

第24回 星の郷八ヶ岳野辺山高原100kmウルトラマラソン

YATSUGATAKE NOBEYAMA HIGHLAND 100KM ULTRAMARATHON



八ヶ岳
revive

2018.5.20 sun

種 目 : 100km 71km 42km

同日開催 : NOBEYAMA SHORT MARATHON 10km 2km



高原の朝露を衝いて行く幾多のランナー

小海線、JR最高地点の碑をぬけると八ヶ岳の山麓に広がる牧場が

100km 道程のプロローグとなって迎えてくれる

一気に駆け上がる八ヶ岳林道、そこは白樺やブナたちが緑豊かに繁茂するエリア

太古の岩肌と幾万年の歳月で苔むした原生林が育んだ岩清水の冷たきを感じながら林道をひた走る

稲子から小海へ下ると南北相木から馬越に向かうのぼり勾配が行く手を阻んで許さない

コツコツと喘ぎのぼった馬越峠から見る眼下の景色はきっと今日の走りを振り返らせてくれることだろう

傷んだ四肢を労わりながら川上村を貫く千曲川のほとりを通り春浅い野辺山高原へ

さあ、あとひと息 ゴールする姿を想像しながら

～乗り越える壁が高いほど感動は深く大きい～



スケジュール

大会前日 **2018.5.19 sat**

- 12:00～17:00 受付
- 13:30～14:15 選手説明会①
- 15:30～16:15 選手説明会②

歓迎パーティー

17:30～19:00

※詳細はP6をご覧ください。



大会当日 **2018.5.20 sun**

- 3:30 受付
- 4:45 開会式
- 5:00 100kmの部① スタート
- 71km、42km スタート
- 5:15 100kmの部② スタート
- 11:30 42kmの部 競技終了
- 15:15 71kmの部 競技終了
- 19:00 100kmの部① 競技終了
- 19:15 100kmの部② 競技終了

目次

ごあいさつ	02	歴代大会記録	32
参加案内	05	参加者データ	33
42kmの部／71kmの部フィニッシュ会場図	11	デカフォレスト(10回完走者称号)	34
コース情報	12	ユプシロン(20回完走者称号)	35
参加者名簿	14		



大会実行委員長
南牧村長 大村 公之助

「第24回星の郷ハケ岳野辺山高原100kmウルトラマラソン」を開催すること、心よりお慶び申し上げますとともに歓迎いたします。

ハケ岳5町村が連携する大会コースは、最大高低差約1,000mの激しいコースとなっており、国内屈指のハードなウルトラマラソンです。

参加される皆さまにおかれましては、十分に体調を整え、完走を目指して頂けるようご祈念申し上げます。

さて、本年平昌オリンピックが開催され、全国でスポーツへの関心が高まっているところでございます。

本大会を通じて、スポーツへの関心を加速させ、人々のつながりを育み、交流促進となることを願っています。

最後に本大会の開催にあたり、格段のご協力、ご支援を賜りました関係機関・団体・ボランティアの皆さまに心から感謝申し上げますとともに、大会の成功を祈念し、あいさつとさせていただきます。

南牧村インフォメーション

南牧村では標高1,300mの立地条件を生かした高地トレーニングの環境を整備しました。

「ハケ岳ふれあい公園」はアスファルトと芝生の周回コースと全周約1.7kmの林間コース

があり、体力づくりやトレーニングにどなたでも自由にお使いいただけます。

夏場でも30℃を超えることのない野辺山高原で走り込み等にご利用ください。



小海町長 黒澤 弘

全国各地から多くのランナーの皆様のご参加をいただき、第24回目の大会が盛大に開催できますことを心からお慶び申し上げます。

選手の皆様におかれましては、当地のウルトラマラソンに初挑戦の方も多数おられるかと思いますが、このハケ岳の雄大な大自然を満喫され、気持ちよく完走されますようエールを送ります。

日頃の練習の成果が十分に発揮されますことをご祈念申し上げます。

夏秋冬も、この地域は素晴らしい大自然が皆様を歓迎します。また、ゆっくりとお越しいただきたいと願っています。

結びに、この大会に後援、協賛、応援をいただいている団体並びに多くの運営スタッフの皆様にご心からお礼と感謝を申し上げて歓迎のあいさつといたします。

小海町インフォメーション

自然が豊かだから、四季折々に様々な表情をみせてくれるのが松原湖高原。シラカバやカラマツの新緑が香る春、高山植物が咲き乱れ涼風が高原をわたる夏、木々が色とりどりに染まる秋、雪と氷の真っ白な世界の冬。いつ訪れても、豊かな自然が私たちを包み込んでくれます。松原湖高原は、心も体もリフレッシュしてくれるふるさとです。稲子

湯手前、本沢温泉入口を過ぎましたら森の中を見てください。松原湖高原に住む森の妖精プティリッツァが皆様をお迎えます。42kmゴール地点の八峰の湯は、広々とした大浴場と開放感あふれる露天風呂が自慢。晴れた日にはハケ岳連峰を望み、夜は満天の星を見ながらの入浴が格別。内湯の他、遠赤外線サウナや岩盤浴が楽しめます。



長野県知事 阿部 守一

宇宙に最も近い長野県の星空スポット、ここハケ岳野辺山高原において、「第24回星の郷ハケ岳野辺山高原100kmウルトラマラソン」が盛大に開催されますことをお祝い申し上げますとともに、全国各地からお越しいただいた3,000名を超えるランナーの皆様を、県民を代表して歓迎いたします。

本大会は、最大高低差1,000m以上に及ぶ、日本一過酷なレースであると言われています。挑むコースが厳しく険しいほど、走り切った時に得られる達成感と感動は大きいものになると思います。この難コースに果敢に挑まれる皆様に心からの声援を送ります。

選手の皆様には、日本百名山の一つ、ハケ岳の美しい姿を望みつつ、それぞれの目標に向かって力走していただくとともに、豊かな自然や新鮮な農産物など、信州の魅力を存分にご堪能いただき、再び信州を訪れていただければ幸いです。

本年は、「1998年長野冬季オリンピック・パラリンピック」から20周年の節目の年であります。過日開催された「2018年平昌冬季大会」においても、20年前の日本代表選手の活躍を見て育った選手が、多くのメダルを獲得しました。

本県は2027年の「第82回国民体育大会」及び「第27回全国障害者スポーツ大会」の開催地として内々定をいただいております。本大会をはじめ、県内で開催される大会の運営ノウハウを積み重ねるとともに、次代の選手育成にも積極的に取り組んでまいります。

結びにあたり、大会の開催にご尽力いただきました実行委員会5町村をはじめ関係者の皆様にご心から感謝申し上げますとともに、大会のご成功を祈念申し上げ、ごあいさつといたします。



北相木村長 井出 高明

澄みきった空気と緑豊かな大自然に抱かれた標高1,000mを超えるハケ岳連峰の麓で24回目の大会が盛大に開催されますことを心からお慶び申し上げます。

全国各地からお集まりいただきました大勢の選手の皆様を心から歓迎申し上げますと共に、日頃の成果を十分に発揮され、ご自身の目標が達成できますよう願っております。

また、大会を支えてくださる多くのボランティアの皆様、関係者の皆様にご心から敬意と感謝を申し上げますと共に、大会の成功と益々のご発展をご祈念申し上げます。

北相木村インフォメーション

北相木村を象徴する「御座山」、5月下旬から6月上旬にかけてのシャクナゲの花は見事です。村の中央部を流れる相木川には大小の滝があり溪流釣りも楽しめます。一步奥へ入ると、四季折々の表情を見せてくれる「三滝山」、中でも冬の「大禅の滝」は高さ30mのマツカサ状の氷柱となり絶景です。また、人間

と自然が対話できるような自然体のリゾート「長者の森」宿泊施設のほか、遊具施設もあり家族で楽しめます。この他にも、縄文時代早期の遺跡「栃原岩陰遺跡」、そこから出土された多くの遺物を展示してある「北相木村考古学博物館」。また「栃原獅子舞い」や「かなんばれ」といった年中行事も行われています。





