さくらおろち湖 トレイルランニングレース

The TRAIL RUN

SHORT COURSE 15km

初級 | 中級 | 上級 | ※初級者～中級者向けの一般的なコースです

STANDARD

6th

2020.4.19 SUN (日)

【開催場所】
島根県さくらおろち湖ボート競技施設（スタート／ゴール）

【さくらおろち湖周辺オリジナルコース】
Long Course 27km
Short Course 15km

主催：さくらおろち湖トレイルランニングレース実行委員会　　共催：雲南市・奥出雲町
後援：国土交通省出雲河川事務所、島根県雲南県土整備事務所、雲南市教育委員会、
奥出雲町教育委員会、雲南市体育協会、奥出雲町体育協会、雲南市陸上競技協会、島根県トライアスロン協会、とんぼの会、
温泉地区地域自主組織ダム湖の郷、NPO法人ふる里雲南、NPO法人奥出雲布勢の郷、NPO法人さくらおろち、株式会社キラキラ雲南

さくらおろち湖 トレイルランニングレース

The TRAIL RUN

LONG COURSE 27km

初級 | 中級 | 上級 | ※中級者～上級者向けのかなりハードなコースです

HARD

6th

2020.4.19 SUN (日)

【開催場所】
島根県さくらおろち湖ボート競技施設（スタート／ゴール）

【さくらおろち湖周辺オリジナルコース】
Long Course 27km
Short Course 15km

主催：さくらおろち湖トレイルランニングレース実行委員会　　共催：雲南市・奥出雲町
後援：国土交通省出雲河川事務所、島根県雲南県土整備事務所、雲南市教育委員会、
奥出雲町教育委員会、雲南市体育協会、奥出雲町体育協会、雲南市陸上競技協会、島根県トライアスロン協会、とんぼの会、
温泉地区地域自主組織ダム湖の郷、NPO法人ふる里雲南、NPO法人奥出雲布勢の郷、NPO法人さくらおろち、株式会社キラキラ雲南

コース案内

LONG COURSE 27km
SHORT COURSE 15km

※自然条件・災害などにより、
大会コースを変更する場合があります。

★さくらおろち湖(尾原ダム)周辺には、出雲神話ゆかりの地や松江藩松平候が城下を巡行した殿様街道があります。古代から続くゆったりとした時の流れを感じる風景と田舎の温かさを体感できるトレイルランニングレースを開催します。

開催日

2020.4.19 SUN (日) ※雨天決行

選手受付(大会会場本部テント)／6:30～7:15　開会式／7:30

会場/受付

島根県さくらおろち湖
ボート競技施設(スタート／ゴール)
住　所／島根県雲南市木次町北原

LONG COURSE 27km

初級 | 中級 | 上級

※中級者～上級者向けの**かなりハードなコース**です

- **定員**　300人
- **参加資格**　18歳以上 ※未成年者は保護者の同意が必要です
  - ※要項・プログラム記載の注意事項を順守できる方。
  - ※全コースを迷うことなく自己責任で制限時間内に完走の自信がある方。
  - ※本競技の特性を理解しており自然への配慮ができる方。
- **参加料**　6,800円
- **制限時間**　5時間
  - 8：00 スタート
  - 9：30 第1関門(みざわの館) 6Km
  - 11：00 第2関門(自転車競技施設) 15Km
  - 11：30 第3関門(川渡り前) 20Km
  - 12：00 第4関門(下　布　施) 22Km
  - 13：00 ゴール(制限時間：5時間)

みざわの館関門　1時間30分　給水所有
自転車競技施設関門　3時間　給水所有
川渡り前関門　3時間30分　給水所無
下布施関門　4時間　給水所有

SHORT COURSE 15km

初級 | 中級 | 上級

※初級者～中級者向けの一般的なコースです

- **定員**　300人
- **参加資格**　小学生以上 ※小学生は保護者同伴必須
  - ※要項・プログラム記載の注意事項を順守できる方。
  - ※全コースを迷うことなく自己責任で制限時間内に完走の自信がある方。
  - ※本競技の特性を理解しており自然への配慮ができる方。
  - ※未成年者は保護者の同意が必要です。
- **参加料**　3,800円
- **制限時間**　3時間
  - 8：30 スタート
  - 10：00 第1関門(みざわの館) 6Km
  - 11：30 ゴール(制限時間：3時間)

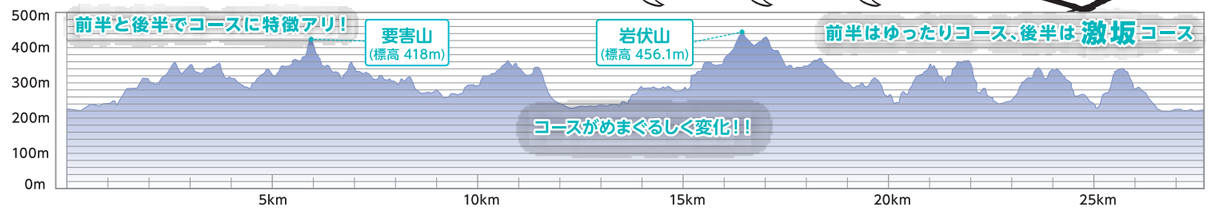
みざわの館関門　1時間30分　給水所有

表彰　各種目男女1位～3位までの選手には、賞状とトロフィーを授与します。(※男女総合、年代別部門)

