

第3回飛騨高山ウルトラマラソン

【参加のご案内】

参加者の皆様へ

この度は、数ある大会の中から「飛騨高山ウルトラマラソン」にご参加いただき、誠にありがとうございます。

この大会は、伝統息づく古い町並を通り、自然豊かな飛騨山脈(北アルプス)を望むことができるたいへん魅力的で、かつ標高差が激しいハードコースが特徴の大会です。

チャレンジするすべての皆様に必ず特別な感動と興奮、そしてウルトラマラソンの真髓を体感していただけることでしょう。さあ、飛騨高山の地にあなたの足跡を刻みましょう！

過去の大会では、選手の皆様から、地元のホスピタリティ、選手向けの競技説明会などといったソフト面、施設・アクセスといったハード面を高く評価をいただきました。

今回も皆様に楽しんでいただけるよう、おもてなしの心で大会運営に取り組みます。

大会スタッフおよび高山市民一同、皆様のお越しを心からお待ちしております。

大会スケジュール

【6月7日(土)】

時間	項目	場所
13:00	選手受付開始	高山市民文化会館 ロビー
14:00	選手説明会 1回目	高山市民文化会館 大ホール(~15:00)
16:00	選手説明会 2回目(1回目と同じ内容)	高山市民文化会館 大ホール(~17:00)
17:00	選手受付終了	

【6月8日(日)】

時間	項目	場所	スタート グループ順
3:00	臨時駐車場開場	臨時駐車場ABC(※別紙:駐車場情報参照)	
3:30	更衣室開場		
	荷物預かり開始(~5:00)		
4:30	開会式	高山市役所	
4:45	スタート(100km)①		①
5:00	スタート(100km)②		②
5:15	スタート(72km)		③
7:45			①
8:00	第1関門	道の駅ひだ朝日村 (19.3km)	②
8:15			③
10:30			①
10:45	第2関門	飛騨高山スキー場 (36.9km)	②
11:00			③
12:30			①
12:45	第3関門	丹生川支所(54.6km)	②
13:30			③
16:15	72kmの部 競技終了	福祉の里(国府町)	③
16:15	第4関門(100kmのみ)	丹生川支所(82.7km)	①
16:30			②
18:45	100kmの部 競技終了	福祉の里(国府町)	①
19:00			②

※スタートグループ順 100km→①・② 72km→③

※当日受付は行いません。ご了承ください。

開催の可否

天変地異などの事象や気象条件等により、大会の中止もしくはコースを変更する場合があります。なお、その場合でも参加料の返金はできませんのでご了承ください。開催の可否については、**6月7日(土)午後9時以降**に大会ホームページ(<http://www.r-wellness.com/takayama/2014/>)にて、詳細を掲載しますのでご確認ください。

前回大会からの変更点

- ・100kmの部のみ、第3関門（丹生川支所）の閉鎖時間を30分繰り上げました。詳細は、P5のコース図をご覧ください。
- ・エイドステーションN0.12-d 瓜田公民館から民芸ミュージアム 匠の館に変更になりました。詳細は、P4のエイドステーション一覧をご覧ください。
- ・千光寺の石段の改修工事が完了し、通れるようになりました。
- ・オフィシャル大会グッズの「エコボトル」をご購入いただいた方限定で、**スペシャルドリンクをご用意します**。詳細は、P4のエイド一覧表をご覧ください。大会オフィシャルグッズは、大会前日の受付会場、当日の大会会場で購入できます。
- ・今大会から記録証・記録集を廃止いたします。代わりに、大会当日にフィニッシュ会場にて完走証をお渡しいたします。
- ・今大会から、医師・看護師・保健師・救急救命士の資格をお持ちのランナーの方に、大会の医療体制の充実にご協力をお願いしています。詳細は、大会HP【メディカルコーナー】をご覧ください。

受付（前日のみ）に関する事

①受付

必ず、**大会前日（7日）の午後1時～5時の間**に、高山市民文化会館で受付をしてください。その際、同封の「ナンバーカード引換証」が必要です。上記時間内に受付されない場合は、不参加とみなします。なお、**大会当日の受付はありません**。

②ナンバーカード

ナンバーカード（4枚）を受け取ったら、**必ず氏名とスタート時間をご確認ください**。競技中は胸と背中に1枚ずつよく見えるようにつけてください。残り2枚は着替え用です。

③健康・メディカルチェック表

大会に臨む際にご自身の体調を確認し、守るためのものです。必ず記入し、受付時に提出してください。

④選手説明会

大会前日（7日）の午後2時～3時、午後4時～5時の2回開催します。説明内容はどちらも同じです。大会を安全かつ円滑に運営するため、何より**ご自身の完走のため、ぜひご参加ください**。翌日のレースに役立つ最新情報やコース攻略法もあわせてお伝えします。