南相木村長 中島 則保

雄大なハケ岳連邦の麓、この自然豊かな南佐久南部5ヶ町村で「星の郷ハケ岳野辺山高原100kmウルトラマラソン」が開催できますことを心からお慶び申し上げます。

この大会も24回目を迎え、国内屈指の過酷なレースにも関わらず多くのランナーに支持され、今年大会も多数の選手がエントリーされたことは大変喜ばしいことであると思います。選手の皆様におかれましては、標高差約1,000mの厳しいコース

の中で目にする美しい山々の景色、肌で感じる澄んだ空気、地域の方々の温かな声援を感じてこの大会を楽しんで頂ければと願っております。

最後に本大会の開催にあたりご協力いただいた関係各位、並びに多くのボランティアの皆様へ深く感謝申し上げますと共に、本大会の成功を祈念し挨拶とさせていただきます。

心臓破りの峠、馬越峠で会いましょう！

南相木村インフォメーション

94%を山林原野が占める南相木村は、丸ごと自然村。村の中心を流れる南相木川は、急峻で多くの滝が存在します。県の名勝「おみかの滝」、奇岩「立岩」の真下を流れる「立岩の滝」、日帰り温泉「滝見の湯」のそばにある「犬ころの滝」など、7つの滝があります。ウルトラマラソン71kmゴール地点は「滝見

の湯」です。ぜひ温泉と滝を訪れてください。奥三川にある南相木ダムはロックフィルダムで、石灰岩を積み上げた雄大な姿を見せてくれます。ダムの周回は5.5kmの遊歩道が整備されており、ランニングコースとしても最適です。四季折々の美しい自然を味わいに、一度南相木村にお出かけください。



川上村長 藤原 忠彦

目に映える新緑と爽やかなそよ風に春の息吹が感じられる季節となりました。平成7年から開催されているこの「星の郷ハケ岳野辺山高原100kmウルトラマラソン」も回を重ね、第24回目の大会が開催されますこと、心からお慶び申し上げます。

また、この大会がこの地の風物詩として根付いておりますことはたいへん喜ばしい限りであります。

さて、現在私どもを取り巻く社会情勢、生活様式は大きく変わりつつあります。とりわけ情報技術産業の進展は目覚ましく、この農村におきましても随分と便利で快適な生活が送れるようになりました。そのような便利な時勢の中、この大会は、100キロ

メートルという長距離を自らの足で踏破するというたいへん過酷な大会であります。時流と逆行しているようにも思えますが、反面、人間のもつ力の可能性を感じさせたいへん有意義な大会であるともいえるでしょう。

参加される皆様におかれましては、大いに自分自身の限界へ挑戦してもらおうと同時に、雄大なハケ岳の自然を感じていただけたら幸いです。

終わりに、本大会の開催にご協力いただいた関係各位、ボランティアの皆様へ深く感謝いたしますとともに、本大会の成功と皆様の益々のご健勝を祈念申し上げ、挨拶とさせていただきます。

川上村インフォメーション

川上村は、長野県の最も東に位置する標高1,100mを超える高原の村で、日本海へと注ぐ日本最長の河川である信濃川(千曲川)の源流の地でもあります。また、日本百名山の金峰山や甲武信ヶ岳を有し、夏の涼しい気候や清らかな水を活かした高原野菜の生産がさかんで、

レタスの生産量は日本一を誇ります。また、宇宙飛行士油井亀美也さんの生まれた地でもあります。マスコットキャラクターの「レタ助」も日々観光PRに奮闘中です。ぜひ一度川上村にお越しください。



大会要項

主催	星の郷ハケ岳野辺山高原100kmウルトラマラソン実行委員会(南牧村、小海町、北相木村、南相木村、川上村)
後援	長野県教育委員会／南牧村教育委員会／小海町教育委員会／北相木村教育委員会／南相木村教育委員会 川上村教育委員会／信濃毎日新聞社
協賛	日本製粉株式会社／THE NORTH FACE
応援	株式会社アトスポーツ／株式会社 青柳総本家／株式会社HプラスBライフサイエンス／カリフォルニア・レーズン協会 サンキスト・グローワーズ／湘南ゴールドエナジー／ファイテン株式会社／株式会社フォトクリエイト／株式会社ヤツレン
協力	小海楽走会／南相木村こぶし会／川上村商工会／佐久青年会議所／南牧村交通安全協会／南牧村公民館／南牧村観光協会 南牧村商工会／南牧村宿泊業組合／南牧村建設業協会／JA長野ハケ岳／南牧村振興公社／稲子湯 北ハケ岳松原湖温泉八峰の湯／南相木温泉滝見の湯／ハケ岳高原ロッジ／レストラン最高地点／(株)コックス／(株)新津組 (株)黒沢組／イー・ティー・シー企画(有)／内田孔建設(株)／小海高等学校
企画運営	株式会社ランナーズ・ウェルネス
運営協力	NPO法人湘南スポーツコミュニティセンター

大会前について

大会開催可否

大会の開催・中止に関する発表は、下記の日程と方法で行います。

日時 ①5月18日(金) 21:00 ②5月19日(土) 17:00

発表方法

■大会公式ホームページ
www.r-wellness.com/nobeyama



■大会公式Facebook
www.facebook.com/nobeyama.ultra.marathon



※荒天その他の理由により大会開催に影響が発生する場合、上記時刻に関わらずお知らせいたします。

事前の健康管理

大会参加に際しては、よく睡眠をとり、飲酒を控えるなど、事前の体調管理をしっかりとっておこなってください。また事前に健康診断の受診や、かかりつけの医師への相談の上、大会にご参加ください。下記のうち、該当するものが1つでもあれば心肺停止のリスクが高くなると言われています。ご注意ください。

- ◇高血圧 ◇高血糖 ◇高脂血症 ◇ニコチン依存症
- ◇肥満 (BMI値25以上)

過去3年間の気象状況

大会回数	開催日	降水量	平均気温	最高気温	最低気温	平均風速
第23回	2017年5月21日	0.0mm	16.9℃	25.3℃	6.6℃	1.9m/s
第22回	2016年5月22日	0.0mm	13.1℃	21.9℃	2.5℃	1.7m/s
第21回	2015年5月17日	0.5mm	12.7℃	18.9℃	7.6℃	2.5m/s

出典:気象庁ホームページ

レース中の体調管理

気温が高ければ脱水・熱中症、気温が低ければ低体温症になるリスクが増加します。天候の変化等に備え、体温調節をしっかり行いましょう。

対策

- こまめな水分補給を行えるように、マイボトルを身につける
- 水分補給は水だけの補給ではなく、電解質が含まれるスポーツドリンク、塩、バナナ等を摂る
- 帽子、タオルを身につける
- 防寒着を持参する
- 睡眠をしっかり取る

伴走が必要な方へ

伴走が必要な場合(視覚障がい者、聴覚障がい者等)は、2名まで伴走者ゼッケンを発行いたします。伴走者登録用紙を送付いたしますので、事前に大会事務局までご連絡ください(伴走者の参加料は必要ありません)。伴走者と選手は安全管理上「2人1組」として走行してください。どちらかが走行不能となった場合、リタイア扱いとなりますので予めご了承ください。走行の際は必ず伴走者ゼッケンを装着してください。ゼッケンが確認できない場合は走行を停止させていただく場合があります。



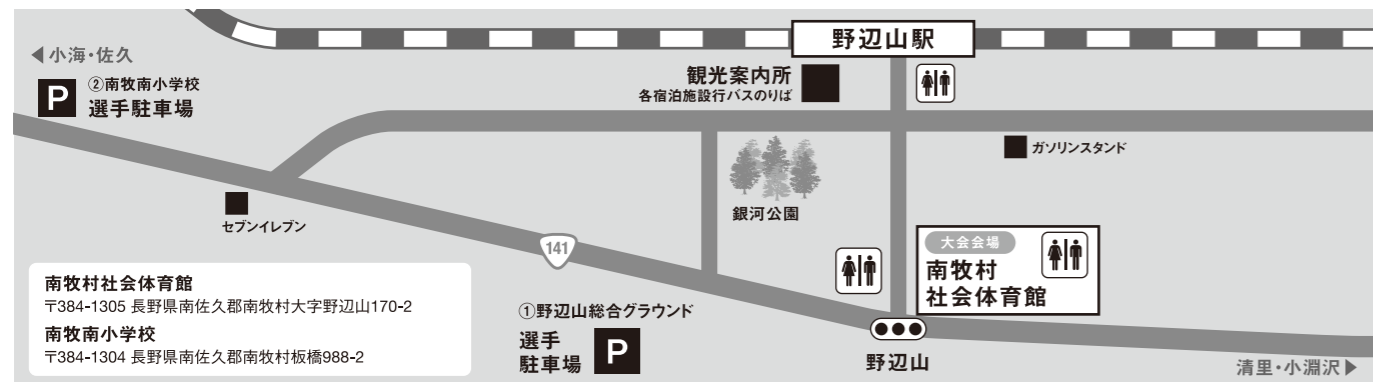
アクセス

アクセス

大会会場 南牧村社会体育館

鉄道	小海線野辺山駅徒歩3分
車	中央自動車道須玉ICより国道141号 約30分
	中央自動車道長坂ICより約25分
	上信越自動車道佐久ICより国道141号 約60分

