いて一切の責任を負いません。
- (3)申込終了後の参加料金の返金はいたしません。
- (4)悪天候・災害・事故などによる中止の場合の参加料返金の有無やその額などについては、その都度主催者が判断し決定します。
- (5)大会出場中の映像・写真・記事・記録などテレビ・新聞・雑誌・インターネットなどへの掲載権は主催者に属します。
- (6)主催者は、個人情報の保護法令を厳守し、参加者の個人情報を取り扱います。

大会事務局

いしおかトレイルラン大会事務局(石岡トレイルランクラブ内)

〒315-0012 茨城県石岡市北府中1-7-71

TEL 0299(23)1251 FAX 0299(56)4840 E-mail:ishiokasc@gmail.com

HP <https://tukubarenzantrail.teamsportsjapan.jp/>