⑤出店ブース

受付会場では、地元特産品のほか、大会スポンサー、大会オフィシャルブース等によるグッズの販売を行います。

大会当日 スタートまでに関する事

①辞退

少しでも**身体に異常を感じたら、勇気を持って出走を取りやめてください**。

②駐車場

選手用駐車場をご用意します（P8 図参照）が、駐車場台数には限りがありますのでご了承ください。**スタート会場（高山市役所）までのシャトルバスはありません**ので、各自徒歩で移動してください。**駐車場は当日朝3時から利用できます**。付近の道路も含めて、**違法駐車（車中泊等）は絶対にしないようお願いします**。なお、会場まで概ね2km圏内に宿泊された方は、会場まで直接徒歩でお越しになることをお勧めします。

6月 は「環境月間」です。環境に配慮し、飛騨高山へはなるべく公共交通機関を利用してお越しいただくことを推奨しております。

③更衣室

男子更衣室は市役所庁舎内の会議室（地下、2階、3階）、女子更衣室は市役所に隣接する保健センター（2階）です。保健センター内は、男性は立入禁止です。

④トイレ

トイレは建物内部の各フロアのほか、外にも常設トイレがあります。女子は市役所庁舎内の女子トイレも利用できます。

⑤荷物運搬

着替え用の指定袋は、着替えポイント（72kmの部＝飛騨高山スキー場、100kmの部＝丹生川支所）行きと、フィニッシュ会場（福祉の里）行きの2枚あります。前日中に袋に必要事項を記入しておいてください（受付会場の記入見本参照）。

当日は、午前3時30分～5時までに指定のトラックにご自身の責任で入れてください。着替えポイント行き荷物は、指定袋以外は受付を行いません。また、フィニッシュ会場へ袋に入らない荷物（バック等）の輸送を希望する方は、指定袋と荷物が離れないようしっかり固定してください。なお、スタート会場に荷物を置いていくことはできません。

⑥スタート

種目ごとにスタート順が異なります。ご自身のスタート時間をご確認のうえ、スタート10分前には所定の場所にお並びください。なお、時間差式スタートを採用しています。ご自身の出走グループをご確認のうえ、出走してください。

競技中に関すること

①走行

コース上では係員の指示に従ってください。スタート直後の市街地と美女高原付近及び丹生川支所付近を除いて交通規制は行いませんので、必ず道路交通法を守ってください。なお、歩道があるところでは必ず歩道内を走行してください。歩道がないところでは、原則として左側通行です。上記のルールや指示に従わない場合は、今後の大会の存続にかかわりますので、厳しく対処します。

②トイレ

各エイドにはトイレを設置します。また、スタート直後の市街地コース上（約2km区間）には公衆トイレが5カ所あります。トイレ以外では絶対に排泄行為をしないでください。違反された方は、失格となる場合があります。トイレを使用する際は、きれいに使うよう心がけ、公共マナーとともにスポーツマンシップを守りましょう。

③着替え

着替えポイントは、72kmの部が飛騨高山スキー場、100kmの部が丹生川支所の各1カ所です。100kmの部のランナーは、丹生川支所を2回通りますが、着替え袋を受け取れるのは1回目だけです。なお、エイドやトイレは2回目の通過時も利用できます。

④周回チェック

丹生川支所通過後の約56km地点に、72kmの部と100kmの部の分岐点があります。コースを間違えないよう十分注意してください。なお、100kmの部のランナーは、12-Cエイド（大規模林道空地）で、胸のナンバーカードに周回チェックのマーキングを受けてください。

⑤記録計測

RSタグを使用し、10kmごとにラップタイムを計測します。安全確保を最優先とするため、計測地点が正確な10km地点から前後している区間がありますのでご了承ください。タグは、1人2枚封入されています。必ず片足に1枚ずつ装着してください。2枚目は予備ではありません。

アップデートサービスで、途中経過の速報をお知らせします。パソコン・携帯電話からご覧いただけます。事前の登録は不要です。

下記 URL を入力または、カメラ付携帯電話で QR コードを読み込んでください。

パソコンより <http://runnet.jp/record/>

携帯電話より <http://runnet.jp/record/m/>



⑥エイド

詳細については次の表をご覧ください。ドリンクのおかわりは自由ですが、省資源およびごみ減量を推進するため、**各エイドでのカップの利用個数は、1人2個まで**とします。選手もスタッフも和めるのが「飛騨高山ウルトラマラソン」の特徴です。大会に関わる誰もが気持ちよく大会を楽しめるように、ご自身が使ったカップは、責任をもってごみ箱に捨てましょう。