※会場にお越しの際は駐車台数に限りがあるため、極力公共交通機関をご利用ください。お車でお越しの場合は、乗合での来場にご協力ください。
 ※大会指定駐車場以外への駐車は固くお断りしております。次回以降の大会開催にも関わりますのでご協力をお願い致します。
 ※前日の駐車場での車中泊は安全上お断りしています。



駐車場

- 5月19日(土) 11:00~20:00
①野辺山総合グラウンド駐車場(約650台)
- 5月20日(日) 2:30~20:00
①野辺山総合グラウンド駐車場(約650台) ②南牧南小学校(約650台)

5月20日(日)大会当日

大会会場・開場時間・スタート

開場時間:5月20日(日) AM2:30

大会会場:南牧村社会体育館

(〒384-1305 長野県南佐久郡南牧村大字野辺山170-2)

■服装

必ずナンバーカードが視認できる服装でご参加ください。当日は朝昼の寒暖差が激しく、また天候が急変する場合があります。各自で雨・防寒対策を十分に行ってください。
 ※ナンバーカードと計測タグを必ず装着してください。

■仮装について

主催者が他の参加者等の迷惑になると判断した場合は、大会への参加を認めず、レース開始後であっても走行を中止していただく場合があります。良識をもって大会にご参加ください。

忘れ物チェックリスト	完走に役立つもののリスト
<input type="checkbox"/> 大会プログラム	<input type="checkbox"/> 腕時計
<input type="checkbox"/> ナンバーカード	<input type="checkbox"/> ライト
<input type="checkbox"/> 計測タグ	<input type="checkbox"/> 手袋
<input type="checkbox"/> 荷物袋	<input type="checkbox"/> 帽子
<input type="checkbox"/> 荷札	<input type="checkbox"/> 絆創膏
<input type="checkbox"/> 荷物シール	<input type="checkbox"/> マイカップ・マイボトル

▼各種目の集合時刻、スタート時刻、スタート制限時刻です。

準備を済ませスタート位置に整列してください。スタート制限時刻は、下記の表に記載しています。この時刻までにスタートラインを通過できなかった場合は、失格とさせていただきます。事前に定められた関門時刻(グロスタイムを採用)を遵守して頂き、時間内に通過できなかった場合は失格となります。

種目	100km① / 71km / 42km	100km②
集合時刻	4:45	5:05
スタート時刻	5:00	5:15
スタート制限時刻	5:30	

■100kmの部スタート順について
 本大会は時間差スタートを採用しております。必ずご自身のスタート時刻を確認して間違えないようスタートしてください。
 ※スタート時刻は申告タイム順になります。スタート時刻の変更はできません。

5月19日(土)大会前日

受付

ナンバーカード引換証に署名、アンケート回答(必須)の上、ご提出ください。ナンバーカードを受け取ったら、必ず氏名とスタート時刻を確認してください。

日時 5月19日(土)12:00~17:00 / 5月20日(日)3:30~4:30

※大会当日の受付は混雑するため、前日受付をおすすめしております。
 ※各種再発行は手数料が必要となります。忘れずにお持ちください。

ナンバーカード等の再発行

ナンバーカード引換証等の紛失・持参忘れ等による再発行の場合には、再発行手続きを「総合案内」にて行います。なお、再発行には下記手数料が必要となります。

■再発行手数料

ナンバーカード引換証	ナンバーカード	計測タグ
500円	1,000円	1,000円

歓迎パーティー

ご参加の皆様全員にビュッフェディナーをご用意させていただきます。また、大会スポンサー「日本製粉株式会社」より、カーボローディングに最適なオーマイバスタを提供します。

日時 2018年5月19日(土)

場所 南牧村社会体育館

受付人数 先着400名

参加料金 1,500円(小学生以下は無料)

申込方法 19日(土)12:00より総合案内にて受付

選手説明会

選手説明会はレースの諸注意・アドバイス等、大会に出場する上で重要な情報となっています。ぜひご参加ください。

日時 5月19日(土) ①13:30~ ②15:30~ ※2回とも同じ内容です。

場所 南牧村社会体育館

スタート前、フィニッシュ後のシャトルバス

●大会会場~選手駐車場

運行区間 南牧村社会体育館 ⇄ 南牧南小学校

運行時間 スタート前 2:30~ 5:00
 フィニッシュ後 9:30~20:00

●フィニッシュ会場(42km・71km)~大会会場

運行区間 八峰の湯(42kmフィニッシュ) ⇒ 大会会場

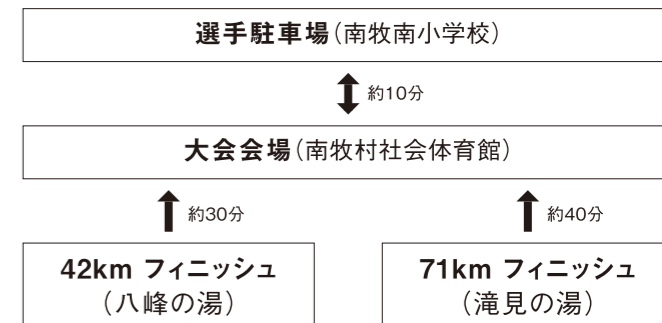
滝見の湯(71kmフィニッシュ) ⇒ 大会会場

運行時間 随時運行

※野辺山観光案内所で宿泊のお申込をされた方は、宿泊先により大会会場までの送迎バスのご利用が可能です。野辺山観光案内所にてご確認ください。

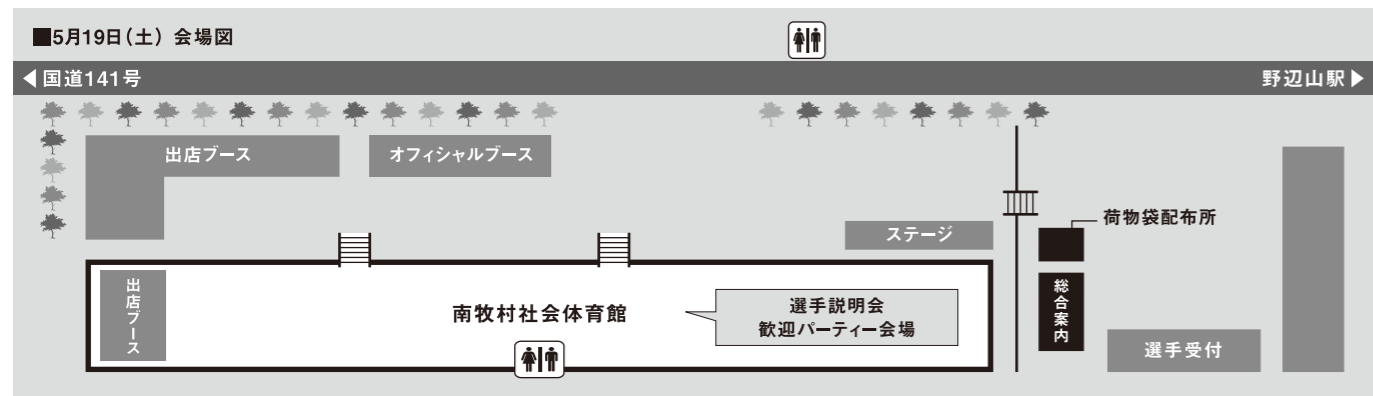
※スタート前は大変混み合いますので時間に余裕をもってお越しください。

■シャトルバス運行図



関門時刻

関門	名称	距離	閉鎖時刻			
			100km①	100km②	71km	42km
第1	林道ゲート	23km	8:40	8:55	8:40	8:40
第2	八峰の湯	42km	11:00	11:15	11:00	11:30
第3	小海中学校横公園	50km	12:00	12:15	12:00	
第4	滝見の湯	71km	15:15	15:30	15:15	
第5	馬越峠	79km	16:40	16:55		
第6	川上村原公民館	87km	17:30	17:45		
第7	南牧村社会体育館	100km	19:00	19:15		



