

2024 奈良 石舞台100

参加者の手引き

(ver2 2024/1/13(土)23:00更新)

1.大会概要

■大会名称：奈良 石舞台100

■コース情報：1周 距離33km 累積標高差D+2,400m

100kmの部：UTMB® World Series Qualifier 5ポイント
ITRAの5ポイント対象レースとなります。

66kmの部：UTMB® World Series Qualifier 4ポイント
ITRAの4ポイント対象レースとなります。

■動画 (YouTube)

レースフリーフィンギング動画

<https://youtu.be/6OG9srb6LkI>

■音声 (Voicy : 無料の音声ラジオ)

コースについて Voicy 1/11(木)更新

<https://voicy.jp/channel/2079/702463>

必携装備について 1/11(木)更新

<https://voicy.jp/channel/2079/702511>

攻略のコツ 1/12(金)更新

<https://r.voicy.jp/YQm4wrgdK2W>

タイムチャート 1/12(金)更新

<https://r.voicy.jp/poKMJP7emNQ>

2. 受付、スケジュール

■受付・集合場所：

あすか風舞台(〒634-0112 奈良県高市郡明日香村島庄154)

<https://goo.gl/maps/9Kz4eqpmCvbavx8L7>

・チャレンジ133kの部：2024/1/27(土) AM9:00-AM10:00

・100kの部：2024/1/27(土) AM9:00-AM11:00

・66kの部：2024/1/27(土) AM10:00-12:00

・33kの部：2024/1/27(土) AM10:00-12:00

受付にて、ゼッケン、ドロップバッグ、IBUKI GPS端末+ USB-C充電コードをお渡しします。

■「手荷物」、「ドロップバッグ」預かり:

・「手荷物」:

受付会場で預かり、フィニッシュ後に返却致します。貴重品については、盗難等防止のためお預かり出来ません。ご本人の責任において管理されますようお願いいたします。盗難・紛失についての責任は一切負いませんのでご了承ください。

預かり時刻 : 1/27(土) AM9:00-12:00

・「ドロップバッグ」:

ドロップバッグは、受付で配布する下記の写真の形(40cm x 50cm)となります。スタート地点で預かり、レース中、適宜取り出せます。バッグが締まる範囲で荷物をご準備ください。上部を締めれないものはお預かりできません。ご注意ください。



■駐車場について

石舞台駐車場をご利用いただけます。(駐車料金1回500円)

※夜間の利用に関しては駐車場係の方が不在となります。料金はAM9:00以降にお支払いください。駐車料金は1日ではなく、1回あたりの金額となります。ご注意ください。

飛鳥観光協会石舞台駐車場(〒634-0112 奈良県高市郡明日香村島庄)

<https://goo.gl/maps/8cSA4qkCeinSwsUd7>

3. 競技スケジュール

■スタート、フィニッシュ地点:

石舞台芝生広場(〒634-0112 奈良県高市郡明日香村島庄254)

■スタート時間・制限時間:

・チャレンジ133kの部 2024/1/27(土)AM11:00スタート(制限26時間)

第1関門 100km 第3エイド あすか風舞台 AM6:00

第2関門 114km 第1エイド 宮奥ダム AM8:30

第3関門 126km 第2エイド 芋峠 AM11:00

第4関門 133km 第3エイド あすか風舞台 13:00

・100kの部 2024/1/27(土)12:00スタート(制限25時間)

第1関門 33km 第3エイド あすか風舞台 21:00

第2関門 66km 第3エイド あすか風舞台 AM6:00

第3関門 80km 第1エイド 宮奥ダム AM8:30

第4関門 92km 第2エイド 芋峠 AM11:00
第5関門 100km 第3エイド あすか風舞台 13:00

・66kの部 2024/1/27(土)12:30スタート(制限17時間30分)

第1関門 33km 第3エイド あすか風舞台 21:00

第2関門 66km 第3エイド あすか風舞台 AM6:00

・33kの部 2024/1/27(土)12:30スタート(制限8時間30分)

第1関門 33km 第3エイド あすか風舞台 21:00

※指定の時刻までに通過(関門を出る)できない場合は失格となります。

4.競技ルール

1)計測形式及び順位決定方法

定められたコースのタイムレース方式。順位はスタート時刻からのグロスタイムで算出する。

2)制限時間

－ チャレンジ133kの部(制限26時間)