※今大会から大会オフィシャルグッズの「エコボトル」をご購入いただいた方限定で、関門のエイドごとにスペシャルドリンクを提供します。

エイドステーション一覧

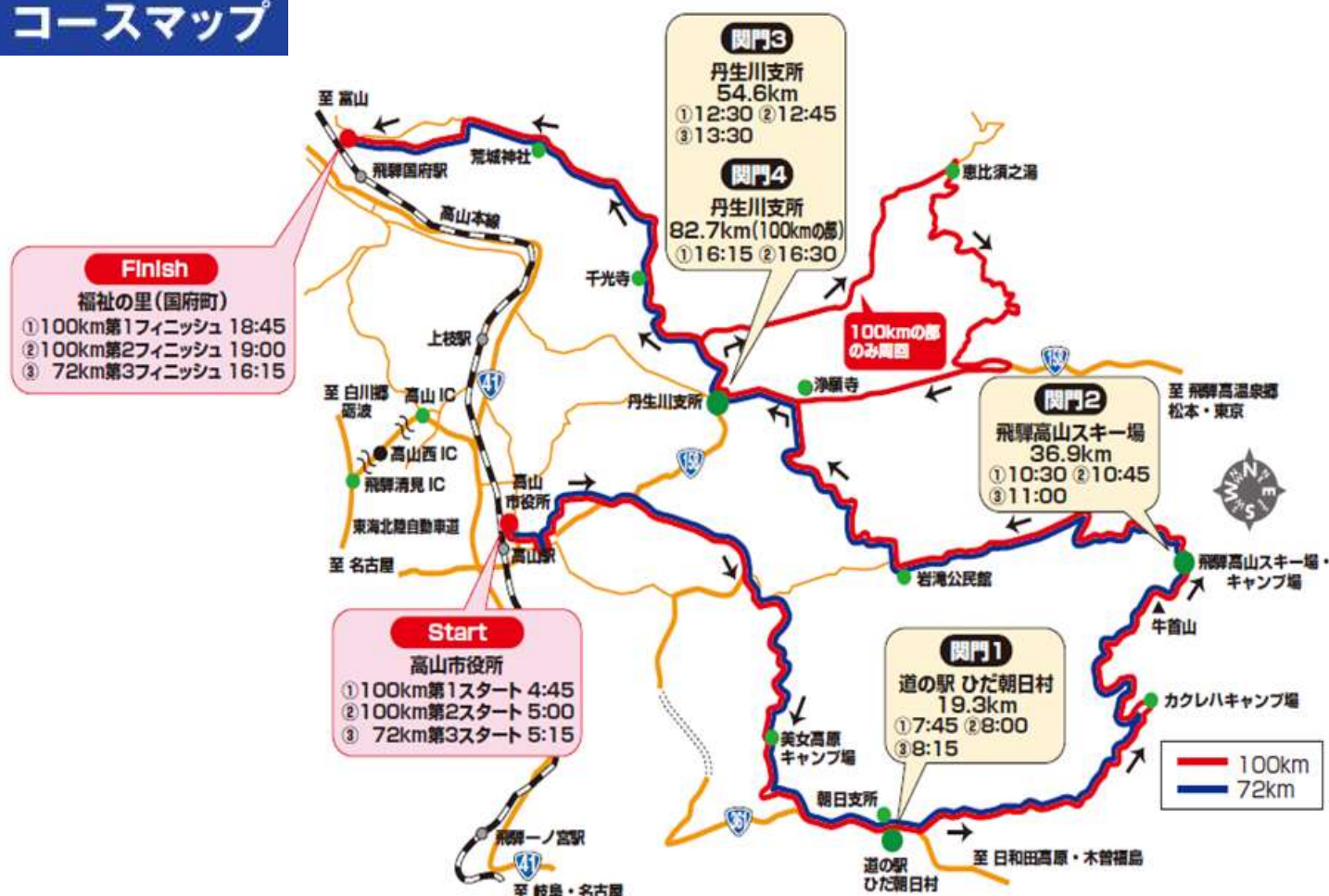
No.	距離	場 所	ドリンク	チヨコ	梅干し	果物	パン	おにぎり	種類等	特産品 (予定)	スペシャル ドリンク	トイレ	着替	メディカル	関門 (時間差式スタートグループ順)		
															①	②	③
スタート	0.0	高山市役所	○	○	○							□					
1	4.6	JA飛騨空き地	○ 水のみ									□					
2	8.2	塩屋公民館	○	○								□					
3	14.3	美女高原	○	○	○	○	○			りんごジュース		□					
4	19.3	道の駅ひだ朝日村	○	○	○	○	○	○	○	よもぎうどん	○	□		○	7:45	8:00	8:15
5	22.7	上青屋公民館	○	○								□					
6	27.2	カクレハキャンプ場	○	○	○		○		○	火焔そば五割乾 麵		□					
7	30.7	駄吉林道峠	○	○								仮設					
8	38.9	飛騨高山スキー場	○	○	○	○	○	○		白玉しるこ	○	□	72km の部	○	10:30	10:45	11:00
9	42.1	県道空き地	○	○								仮設					
10	46.8	岩滝公民館	○	○	○		○			桜ゴーフレット		□					
11	50.7	農道空き地	○	○								仮設					
12	54.6	丹生川支所	○	○	○	○	○	○		トマトシャーベット	○	□	100km の部	○	12:30	12:45	13:30
12-a	59.4	大萱公民館	○	○								□					
12-b	64.1	農畜産物処理加工施設	○	○	○	○	○					仮設					
12-c	68.4	大規模林道空き地	○	○								仮設					
12-d	74.3	民芸ミュージアム 匠の館	○	○	○	○	○			どぶ汁		仮設					
12-e	78.7	大谷公民館	○	○								□					
12	82.7 [54.6]	丹生川支所	○	○	○	○	○	○			○	□		○	16:15	16:30	
13	86.9 [58.8]	千光寺	○	○	○	○	○					□					
14	90.6 [62.5]	下柏林道終点	○	○								仮設					
15	94.8 [66.7]	宮地公民館	○	○	○	○	○					□					
16	97.2 [69.1]	JA育苗センター	○									仮設					
フィニッシュ	100.0 [72.0]	福祉の里(国府町)	○							①豚汁 ②うどん ③きゅうりの一夜 まる漬け		□		○	18:45	19:00	16:15