PARTICIPATION GUIDE 参加案内

会場荷物

時間 3:30～20:00

場所 南牧村社会体育館

レース中に使用しない荷物をお預かりします。貴重品等については各自で管理してください。
※種目ごとに預け場所が異なります。会場図をご確認ください。

ナンバーカードに同封されている荷札を取り出し、外れないようにしっかり取り付けてください。



預ける 100kmの部 南牧村社会体育館内
42kmの部・71kmの部 荷物預けテント

フィニッシュ・リタイア後

受けとる 100kmの部 南牧村社会体育館内
42kmの部・71kmの部 荷物預けテント

荷物預け注意点

- ※一度預けた荷物の取り出しはできません。 ※コース荷物は行き先が種目により異なりますのでご注意ください。
- ・コース荷物は受付時にお渡りする「荷物袋」に入れてください。この袋に入っていないものはお預かりできません。
- ・荷物は必ず1つにまとめてください。2つ以上お預かりできませんのでご注意ください。
- ・中の荷物が飛び出さないように口をしっかり閉じてお預け下さい。
- ・コース荷物の途中リタイア者への返却は、18:00以降になります。交通状況などにより、返却が遅れる場合があります。お急ぎの場合は、荷物預け所にて後日発送サービスを行っております。(着払い)

コース荷物

時間 3:30～20:00

場所 南牧村社会体育館前(コース上荷物輸送車両)

お預け頂いたコース荷物はレース中に下記の給水所で受け取る事ができます。受付時に配布の「荷物袋」に「荷物シール」を貼り、荷物を入れてお預け下さい。

給水所名	八峰の湯	滝見の湯
距離/色	42km/青	71km/赤
100kmの部	○	○
71kmの部	○	○
42kmの部	○	×

ナンバーカードに同封されている「荷物シール」を「荷物袋」に貼ってください。



預ける 八峰の湯行
コース荷物輸送車両

預ける 滝見の湯行
コース荷物輸送車両

受けとる 42km地点 八峰の湯

受けとる 71km地点 滝見の湯

着替え・補給等をする

預ける フィニッシュ会場行車両

フィニッシュ・リタイア後

受けとる 100kmの部 南牧村社会体育館内
42kmの部・71kmの部 荷物預けテント

ナンバーカード

大会中はナンバーカードを胸と背中に1枚ずつ、よく見えるように付けてください。折り曲げたり、切ったりせず装着してください。途中で着替える際は、ナンバーカードと計測タグの付け忘れにご注意ください。

※視認できない場合、大会スタッフが走行を止め、確認させていただく場合がありますのでご了承ください。ナンバーカードのお忘れ、紛失に関する再発行についてはP6をご確認ください。

※ナンバーカードを止める際に使用する安全ピンは必ずご自身でお持ち帰りください。

踏んでしまうと怪我をする恐れがありますので、ご協力をお願いします。

OK例



NG例



計測タグ

2枚の計測タグは必ず両足のシューズに1枚ずつしっかりと装着してください。正しく装着していない場合は、記録や順位が出ませんので、スタート前には必ず装着確認を行ってください。装着方法につきましては、受付時にお渡しするナンバーカードに同封されている装着説明をご覧ください。その他、ご不明な点がございましたら「総合案内」までお越しください。

■計測タグ



ピニタイを計測タグの穴①に入れ靴紐の内側を通して②の穴に入れる。



③と④も同様にし、外れないようにねじって固定する。必ず両足に装着してください。

レース中

走行

大会中、交通規制をしております。複数で並走せず、道路を横断する際や信号通過の際は車に気を付けて走行してください。信号無視や不十分な左右確認は思わぬ事故の原因となります。必ず、道路交通法を遵守してください。なおコース誘導員の指示がある場合、その指示に従ってください。

距離表示

距離表示は5km毎と42.195km地点に表示し、残り5km地点からは1kmごとに表示します。安全管理上、正確な位置から離れている場合があります。あらかじめご了承ください。

トイレ

大会で用意した仮設トイレまたは常設トイレをご使用ください。屋外での排泄行為は禁止です。違反した場合、失格とさせていただきます。トイレの場所はP12をご覧ください。

緊急車両通行等へのご協力をお願いします

大会中、事故や火災など緊急事態が発生した場合緊急車両が通行することがございます。その際は、大会スタッフの指示に従って緊急車両の通行を優先してください。

エイドステーション

おおむね5km置きに給水所を設置いたします。本大会で設置する給水所以外での飲食にしましては、一切の責任を負いません。走行前、走行途中に関わらず、アルコールを摂取しての走行は大変危険なためおやめください。エイド詳細はP12をご確認ください。

マイカップ・マイボトル用スペシャルドリンクの提供

環境に配慮する大会づくりを行なっていきます。大量のごみを減らすための活動にご協力ください。マイカップ及びマイボトルをお持ちになった方スペシャルドリンクを提供します。提供エイドはP12をご確認ください。

温泉

競技中、コース上の稲子湯(35km)、八峰の湯(42km)、滝見の湯(71km)の3か所で温泉に入浴することができます。
※当日は一般の方も利用しています。必ずルールを守って入浴してください。
※タオルの用意はありません。コース上の荷物預けをご利用ください

関門所

大会運営上、関門閉鎖を行います。関門閉鎖後は走行を続けることができません。時間内に関門地点に到達した場合でも、関門閉鎖後10分以内にスタートしない場合は失格となります。なお、関門閉鎖前でもスタッフが明らかに関門時刻までに到達しないと判断した場合、また、走行不可能と判断した場合は走行中止を指示することがあります。原則、リタイア者は各関門から会場行き車両に乗車していただきます。各関門の閉鎖時刻はP12をご確認ください。

関門以外の場所でのリタイア

リタイアされる場合は次の関門まで歩いて行か、エイドステーションもしくは最後尾から収容車両に乗車してください。関門地点までお送りします。リタイア者は胸のナンバーカードを外し、会場行き車両にお乗りください。外したナンバーカードは会場荷物置場にてご提示ください。会場到着後、計測タグをご返却ください。早い段階でリタイアされた場合、会場の送迎、荷物の返却共に長時間お待たせする可能性があります。予めご了承ください。

記録

記録計測は出発図(号砲)からフィニッシュまでの時間です。また、約10kmごとにラップタイムを計測します。安全管理上、ラップタイムの計測地点は正確な地点より前後している場合がありますので、予めご了承ください。

ランナーズアップデートサービス

ランナーズアップデートとは、記録計測地点の通過タイムとラップタイムがインターネットで閲覧できるサービスです。ナンバーや氏名が分かれば、レース中にご家族やお友達の記録が確認できます。URLを入力または、右記のQRコードを読み込んでください。
runnet.jp/record ※大会前日公開予定