－ 100kの部(制限25時間)

－ 66kの部(制限17時間30分)

－ 33kの部(制限8時間30分)

3)大会参加者は、参加受付を受ける必要がある。代理人による受付は不可。

4)大会コースは降雪や悪天候、トレイル状態の影響で変更する事があります。

5)ストックの利用は可能です。

6)コース上および全区域で動植物、菌類、岩石などを採取、損傷することを禁止します。

7)ゴミは絶対に捨てないでください。

8)レース中、ケガ、病気などで身動きできないランナーと遭遇した場合は、その救助を優先してください。

9)コースは大会で占有をしているものではありません。一般のハイカーさんや散歩されている方も使用していることを理解し、積極的に道を譲ってください。安全な場所にて、走らず歩いて追い抜いてください。

10)追い抜く時、すれ違う時には挨拶をお願いします。

11)コース上の建造物などに傷つけないよう注意してください。

12)エイドステーションでのサポートが可能な場所は第3エイド「あすか風舞台」のみとなります。それ以外のエイドやコース上でのサポートは不可。

13)選手と、選手ではない人の並走は不可。(キッズの保護者は除く)

14)レースを支えてくれる関係者や地元の人々、ボランティアに対する感謝の気持ちを忘れないでください。

15)コース上 民家の横を通過することがあります。夜間は話し声などに注意して通行をお願いします。普段はとても静かな場所です。最悪の場合、翌年以降の開催が難しくなる可能性もございますので、ご協力をお願いします。

5.エイドステーションについて

・エイドステーションは3箇所、設置いたします。

－ 第1エイド 宮奥ダム14k(トイレあり) <https://maps.app.goo.gl/gVAsRSjRerKnPLCT9>

－ 第2エイド 芋峠(芋峠峠)26k <https://maps.app.goo.gl/DWK9qVYuTecnNj8y9>

－ 第3エイド あすか風舞台35k(トイレ/自販機あり) <https://maps.app.goo.gl/uM3KV7KqhEAXXz8u8>

・第3エイド あすか風舞台では、スタート地点で預けたドロップバッグを受け取ることができます。また仮眠スペース(屋外/数に限りあり)を設置します。仮眠される方はスタッフの指示に従ってください。

スタート地点(あすか風舞台)で可能なこと

- ドロップバッグを受け取る。
- 選手エリアで休憩・仮眠する。(仮眠する場合、寝袋等の寝具は各自持参すること)
- 駐車場に停めた自分の車に戻り、休憩・補給・サポートを受ける。
- 芝生広場に各自でテントを設営し、休憩・補給・サポートを受ける。

7. 救助および医療援助の体制

- ・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十分に認識し、ケガ、病気、事故などに対して、自己の責任において大会に出場してください。
- ・応急処置は、参加登録の有無に関わらず、本大会に関係するあらゆる人々を危険な状況から救助するために行います。
- ・救護される者にそ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。この場合にかかった費用は救護された方に負担していただきます。
- ・大会本部と連絡が取れない場合、119などで直接救急サービスを呼び出しても構いません。

8. 計測(IBUKI GPS端末)について

■IBUKI GPS端末

- ・IBUKI GPS端末により参加者の通過を確認するため、選手は、競技中は必ず「IBUKI GPS端末」を装着しなければなりません。
 - ・IBUKI GPS端末は、リュックの上部などに持つようにしてください。
 - ・IBUKI GPS端末を落としたり紛失して関門を通過できない場合は「失格」となります。落としたり紛失した場所まで戻り、取得してからコースに復帰してください。
 - ・充電が切れてしまい、通過や足跡がたどれなくなった方も同様に「失格」となります。充電のし忘れにご注意ください。今回のレースでは、チャレンジ133kと100k出場の選手は、IBUKI GPS端末を途中で必ず1回充電して頂く必要があります。端末を充電できるモバイルバッテリーを必ずご持参ください。
- ※IBUKI GPS端末を紛失した方には、実費を請求することになってしまいます。絶対に無くさないようご注意ください。また、レース終了後は必ずご返却ください。

