

第5回美ヶ原トレイルラン&ウォーク in ながわ大会概要

名称

本大会の名称を「第5回 美ヶ原トレイルラン&ウォーク in ながわ」と称して実施する。

開催日

平成27年7月4日（土曜日） 7月3日（金） 前日受付・競技説明会

目的

長和町が平成22年開設した「霧ヶ峰・美ヶ原 中央分水嶺トレイル」の経済的利活用による観光資源としての価値の創造、及び地域・商工観光振興、宿泊施設の活性化を図ることを目的に社会的ニーズが高く、集客が見込まれる山岳スポーツであるトレイルラン競技を開催します。

運営組織

平成23年度第1回、24年度第2回大会は、長和町役場産業振興課の主管の基に開催しましたが、平成25年度より「美ヶ原トレイルラン&ウォーク in ながわ 大会実行委員会」のもとに、「運営委員会」を設けて実務的作業を実施する組織編成で大会を運営します。尚、大会の競技運営は（有）フィールズ社が担当します。

大会概要

80 kmコースは、長和町鷹山（ブランシュたかやまスキーリゾート）地区を本部として、霧ヶ峰、三峰山、茶臼山、美ヶ原高原を通過して和田宿、大門、長門牧場、女神湖、大門峠を経て中央分水嶺を通過して鷹山に戻る山岳地帯を走る競技です。

45 kmコースはブランシュたかやまスキーリゾートから姫木地区をとおり、東沢林道を長門牧場へ向かい、中央分水嶺トレイルAルートで鷹山に戻る周回コースです。

14 kmコースは、ブランシュたかやまスキーリゾートからエコーバレースキー場・殿城山を周回するコースです。

さらに、ブランシュたかやまスキーリゾート山頂から南の耳を往復するウォークの部もあります。

1) スケジュール及び内容

7月3日（金）	13：00～20：00	前日受付
	17：00～18：00	選手ミーティング（競技説明会）
	18：00～18：30	開会式
7月4日（土）	4：00	80 k スタート（～20：00）
	8：00	45 k スタート（～18：00）

9:00 14k・8kwスタート (～13:00)

14:00 表彰式

18:00～ 後夜祭

2) 競技種目及び制限時間・募集人員

80km	制限時間 16時間	600名
45km	制限時間 10時間	500名
14km	制限時間 4時間	300名
8kmウォーク	制限時間 4時間	100名

3) 競技守則

参加者には下記事項を守り競技することを注意喚起します。

- (1) ゴミをコース上に投げ捨てない。
- (2) 必要な装備品は必ず携帯する。
- (3) 競技規則を守り、審判及び指導員の指示に従う。
- (4) 自然環境保護・保全に反する行動はしない。
- (5) ハイカー、登山者を優先して競技を行う。
- (6) その他、トレイルランナーとしての自覚を持って参加する。