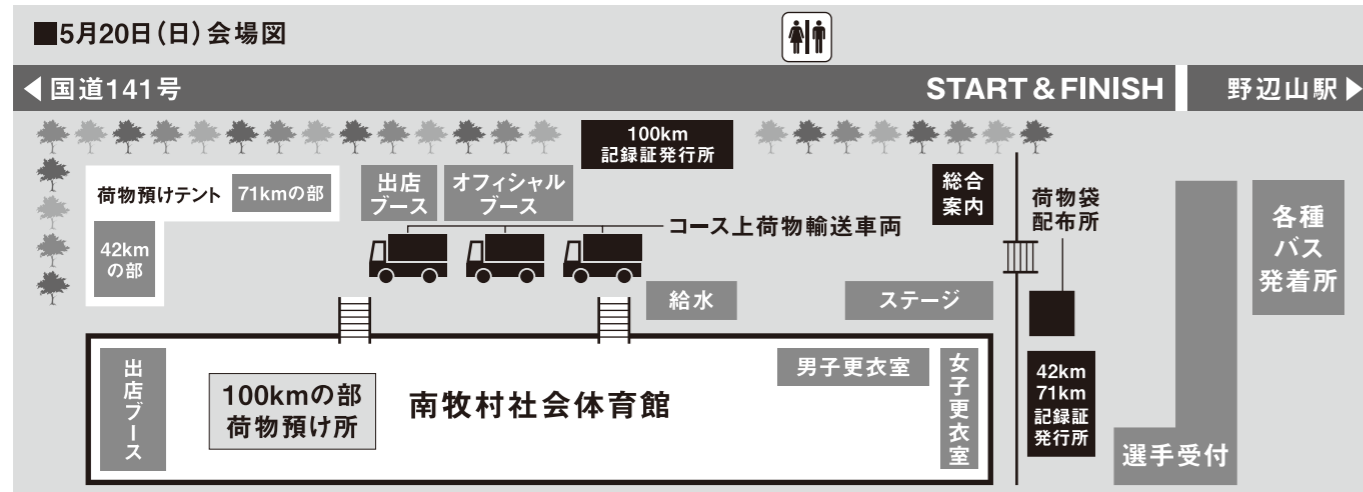


救護体制

各救護所では、救命処置を重視した体制で運営され、大会中の傷害については応急処置のみ行います。それ以上の処置は原則行いません。また傷病に関わる責任は負いかねますので、予めご了承ください。救護所には家庭用常備薬(胃腸薬、感冒薬、湿布など)の用意はございません。また、コールドスプレー、消炎鎮痛剤等での処置も行いません。

コース上での応援

コースは交通規制を行わない一般道路です。危険ですので自転車・バイク・自動車等での伴走、応援を禁止します。発見した際はそのランナーを失格とし、走行を中止していただく場合があります。近年、ランナーの応援と思われる自動車等がコース上を通行することにより、近隣の皆様のご迷惑となっております。大会の存続にも関わりますので、応援バス以外のコース上の応援を自粛いただくよう、ご家族・ご友人へ呼びかけをお願いします。



●計測タグ回収:リタイア者の計測タグは大会会場内「総合案内」で回収します。
※会場図は変更になる場合がございます。予めご了承ください。

フィニッシュ・リタイア後

記録証・完走メダル

制限時間内にフィニッシュされた方には、完走メダルと記録証を贈呈します。大会後の対応はできません。必ずフィニッシュ直後にお受け取りください。記録証の印字は完走タイムのみとなります。時間差スタートを採用しているため、記録証に順位の記載はございません。確定版の大会結果並びにラップタイムは、大会終了後約1ヶ月後に大会公式ホームページに掲載予定です。
※42km・71kmの部の記録証発行も南牧村社会体育館での発行となります。

入賞・表彰

各種目男女上位6名が入賞となります。各1位～3位までの方はステージにて表彰式を行います。なお、4位～6位の方には表彰品の授与のみ行います。また、年代別表彰を行います。各種目男女上位3名が入賞対象となります。表彰式は行わず、およそ1ヶ月後に賞状の送付をもって表彰に代えさせていただきます。

落とし物・忘れ物

コース上もしくは大会会場で落とし物を見つけた場合は大会スタッフまでお声がけください。忘れ物に関しましては、大会事務局にて終了後約1ヶ月間保管させていただきます。保管期限を過ぎても連絡がなかったものは破棄させていただきます。ただし、腐敗のおそれがある食品などにつきましては、衛生上の観点から廃棄させていただきます。コース上での忘れ物は、最寄りの交番、警察署に届けられる場合もありますのでご自身で関係機関へのご連絡をお勧めいたします。

計測タグの返却

計測タグは貸与品(レンタル)です。フィニッシュ後は、「計測タグ回収所」まで必ずお持ちください。当日スタートされなかった場合、またはリタイアされた場合は総合案内にてご返却ください。会場で返却し忘れた場合は後日、大会事務局までご返送ください。

大会規則

- 本案内に記載されている要項をよくお読みの上、ご理解いただき自己責任において申込み、ご参加ください。
 - 本大会は、日本陸上競技連盟競技規則に準じて開催します。
 - 日本陸上競技連盟に認定されたコース、および認定された大会ではありません。
 - いかなる理由があっても参加料及び参加に際しかかった費用等の返金はできません。
- 例
- ・大会に参加しなかった場合
 - ・自己都合によるキャンセルした場合
 - ・地震・風水害・降雪・事件・事故・疫病等、主催者の責によらない事由で大会が開催縮小・中止となった場合

- 大会中の走行は原則、左側通行となります。道路交通法を遵守し走行してください。なお、コース誘導員の指示がある場合はその指示に従って走行してください。
- 体調が悪い場合は、決して無理をせず出走を辞退してください。レース中でも体調に異常を感じたら、無理せず棄権するよう心掛けてください。大会開催中に傷病が発生した場合、応急処置を施します。その方法、経過等について、主催者は責任を負いません。
- 大会開催中の事故、紛失、傷病等に関し、主催者の責任は免除され、損害賠償の請求を受けません。
- 家族・親族・保護者(参加者が未成年の場合)、または代表者がお申込みした場合も、本人が本大会への参加を承諾のうえ、申込したものとみなします。
- 大会ではマラソン保険に加入費がありますが、大会規則を守らない場合や参加方法が不適切と判断された場合等には保険が適用外となる場合があります。
- 大会参加中の死亡、傷害、事故について、見舞金が支給される場合があります。大会終了後、大会事務局までご連絡ください。
- お申込み時より住所が変更になっている場合は、大会事務局までご連絡ください。

- ご自身のごみはお持ち帰りください。給水所でのごみは分別して指定のごみ箱へ捨ててください。
- 会場エリア、コース上は全て禁煙です。
- 政治的、宗教的な主張または広告宣伝等を目的とした行為は禁止とします。
- 大会会場・コース周辺の住民や施設への迷惑行為(野宿・無断駐車等)は禁止します。
- 携帯音楽プレーヤーなどを使用しながらの走行は、緊急時、周囲の音が聞き取れず大変危険です。ご注意ください。
- 屋外での排泄行為は禁止です。大会で用意した仮設トイレや常設トイレをご使用ください。
- 上記のほか、大会に関する事項については、大会スタッフの指示に従ってください。従わなかった場合は失格となる場合があります。

【個人情報等の取り扱いについて】

- (1)主催者及び共催者は、個人情報の保護に関する法律及び関連法令等を遵守し個人情報を取り扱います。なお、取得した個人情報は、プログラム編成及び作成、記録発表、公式ホームページその他大会運営及び必要な連絡等に利用します。
- (2)本大会はテレビ放送及びインターネットで動画配信を行うことがあります。
- (3)大会の映像・写真・記事・個人記録等は、主催者、共催者及び主催者・共催者が承認した第三者が大会運営及び宣伝等の目的で大会プログラム・ポスター等の宣伝材料、テレビ・ラジオ・新聞・雑誌・インターネット等の媒体に掲載することがあります。
- (4)大会の映像は主催者及び共催者の許可なく第三者がこれを使用すること(インターネット上において画像や動画を配信することを含む)はお断りさせていただきます。使用したい場合は、大会事務局までお問合わせください。

大会前当日のお問い合わせ

TEL 090-4000-9066

※おかけ間違いのないようご注意ください

5月19日(土) 10:00～20:00

5月20日(日) 2:30～20:00

宿泊に関するお問い合わせ

野辺山観光案内所

TEL 0267-98-2091

URL www.nobeyama-annaijyo.jp

営業時間 9:00～17:00(月・木休業)