■追跡

IBUKI LIVEページURLはそれぞれ下記となります。こちらをご覧頂くと、各選手の位置や、順位等が把握できます。適宜ご覧頂いたり、関係する皆さんにご共有ください。

- ・IBUKI LIVE(地図):選手の位置が表示されます。(全カテゴリー共通)

<https://ibuki.run/ev/8963707529176168724/map>

・結果速報ページ

- チャレンジ133kの部 <https://ibuki.run/ev/8963707529176168914/results>
- 100kの部 <https://ibuki.run/ev/8963707529176168858/results>
- 66kの部 <https://ibuki.run/ev/8963707529176168822/results>
- 33kの部 <https://ibuki.run/ev/8963707529176168728/results>

9. リタイア(棄権)について

- ・棄権する場合は必ずエイドステーションでスタッフに申告しIBUKI GPS端末+USB-C充電コードを返却してください。
- ・止むを得ない理由でコース上にてリタイアする場合は本部へ必ず申告して下さい。
- ・コース上でのリタイアは、収容に時間がかかることが予想されます。体力に自信がもてないときは、ひとつ手前のエイドステーションでリタイア申告してください。
- ・リタイア後運搬には時間を要する場合があります。予め了承ください。
- ・途中のエイドでのリタイアはとても冷える可能性が高いです。防寒装備をしっかり持つようお願いいたします。

10. 必携装備、推奨装備、GPXファイル

■必携装備

- ・保険証(コピー不可) ※保険証がない場合は免許証、パスポートで代用可能
- ・会場で渡すUSB-Cの充電ケーブル(GPS端末用) ※24時間以内に切れる可能性があります。
- ・モバイルバッテリー
- ・エイド用のカップ
- ・エントリー時に届け出た携帯電話
- ・**軽アイゼン(必携)** 下記リンクと同等のものを事前に購入しご持参ください。

https://webshop.montbell.jp/goods/dispatch.php?product_id=1129490

2023年は大雪が降りました。必要時に持っていない場合は、安全が確保できないため出走することができません。即リタイアとなります。必ずご持参ください。

不適切な軽アイゼン1	爪がないゴム製のもの
不適切な軽アイゼン2	センターの4本歯 実際はトレランシューズでは使えないモデル
不適切な軽アイゼン3	爪がないゴム製のもの
不適切な軽アイゼン4	前後に爪がないもの

- ・エマージェンシーシート
- ・ザックにつける点滅灯
- ・ヘッドライト
- ・予備ライト
- ・ライトの予備電池(それぞれ)
- ・トレイルシューズ ※ランニングシューズ、ワラージ、サンダルでは出走できません
- ・装備品が全て入るリュック
- ・ファーストエイドキット(絆創膏、テーピング1m以上)
- ・長袖シャツ(150g以上で綿素材でないもの)

[推奨装備品1](#) finetrackメリノスピンサーモ

[推奨装備品2](#) THE NORTH FACEドライットシリーズ

[推奨装備品3](#) Patagonia R1シリーズ

[推奨装備品4](#) 化学繊維のジャケット(軽量ダウンジャケット)

- ・インナー長ズボン(タイツ可)
- ・シーム加工されたシェルジャケット
- ・シーム加工されたシェルパンツ
- ・キャップ(BUFFタイプも可)
- ・手袋(指ありのもの)
- ・ゼッケン(受付時に配布)

・熊鈴は必要ありませんので、持参しないでください。音が鳴り近隣に大変迷惑となりますので、万が一ご持参されても絶対に使用しないでください。

■推奨装備

- ・現金

- ・充電ケーブル
- ・充電池
- ・寒さ対策に必要なもの
- ・着替え、タオルなど
- ・ストック利用は可能

11.責任

主催者の責任

- ・スタッフの安全管理
- ・安全なコース設計とデータの支給
- ・主催者は賠償責任および選手の傷害保険に加入していますが、選手自身にも保険に加入することをお勧めします。