宿泊

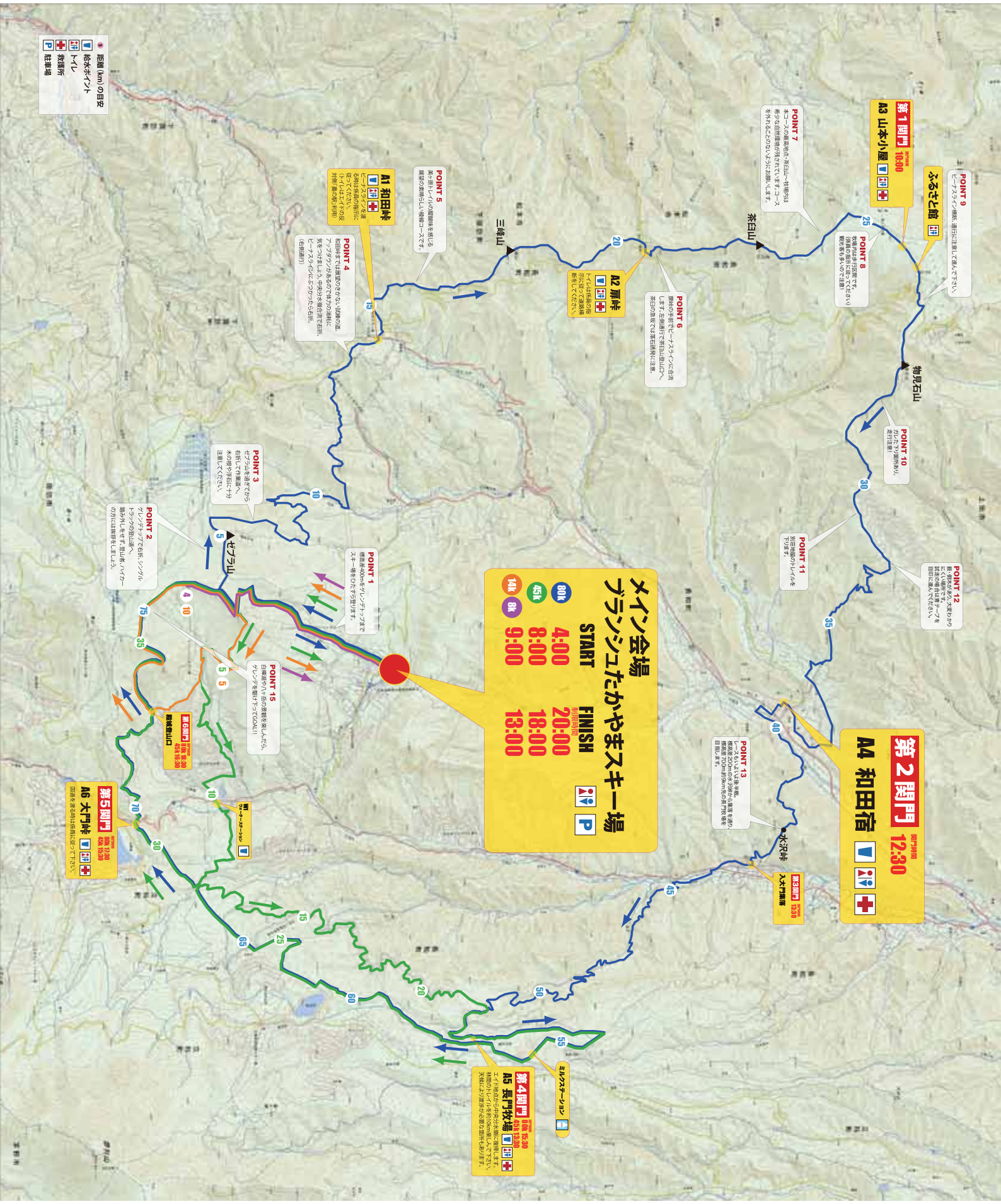
本大会は、信州・長和町観光協会に加盟する宿泊施設の内、大会協賛宿泊施設が中心となり運営する競技大会です。大会参加者は競技参加費用とは別に大会運営に係わる費用の一部として大会協力金を納入いただくことが参加条件となります。大会協力金は大会協賛宿泊施設に宿泊の場合は宿泊費へ補填します。その他の宿泊施設を利用の場合、大会協力金は返還致しません。また、宿泊に関する細則は運営委員会宿泊部会の決定に依ります。

認可・申請・依頼

本大会の係わる競技コースの利用に関する公的機関への申請、認可手続き、または、私有地、私有施設等の利用依頼などの手続きは、長和町役場産業振興課および信州・長和町観光協会が窓口として大会実行委員会の職務の任に当たることとします。

大会役員

大会会長	羽田 健一郎	長和町町長
実行委員長	小林 和夫	観光協会長
運営委員長	牛山 吉郎	観光協会副会長
競技運営	野々山 晴之	フィールズ社代表
現地事務局	小林 和也	観光協会事務局



POINT 9
ヒートサインの横断、通行は注意して進んで下さい

第1関門 10:30
A3 山本小屋

POINT 8
牧場内は牛舎内を歩くので、牧場の敷地には立ち入りしないでください

POINT 7
本コースの最高峰、茶臼山。牧場内は少ない自然環境が残っており、ヒートサインを必ず見ながら進んでください

POINT 6
ヒートサインの分岐、右通行で茶臼山頂上へ。茶臼山の急勾配で、緩急調整に注意

A2 屏峠
ヒートサインの急勾配を注意して進んでください

POINT 5
この区間は急勾配、慎重に進んでください

A1 和田峠
ヒートサインの急勾配を注意して進んでください

POINT 4
組付までは急勾配のため、慎重に進んでください。ヒートサインの急勾配を注意して進んでください

POINT 3
ヒートサインの急勾配を注意して進んでください

POINT 2
ヒートサインの急勾配を注意して進んでください

POINT 1
ヒートサインの急勾配を注意して進んでください

POINT 15
白旗峠からヒートサインの急勾配を注意して進んでください

第2関門 12:30
A4 和田宿

POINT 13
ヒートサインの急勾配を注意して進んでください

第3関門 13:30
A5 大門峠

第4関門 14:30
A5 大門峠

第5関門 15:30
A6 大門峠

- 距離 (km) の目安
- ヒートサイン
- トイレ
- 救護所
- 駐車場

第5回美ヶ原トレイルラン&ウォーク in ながわ大会開催に伴う環境資源への影響対策について

長和町、信州・長和町観光協会

第5回美ヶ原トレイルラン&ウォーク in ながわ大会開催による自然環境への負荷を軽減するため、下記の対策を行います。

○外来種の侵入防止について

- ・大会の前に使用シューズを洗って、泥などを落としてきてもらうよう、事前に選手に依頼する。
- ・スタート地点に種子や土を落とすためのマット等を設置し、選手にはその上を通過してもらう。