大会に関するお問い合わせ

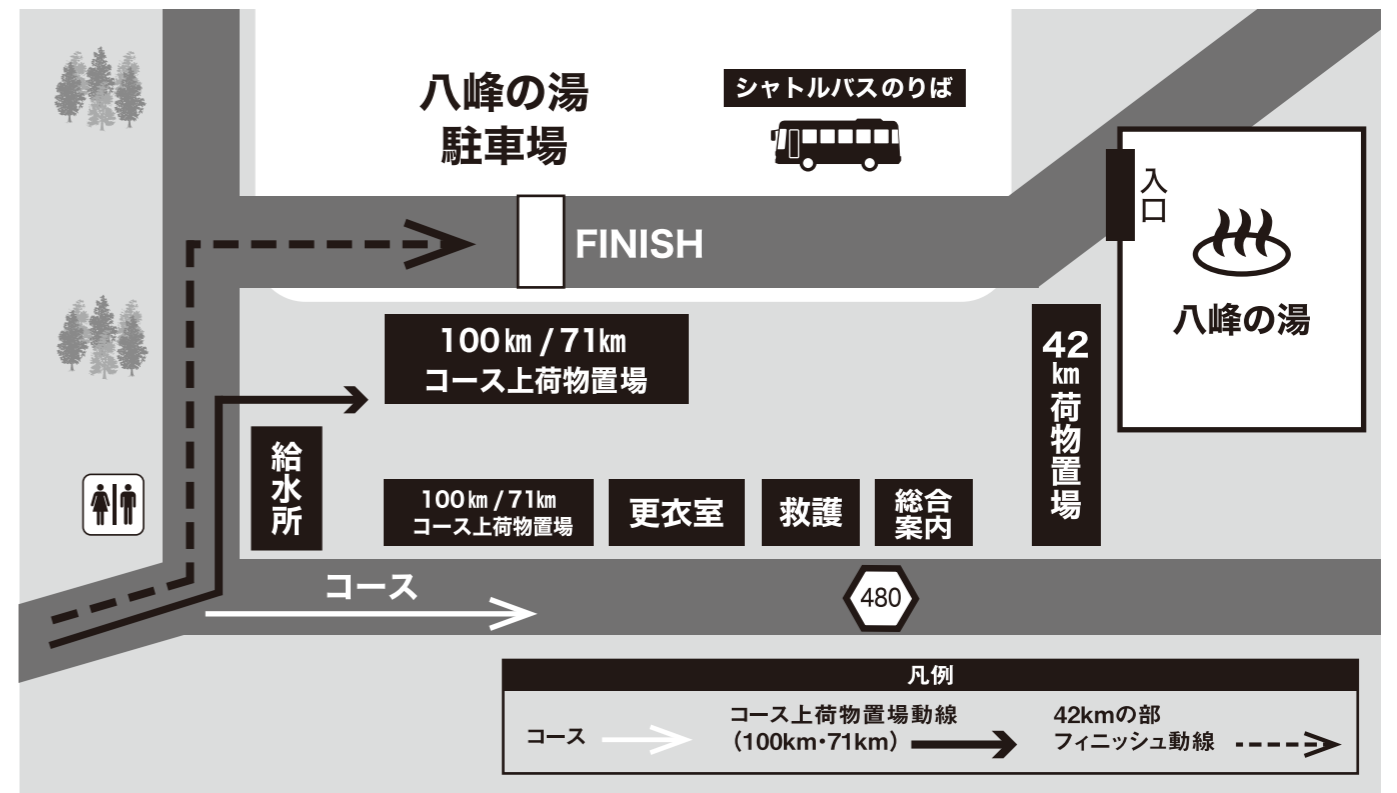
野辺山ウルトラマラソン大会事務局

〒259-0111 神奈川県中郡大磯町国府本郷438

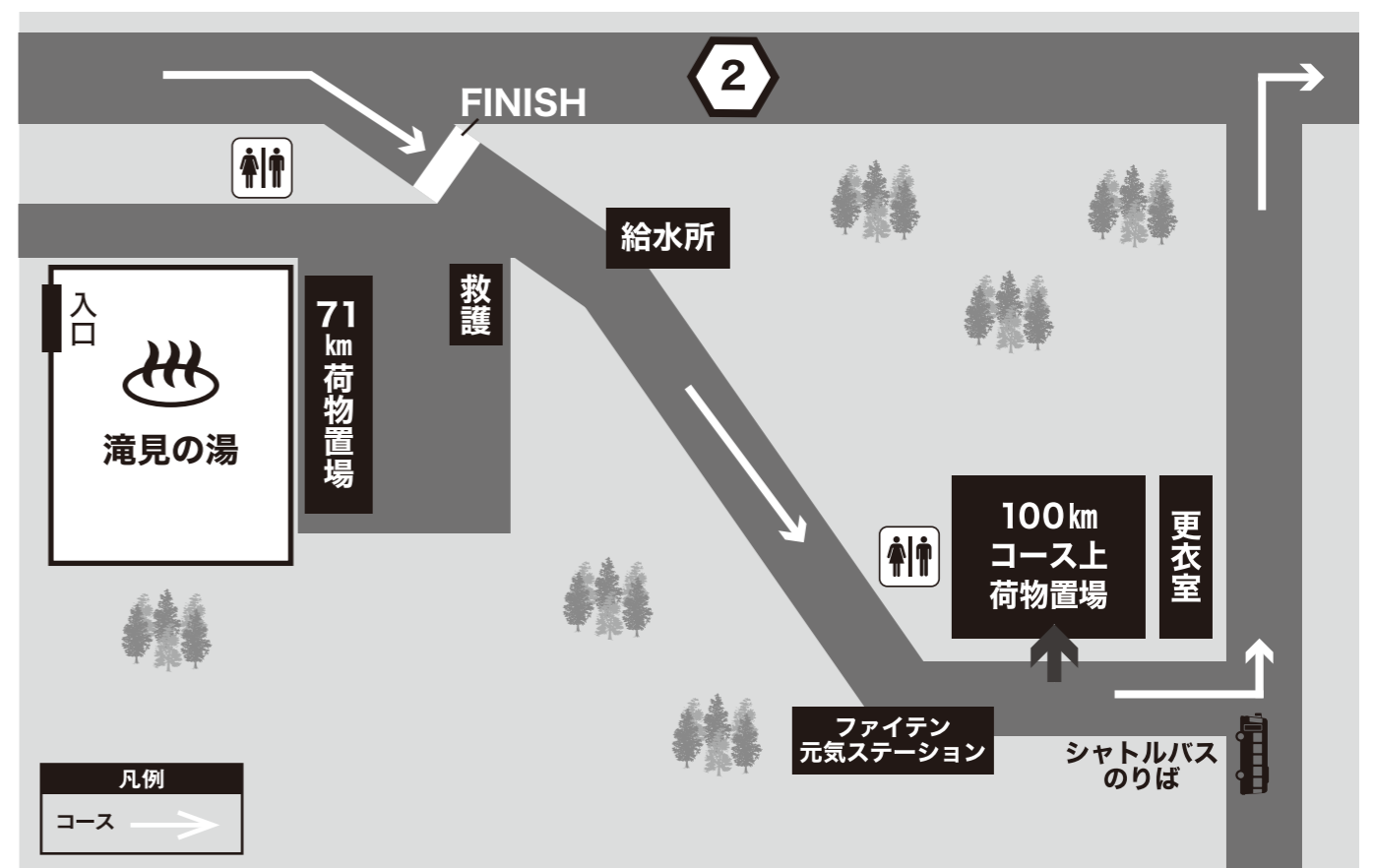
TEL 0120-846-024

営業時間 平日10:00～17:30(土・日・祝祭日は休業)