<主催者が加入する傷害保険>

大会の参加者や大会スタッフが、大会参加中に被ったケガに対して、主催者が補償規程に基づき費用を負担した場合に以下の保険金をお支払いします。

- ・死亡・後遺障害 300万円
- ・入院(日額) 3,000円
- ・通院(日額) 2,000円

選手の責任

- ・本大会参加にあたって、上記以外のすべてを自己責任とします。

免責事項

- ・大会主催者は、本大会に関わる全ての人の新型コロナウイルス感染に対する一切の責任を負いません。

大会中止等の判断とその周知について

- ・気象警報発令時
- ・コース途中における崖崩れ、落石など、ランナーの安全を確保できないと判断された場合
- ・災害時警戒宣言発令時
- ・コース近辺で大地震が発生した時、周辺地域に関わる大雨・暴風などの「気象警報」「土砂災害警戒警報」が発表された時、上記の場合は延期・短縮・途中での中止の判断を行います。
- ・レース中に中止を判断した場合は、各エイドステーションで正式に公表します。
- ・大会が途中で中止の場合でも、原則として参加料の返金はいたしません。

12. 大会出場中の著作権、掲載権について

- ・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著作権、掲載権は、主催者に属します。

13. その他

- ・テントは芝生広場に設営が可能です。主催者側で占有しておりませんので、他の参加者、一般の方と譲り合ってご使用ください。



14. 緊急連絡先

・大会期間中

田口 穰: ゼッケン記載 090-4922-4255 (1/27(土)12:00-1/28(日)13:00)

問い合わせ先では無いので、緊急時以外は利用しないでください

・事前のお問い合わせ

トレイルフェスト 050-8888-7940

trailfestrunningcompany@gmail.com

エイドステーション

■メニュー(予定)

・第1エイド 宮奥ダム14k (トイレあり)

ラーメン、味噌汁、団子、飴、チョコ、ホットレモネード、水、お湯、スポーツドリンク、麦茶、コーラ

・第2エイド 芋峠(芋ヶ峠)26k

餅入りぜんざい、トマトスープパスタ、飴、チョコ、ホットカルピス、水、お湯、スポーツドリンク、麦茶、コーラ

・第3エイド あすか風舞台35k (トイレ/自販機あり)

カレーライス、お茶漬け、スジ大根、飴、チョコ、水、お湯、スポーツドリンク、麦茶、コーラ

※エイドステーションには紙コップをご用意しておりません。

各自マイカップをご持参ください。

■トイレ

・スタート地点 公衆トイレ(0km)

・宮奥ダム 公衆トイレ(14km地点)