※No.12 エイド（丹生川支所）では、奥飛騨温泉郷の“足湯”を設置します。

※体調不良やけがなどが発生した場合は、早めにメディカルチェックを受けてください。

※トイレは大変混み合います。スタート前に、必ず早めにご利用ください。

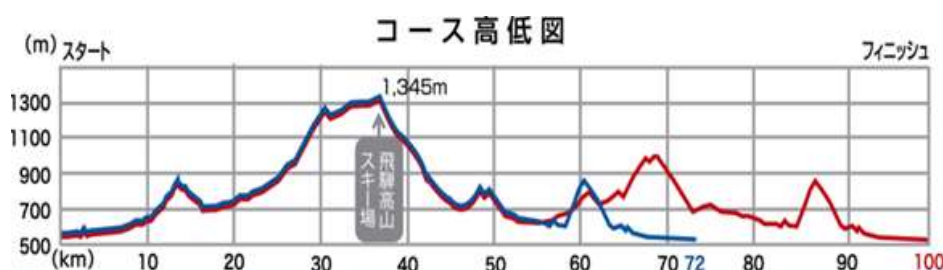
コースマップ



※コースは予定です ※エイドステーションはおおむね 5km ごとに設置する予定です。

※コース関門時刻は、予定なく変更することがあります。

※第2 関門までは、1km あたり約 9 分 20 秒ペースの関門設定となっています。100km の部の方は、この時間より 20～30 分程度早い関門通過を目安としてください。



高山市の気象等のデータ
 (前回大会 2013 年 6 月 9 日)
 ・天気 晴れ
 ・最低気温 14.4℃
 ・最高気温 29.4℃
 ・日の出 4:33 頃
 ・日の入り 19:08 頃
 (気象庁 HP 参照)

⑦ごみ

ごみはコース上に捨てず、エイド等にある所定のごみ箱に入れてください。なお、各エイド通過後のごみ箱の設置数は、最大 3 個までですので、それを過ぎたら次のエイドまで手に持って走ってください。美しい高山の景観を守りましょう。

⑧リタイア

やむを得ずリタイアする場合は、各エイドまたは移動監察中の係員に申し出て、胸のナンバーカードを係員に渡してください。リタイアしたランナーは、収容バスの待機場所からフィニッシュ地点までお送りします。閉門時間に間に合わなかったランナーも同様です。