42kmの部フィニッシュ／第2関門【八峰の湯】



71kmの部フィニッシュ／第4関門【滝見の湯】



給水所

関門	距離	給水所	給食	救護所	着替ポイント	トイレ
	4.8km	天文台駐車場	おかし			6基
	9.8km	ハヶ岳牧場入口	バナナ SDドリンク			6基
	12.8km	ゲート先待避所	パン おかし			1基
	14.1km	林道内待避所①	パン おかし			5基
	17.7km	防火対策待避所	おかし			1基
	19.9km	林道内待避所②	ぶどう 梅干			4基
第1	23km	林道ゲート	バナナ HDドリンク			6基
	26km	牛首橋先分岐	いろいろな 梅干し			1基
	29.3km	林道内待避所③	おかし			2基
	35km	稲子湯	おしるこ おにぎり			公衆
	40km	リエックスリゾート前	パン 梅干し			4基
第2	42km	八峰の湯	おにぎり バナナ	○	○	7基
	46km	八那池地区	ぶどう さくらんぼ			2基
第3	50km	小海中学校横公園	特産そば SDドリンク			4基
	54km	川又バス停	いろいろな ミニトマト			2基
	59km	北相木村役場	おにぎり HDドリンク			3基
	63km	日向看板手前	ぶどう さくらんぼ			1基
	68km	南相木村役場	あんころ SDドリンク			2基
第4	71km	滝見の湯	特産そば レーズン	○	○	8基
	74km	三川屋内ゲートボール場	ようかん ミニトマト			1基
	76km	馬越峠前T字路	おかし			1基
第5	79km	馬越峠	HDドリンク レーズン			1基
	81km	馬越峠先待避所	バナナ 梅干し			2基
第6	87km	川上村原公民館	うどん おにぎり			5基
	92.7km	集出荷場	みそ汁 梅干し			2基
	96.7km	ハヶ岳牧場入口歯科付近	さくらんぼ おかし			
第7	100km	南牧村社会体育館	特産そば レーズン	○	○	65基

※SDドリンク：スペシャルドリンク HDドリンク：ホットドリンク

- 飲食物は十分用意していますが、当日の天候等状況により、不足する場合がございます。万が一のため各自で補助食などを準備することをお勧めいたします。
- ※コース沿線には飲食物を購入できる店舗がほとんどありません。
- 給水所の場所、内容に変更になる場合があります。
- コース上で出たゴミはご自身でお持ち帰りいただくか、近くの給水所のゴミ箱に捨ててください。
- ※ボイ捨てはマナー違反です。

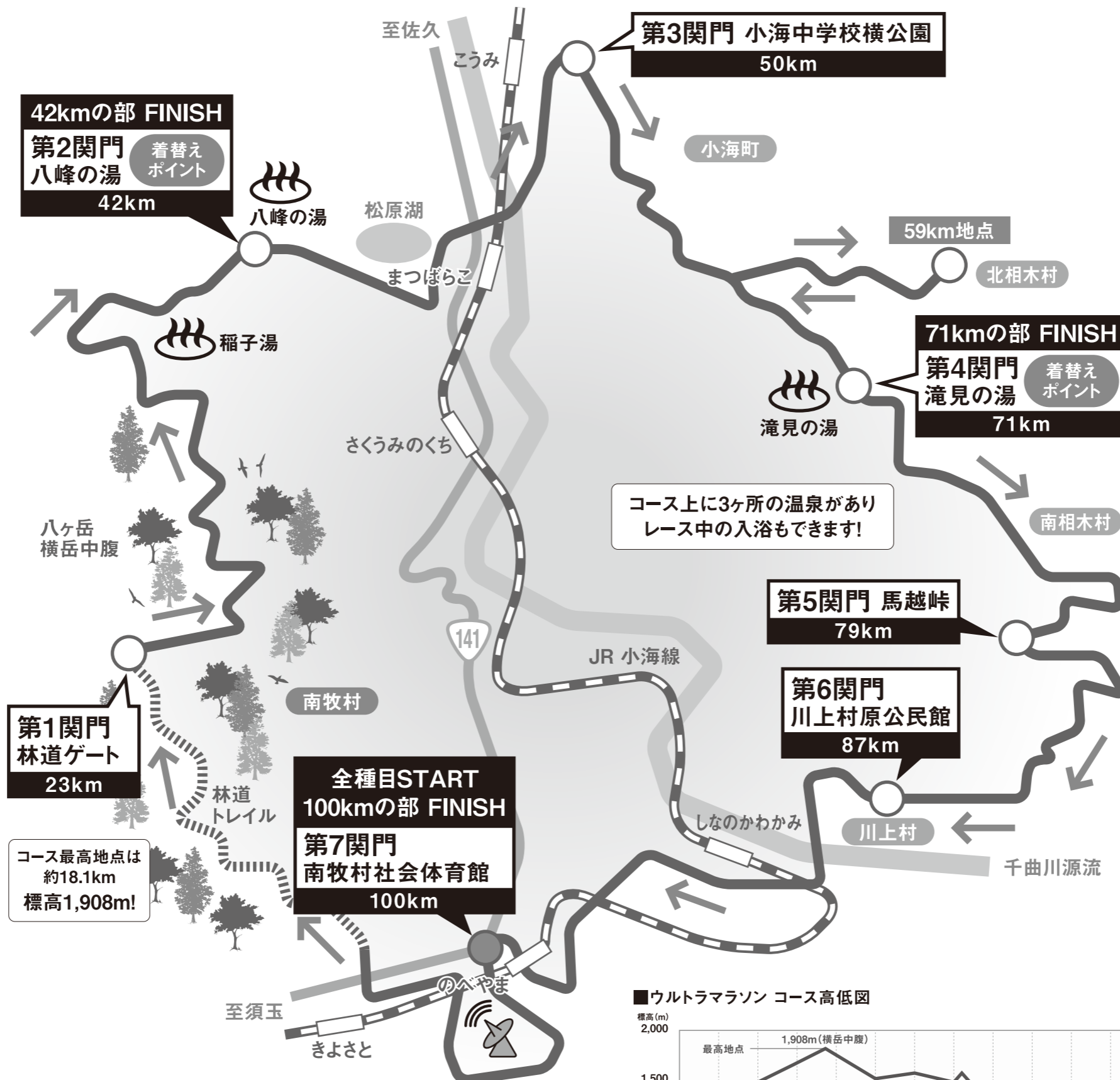
詳細情報は大会HPをご確認ください。5月上旬更新予定です

関門情報

100km	スタート	第1関門	第2関門	第3関門	第4関門	第5関門	第6関門	第7関門
距離	0km	23km	42km	50km	71km	79km	87km	100km
時刻①	5:00	8:40	11:00	12:00	15:15	16:40	17:30	19:00
時刻②	5:15	8:55	11:15	12:15	15:30	16:55	17:45	19:15
経過時間	0:00	3:40	6:00	7:00	10:15	11:40	12:30	14:00

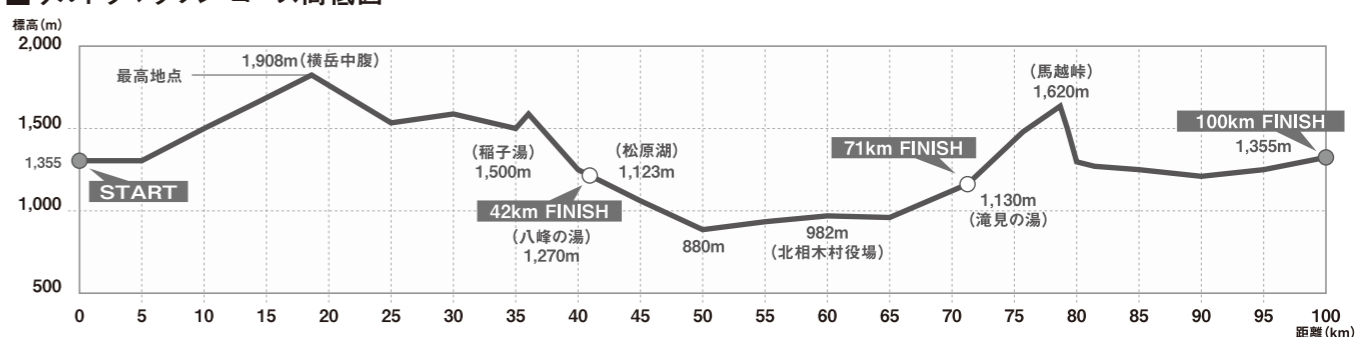
71km	スタート	第1関門	第2関門	第3関門	第4関門
距離	0km	23km	42km	50km	71km
時刻	5:00	8:40	11:00	12:00	15:15
経過時間	0:00	3:40	6:00	7:00	10:15

42km	スタート	第1関門	第2関門
距離	0km	23km	42km
時刻	5:00	8:40	11:30
経過時間	0:00	3:40	6:30



コース最高地点は
約18.1km
標高1,908m!