・高取城址 仮設トイレ (コース外) <https://maps.app.goo.gl/XNA4V8XnmMe2Bwg16>

・公衆トイレ(稲渚棚田駐車場) <https://maps.app.goo.gl/u7Z5z7aDAgCrCwBK9>

※談山神社敷地内にあるトイレは使用不可



会場までのアクセス

■東京方面からお越しで 京都からのアクセスはこちらを参照ください。

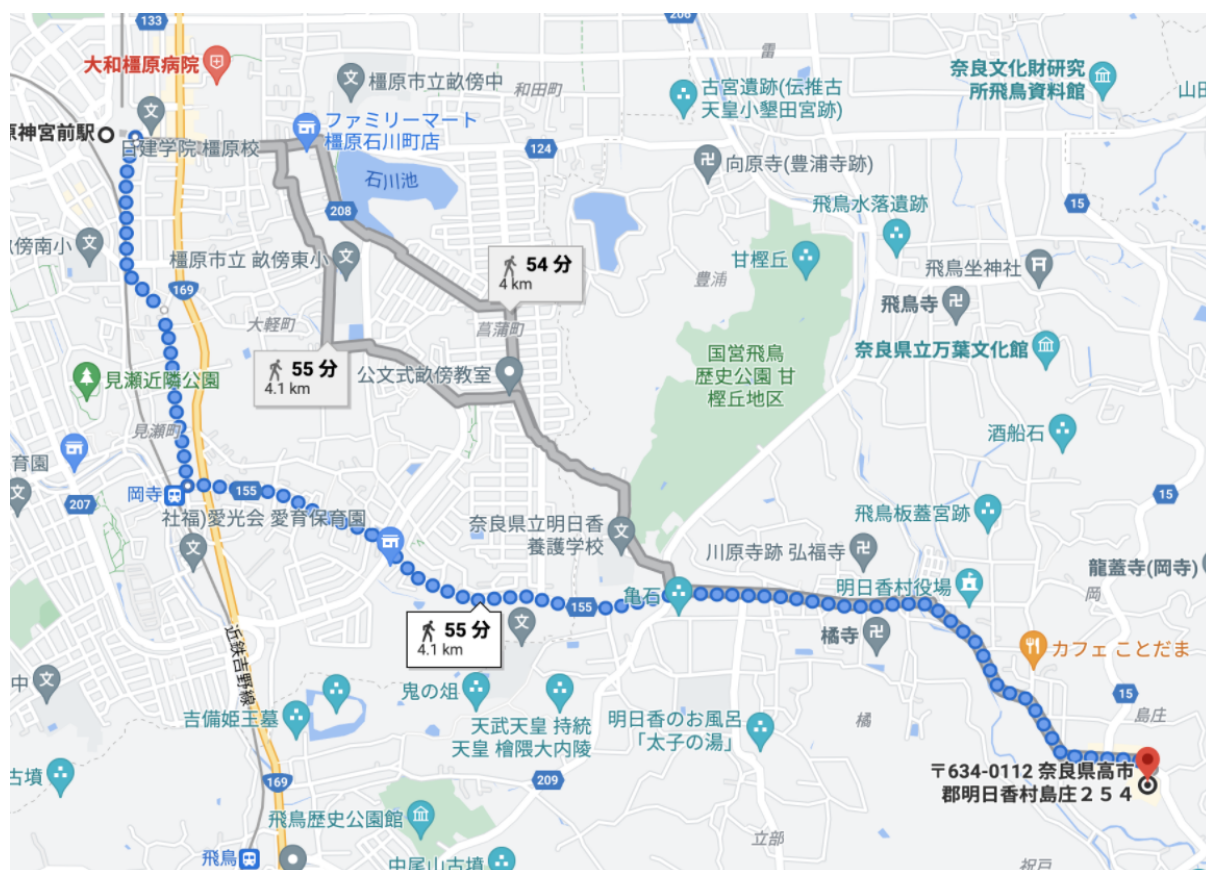
<https://goo.gl/maps/QypTNV1FVcTUCmiB6>

■大阪方面からお越しの場合はこちらを参照ください。

<https://goo.gl/maps/w3yKcq7k9aXTMrRFA>

■最寄駅からの場合

下記MAP参照。「近鉄鉄櫃原神宮前駅」から徒歩4.1kmと歩けない距離ではないですが、バスのご利用をおすすめいたします。



「奈良 石舞台100」に参加するには、この誓約書をご自身で出力のうえ、署名していただく必要があります。
誓約の内容をお読みいただき全てに同意されましたら、自筆署名をお願いいたします。

この誓約書を持参のうえ、すべての手続きが終わった証明としてゼッケンをお渡しいたします。
なお、チェック終了を証明するゼッケンをつけていない選手はスタートすることができません。

イベント参加誓約書

1. 私はイベントが自然環境を利用して行われるため、主催者が定めたすべてのルール、注意事項を遵守し、環境保全に十分配慮して参加することを誓います。
2. 私は本イベントが厳しい自然環境下で開催されることをよく理解し、個人の責任において安全管理、健康管理に十分注意のうえ大会に参加し、万が一体調などに異常が生じた場合はすみやかにイベントを中止することを誓います。
3. 特に体調面において主催者に知っておいてもらいたいこと(アレルギー体質、過敏症などの特異体質や既往症など)がありましたら、イベント当日までに責任者へ連絡をすることを誓います。
4. 私はイベント開催中に事故に遭遇したり負傷、発病した場合には応急処置を受けることに異議はありません。さらに、私に対する補償は主催者が加入した保険の範囲内であることを承諾します。

死亡300万 入院保険3,000円/日額 通院保険2,000円/日額 申告なき場合は無効

5. 私は荒天のほか、地震・事故・事件などによるイベント中止の場合、主催者による参加料返金は原則的にしないことを承諾します。
6. 私はイベント中の写真、記事、記録等の雑誌、インターネットなどの掲載権は主催者に属することを承諾します。
上記文章を理解しイベントに参加いたします。

イベント名	奈良 石舞台100
氏名(ふりがな)	
日付	2024年1月 日()