○階状土について

今回のコース上にある、南北耳から男女倉山（ゼブラ山）にかけての階状土地形区間の走行については、既存の登山ルートから外へはみ出さないよう、周知徹底する。



○周知方法について

- ・前日の選手ミーティングで選手に周知する。
- ・写真などを添えた資料を作成し、ホームページ、大会プログラムなどに掲載し、この大会のコース上には「階状土」等の貴重な自然資源があることを認識してもらった中で大会に参加してもらう。

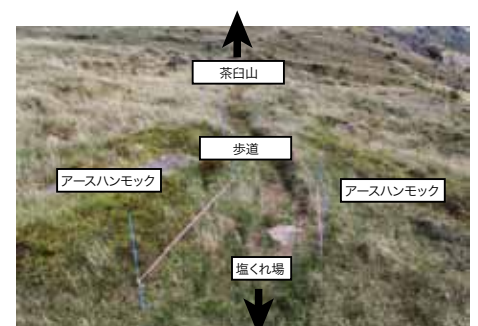
○環境への影響調査

- ・事前と事後の定点観測を行うため、ルートが狭いなど特定の場所を中心に選定し、大会の前後を比較する。

以上、本大会は貴重な環境の中で行われている、という意識を持ってもらえるよう参加者、応援者にPRしていきたいと思えます。

【参考】美ヶ原台上のアースハンモック（構造土）について

- ・茶白山～塩くれ場間の美ヶ原牧場内のアースハンモック分布地は歩行区間とし、追い越し禁止、ルートからはみ出さないよう、改めて周知徹底する。
- ・アースハンモックがコースの脇に迫っているところについては、注意標識やスタッフ配置等により注意喚起をする。



美ヶ原トレイルラン&ウォーク in ながわ大会

参加選手のみなさんへ

ご出発の前に

本大会のコース上にある霧ヶ峰や美ヶ原は、古くから放牧や採草のための草原が広がっていましたが、生活様式や環境の変化により森林化が進むとともに、観光客など人の往来の増加により外来植物が繁殖し、それが本来の在来植生を乱しつつあります。そのため、本大会に出場される選手の皆様には、ご自宅を出発される前に大会に使用するシューズを洗っていただき、前回のレースなどで着いた汚れや泥などを落としてきていただくよう、お願いいたします。貴重な自然環境を守るためご理解とご協力をお願いします。

本大会コース上には
日本の地形
レッドデータブック
に掲載されている
貴重な環境資源が
存在しています

美ヶ原トレイルランのコース上には、高山植物、野鳥、昆虫、そして、それらを育む雄大な自然環境が残っています。

過酷なレースの中で、これらの自然や景観は、疲れ切った身体と心を癒してくれることでしょう。

こうした自然を後世に受け継ぐために、負荷軽減、環境保護にご協力ください。

男女倉山（ゼブラ山）の階状土

男女倉山（ゼブラ山）の南東側の斜面を遠くから見ると、横方向に走るスジのような模様が確認できます。近くへ行ってみると、裸地と植生地が交互に形成されています。これは「階状土」と言われるもので、数千年という長い年月に及ぶ凍結と融解の繰り返しでできた地形で、山彦南北の耳にも存在します。日本の地形レッドデータブックに掲載されている貴重な環境資源です。



男女倉山（ゼブラ山）の階状土



階状土近景

美ヶ原台上のアースハンモック

美ヶ原台上の茶臼山と塩くれ場の間には、直径1m、高さ20~30cmほどの「土まんじゅう」のような地形が点在します。これは「アースハンモック」と呼ばれ、やはり凍結融解作用により、地表面の砂や石がふるいにかけられるような作用の結果作り出される模様です。こちらも、日本の地形レッドデータブックに掲載されている貴重な環境資源です。



美ヶ原のアースハンモック



アースハンモック近景

お願い

これら貴重な自然環境への負荷を軽減するため、選手の皆様には以下のことについて、ご理解とご協力をお願いします。

- 登山道以外への立入は絶対しないでください。一般登山者とすれ違うとき、先行者を追い越すときも、必ずコース上を通行してください。
- 茶臼山の先の美ヶ原牧場内のアースハンモック分布地は歩行区間です。特に道幅が狭いところもありますので、既存のルートからはみ出さないようご注意ください。
- ゴミの投げ捨て、植物・昆虫などの採取捕獲は絶対にしないでください。