■ウルトラマラソン コース高低図



温泉情報

稲子湯 (いなごゆ)
35km地点
 旅館・男女別内湯各1、標高1,500m、落葉松林に囲まれ幽玄な雰囲気にも秘湯。自然が満喫できる。
 泉質:単純二酸化炭素・硫黄冷鉱泉・7.6度・pH4.9・湧出44L/分
 適応症:動脈硬化、高血圧、皮膚炎、疲労回復
 〒384-1104 長野県南佐久郡小海町大字稲子1343
 Tel:0267(93)2262
 営業時間:9時~16時30分
 定休日:不定休(要問合わせ)
 中央自動車道長坂ICより約40分
 中部横断自動車道佐久南ICより約40分
 JR小海線小海駅より稲子湯行きバス

八峰の湯 (ヤッホーのゆ)
42km地点
 標高1,270mに位置する八峰の湯は、広々とした大浴場と解放感ある露天風呂が自慢の源泉かけ流しの湯。
 泉質:ナトリウム・マグネシウム・カルシウムー炭酸水素塩温泉
 適応症:神経痛・筋肉痛・関節痛・五十肩・運動麻痺・関節のこばり・打ち身・くじき・慢性消化器病・冷え性・病後回復期・疲労回復・健康増進など
 〒384-1103 長野県南佐久郡小海町大字豊里5918-2
 Tel:0267(93)2288
 営業時間:10時~21時
 定休日:通年営業(奇数月にメンテナンス休業有、要問合わせ)
 JR小海線小海駅からタクシーで15分、または町営バスで約20分
 中央道須玉IC→国道141号<清里・野辺山経由>→八峰の湯

滝見の湯 (たきみのゆ)
71km地点
 南相木村の観光スポットの一つ、三川の「犬ころの滝」の畔にあり、湯に浸かりながら滝の水音や風景が楽しめる日帰り温泉施設。
 泉質:低張性弱アルカリ性低温泉(美人の湯)
 適応症:神経痛、筋肉痛、関節痛、五十肩、運動麻痺、関節のこばり、うちみ、くじき、慢性消化器病、痔疾、冷え性、病後回復期、疲労回復、健康促進
 〒384-1211 長野県南佐久郡南相木村5633-1
 Tel:0267(91)7700
 営業時間:10時~21時(季節により変更あり)
 定休日:毎月第3火曜日
 JR小海線小海駅から村営バス約20分「温泉前停留所」下車
 中央道須玉ICから国道141号 南牧経由車60分
 上信越道佐久南ICから国道141号 小海経由車40分

野辺山10回完走者に与える称号「デカフォレスト」の由来

To the Organizers of the 100km Ultra Marathon in Yatsugatake Nobeyama,

To Daughters and Sons of Rising Sun,

ハヶ岳野辺山高原ウルトラマラソン実行委員会・日出の娘、息子たちへ

On the occasion of the 10th anniversary of your ultra marathon race, I wish to convey a most cordial message to you who for the ten consequence years «ΔΕΚΑΚΙΣ» as we say in Greek, successfully organized one of the most difficult 100km ultra marathon. May God help you to celebrate your twentieth and more anniversaries and prepare the brave Spartathlon runners.

第10回記念大会の開催に際し、屈指の難コースと云われるウルトラマラソン大会で見事に10回開催を成し遂げられた関係者の労に対して、心からのメッセージを贈ります。神は、この大会が20回、またそれ以上の開催を迎えること、そしてスパルタスロンを目指す勇敢なランナー達の参加する大会として、見守ってくれるでしょう。

A few years ago I had the chance to attend your difficult race, invited by Mr.Sakamoto, and I had the honor to award some of the brave winners, who later participated in Spartathlon. Some of you will have the privilege to become «ΔΕΚΑΚΙΣ» (dekakis = ten times) winners, a special title for brave and courageous runners

who will have the Greek name of «ΔΕΚΑΚΙΣ·ΝΙΚΗΤΗΣ» (dekakis nikitis = ten times winner). It is heroic deed to finish ten straight races in a row. We have trendy relations with your race, since from the beginning the finishers are accepted as participants in Spartathlon race. I wish to all of you every success to your efforts and will waiting to greet you at the base of the King Leonidasstatue, in Sparta.

私は、3年前に招かれ、完走困難なハヶ岳野辺山高原ウルトラマラソンを見る機会を得ました。その際、勇敢な入賞者を表彰する栄誉を担いました。彼らはその後、スパルタスロンに参加しました。日本の100キロウルトラマラソンの中でも屈指の厳しいコースで10回の完走を果たすことは、大変なことであろうと考えます。私は、貴大会における10回完走者に対して、ギリシャ語でいう「デカキス・ニキティス ΔΕΚΑΚΙΣ·ΝΙΚΗΤΗΣ(10回完走者)」という特別な称号を贈りたいと考えます。それは勇敢な、10回完走した、という意味の称号です。私は、ハヶ岳野辺山ウルトラマラソンの完走者がスパルタスロンに参加する、という相互の友愛友好的な関係を保つことを希望しています。皆さんが研鑽してきたことを達成されるように望むと共に、スパルタのレオニダス像で皆さんにお会いできることを心よりお待ちしております。

Athens, April 3,2004
2004年4月3日、アテネより



Panagiotis Tsiakiris
Honorary President
of the International Spartathlon Association
国際スパルタスロン協会
名誉会長 パナギオティス・チャキーリス



スパルタスロン(Spartathlon)

紀元前490年、マラソンの戦いにおいて、アテネ軍の伝令フェイディピデスが援軍を求めるために走った、アテネ～スパルタ246kmのコースで行われているウルトラマラソンレース。制限時間36時間。



大会事務局は、国際スパルタスロン協会パナギオティス・チャキーリス名誉会長から贈られた「称号・デカキス・ニキティス ΔΕΚΑΚΙΣ·ΝΙΚΗΤΗΣ」の意を受けて、よりハヶ岳野辺山高原にふさわしい称号として、「フォレスト・ΦΟΡΕΣΤ(野辺山の森林を表現した造語)」を加え、ハヶ岳野辺山高原ウルトラマラソン10回完走者に「デカフォレスト・ΔΕΚΑΦΟΡΕΣΤ」の称号を贈ることに決めました。

デカフォレスト
2017年達成者
(敬称略 順不同)
【現在187名達成】

稲田 一也・鬼澤 こずえ・久保 善衛・篠原 芳紀・小島 浩
早川 諭吉・太田 充男・湯本 弥助・武井 正美・伊藤 敏之

野辺山20回完走者に与える称号「ユプシロン」

野辺山ウルトラマラソンで20回完走を果たすことは並大抵の努力では成し得ない偉業です。達成者にはギリシャ語の「ユプシロン・ΥΨΙΛΟΝ」を称号として与え、その偉業に敬意を表します。古代ギリシャ語アルファベットの第20字を表す文字「Υ」でスペルでは「ύψιλον」と表します。

ユプシロン挑戦者



No.10001 武藤 彰男さん
No.10002 中沢 文雄さん
No.10003 松橋 賢治さん
No.10004 三田 茂延さん

ユプシロンの証



ユプシロン達成の証として、記念リングと認定証を贈呈します。中央にユプシロンのロゴを入れ、側面にはハヶ岳と完走数を印した20個の星を配置しています。

2017年 ユプシロン達成者



栗林 公毅さん 鈴木 武弘さん 田中 裕二さん 保科 清さん 小谷野 勉さん

ユプシロン達成者 現在9名

ナンバーカード

ユプシロン、デカフォレスト達成者には特製のナンバーカードにて出走いただきます。また、あと1回で10回、20回完走を達成する挑戦者にも挑戦を表すナンバーカードをお渡しています。

ユプシロン、デカフォレスト達成者には名前入りゼッケンを配布いたします。背中に装着ください(名前入りゼッケンの装着は自由です)。温かいご声援をお願いいたします。

20回完走 ■ユプシロン 色:シルバー 	20回完走へ挑戦 ■ユプシロンリーチ 色:シルバー枠 	10回完走 ■デカフォレスト 色:ブラック 	10回完走へ挑戦 ■デカフォレストリーチ 色:ブラック枠
100km① 色:ホワイト 	100km② 色:イエロー 	71km 色:グリーン 	42km 色:ライトブルー

ユプシロン 名前入りゼッケン 色:ブラック枠
デカフォレスト 名前入りゼッケン

※デザインは変更となる場合があります。