参加賞　大会オリジナルスポーツタオル
(※ゴール後は、参加選手に豚汁(未定)のサービスを予定しています。
※表彰式は、随時行います。)

●ロングコース高低差図・コース紹介

殿様街道 / 田んぼ / 里山 / 登山道 / 沢渡り / けもの道 / トレイル率 ケ8%



※松江自動車道尾道松江線「三刀屋木次IC」～約22km 25分
「雲南吉田IC」～約22km 29分
※松江自動車道尾道松江線「三刀屋木次IC～尾道北IC」間は無料区間です。
※カーナビをご利用の場合は、「道の駅おろちの里」(島根県雲南市木次町北原1603)が目的地の目標になります。

【PROFILE】

ゲストランナー／**眞舩 孝道**(まふね たかみち)(マウンテンプレイヤー)

Salomonアスリート／
会津-那須越県ロングトレイル実行委員長

福島県全域のフィールドにおいて、トレイルランをはじめ、ＭＴＢ・ノルディックウォーク・クロカンスキー・スノーシュー・薪割りなどのマウンテンスポーツ活動を精力的に行う。春夏秋冬、全身全霊で"ふくしま"のマウンテンライフを発信する"マウンテンプレイヤー：山楽遊男"

【mafu-blog山と魂】 http://ameblo.jp/555mafu555/
【facebook】 https://www.facebook.com/takamichi.mafune
【instagram】 https://www.instagram.com/mafu_run_trail/

今回で５連続、足を運べるご縁をいただいた「雲南・奥出雲」のフィールド。歴史ある古道、竹林、田んぼのあぜ道をはじめとした、どこか懐かしい日本の香りがするトレイルが広がっていました。里山ならではの小刻みなアップダウンは、アドベンチャー要素も盛りだくさんで、終始ドキドキとワクワクの連続。そこから、里におりると地元のお父さんお母さんが優しい笑顔で迎えてくれるエイドステーションをとても印象深く覚えています。
あの古道（オールドトレイル）を駆ける鼓動（ハートビート）の高鳴り！をもう一度、感じたい。とにかく、またとないこの瞬間をボクと一緒に思いっきり楽しみましょう！

申込期間　2019年11月1日(金)～2020年3月13日(金)　ENTRY START!

申込方法　要項備付の**大会申込書兼誓約書(郵便振替用紙)に必要事項を記入**の上、最寄りの郵便局にて申込みます。

Runnet(ランネット)からもエントリーできます。 Runnet HP → http://runnet.jp
Runnet　検索

※手数料は参加者でご負担下さい。　※当日参加申込は受付けません。
※主催者は、個人情報の重要性を認識し、個人情報保護に関する法律及び関係法令を順守し個人情報を取り扱います。ご提出いただいた個人情報は、大会運営及び大会に関する情報の通知手段として使用します。

誓約事項

①申込受付は先着順とし、定員になり次第、締め切ります。以降の申込者には、支払われた参加料から返金に要する手数料を差し引いた金額を大会終了後に返金します。
②年齢などの虚偽申告、本人以外の代理出走や権利譲渡（不正出場）及び伴走（ただし、障がい者伴走は別とする）は一切認めません。
③ショートコースに参加をされる小学生の保護者同伴は、小学生1名につき大人1名とする。
④レースには選手個人で必ず以下の必携品を携行すること。
●水分 500ml 以上　●ファーストエイド（緊急時に使うカットバン・テーピング等の救急グッズ）　●補給食（エネルギージェル・塩系サプリメント等）
⑤申込み後不参加の場合、参加料の返金はしません。また、種目の変更もできません。
⑥自然災害、事件、事故等により中止になった場合、参加料は返金しませんが、参加賞は当日会場でお渡しします。
⑦大会参加時の事故等については、救急処置以外の責任は負いません。
⑧大会参加は、各自、事前に健康状態を確認した上で、各自の責任において参加して下さい
⑨会場付近の第１駐車場が満車になった場合、第２駐車場にご案内します。選手の車両については、参加申込確認後、駐車証をお送りします。当日は、駐車場係員に駐車証をご提示下さい。
⑩貴重品の管理・保管については、各自の責任において行ってください。
⑪当日、レース開始後は一時、選手の安全確保のために駐車場集辺道路は立ち入り禁止となり、車両の出入りができなくなる場合がありますのでご注意下さい。また、応援の方のための駐車場はありません。
⑫主催者・報道機関が記録した大会映像・写真等を広報などに掲載、使用する場合があります。
⑬上記のほか、大会事項については、大会主催者の指示に従って下さい。

問合せ先　**さくらおろち湖トレイルランニングレース実行委員会事務局**

〒690-2405　島根県雲南市三刀屋町古城 1-1　雲南市三刀屋文化体育館アスパル内（火曜定休日）
TEL（0854）45-9222　FAX（0854）45-9223
さくらおろち湖トレイルランニングレース HP → https://sakuraorochitrail.jimdofree.com/
トレイルランニングレース Facebook → http://ja-jp.facebook.com/sakuraoroti/

ホームページ　フェイスブック