なお、時間内に閉門地点に到達した場合でも、閉門閉鎖後 10 分以内にスタートしない場合は失格となります。

⑨事故等

競技中のケガや事故は、必ず大会本部に報告してください。大会当日、応急処置は主催者側で行いますが、以後の処置は各自で行ってください。なお、閉門エイド(3カ所)およびフィニッシュ会場には、メディカルスタッフが待機しています。メディカルスタッフがいないエイドには、移動メディカルスタッフが巡回しております

⑩その他【重要】

人家がほとんどない場所では、野生動物が出没することもあります。万が一遭遇しても、むやみに刺激することはやめてください。

スタート後 1km 地点から約 400m の区間は、通称「古い町並」と呼ばれている『国選定重要伝統的建造物群保存地区』です。道路幅員がたいへん狭く、道の両脇にはふたがない側溝があるため、手前で列を大幅に絞り込みます。無理な追い越しをして、建物や看板等を傷つけたり、ランナー自身がケガをしたりすることがないように十分注意して走行してください。

フィニッシュ後に関すること

①完走メダル・完走証

制限時間内にフィニッシュされた方には、完走メダルを贈呈します。後からお申し出いただいても対応しかねますので、必ずフィニッシュ直後に受け取ってください。

今大会から完走証をフィニッシュ会場にて当日発行します。後日送付は行いませんので、忘れずに受け取ってください。記録証の印字は、フィニッシュタイムのみとなります。10km 毎のラップタイムは後日、大会 HP にてご覧ください。

②タグ返却

RS タグは、走り終えたら(リタイア者含む)、フィニッシュ会場のタグ回収コーナーに返却してください。タグを紛失した場合は、実費(500 円)を請求させていただきます。

③表彰式

各種目(男女別 全 4 種目)1 位～6 位が表彰対象です。表彰式は、各種目の 6 位までの順位が確定してから概ね 30 分後に開始する予定です。

④荷物返却

飛騨高山スキー場の着替え袋(72km の部)は、午後 1 時頃までにフィニッシュ会場に戻る予定です。また、丹生川支所の着替え袋(100km の部)の到着は午後 3 時頃の予定です。

荷物の到着時間が、交通状況などにより遅れる場合がございますので、ご了承ください。

お急ぎの方は、荷物置場にて荷物の自宅配送サービス(有料)を行っておりますのでご利用下さい。

⑤更衣室

着替え袋(荷物)を受け取った後は、指定の更衣室(男子＝屋内運動場、女子＝老人いこいの家)で着替えをしてください。会場にシャワー設備はありませんので、ご了承ください。

(※近隣の入浴施設の案内チラシは、受付時に配布します。)

⑥シャトルバス(ランナー用)

フィニッシュ会場から臨時駐車場 B(北小)、会場(市役所)および臨時駐車場 A(駅西駐車場)までシャトルバスを運行します。運行時間は、概ね正午頃から午後 8 時までの予定です。別紙(駐車場情報)にて、ご案内しております臨時駐車場 C(西小)をご利用される方は市役所で降車してください。

⑦バザー

フィニッシュ会場には、地元の皆さんによる飲食物や特産品のバザーの出店（有料）がありますのでご利用ください。なお、**豚汁またはそうめん（予定）は、前日に配布する「引換券」との交換で提供します（数量限定）**ので、フィニッシュ会場行きの荷物袋に忘れずに入れてください。

⑧入浴

市内の入浴施設を割引料金で利用できます。ご利用時に前日に配布する「割引券」をご提示ください。利用可能日、割引額および割引適用人数は施設によって異なります。

諸 事 項

①保険

当大会参加者は、スポーツ傷害保険に加入しています。保険内容は、死亡・後遺障害＝100万円、傷害入院日額＝3,000円、傷害通院日額＝1,500円です。

②貴重品

貴重品のお預かりはできませんので、各自で管理してください。

③伴走

視覚に障がいのある方など、伴走者を必要とする方は、5月末日までに大会事務局（ランナーズ・ウェルネス）までご連絡ください。なお、伴走者の手配は各自でお願いします。本大会では安全上、車イスでの参加はお断りしております。

④応援

地元警察署の指導および大会規則により、**自動車や自転車等によるコース上での応援や伴走、サポートは禁じられています。**

⑤肖像権等

大会中の映像、写真、記事、記録等の肖像権は、主催者に属します。また、入賞者の氏名と住所（都道府県名）を報道関係等に公表しますので、予めご了承ください。

⑥ウルトラ川柳

本大会への思いのほか、「飛騨高山」や「ウルトラマラソン」に関する川柳・俳句を募集します。各関門エイドおよびフィニッシュ会場に短冊を用意しますので、ふるって投稿してください。1人何句でも投稿できます。

⑦その他

本大会を安全かつ円滑に運営するため、必ず係員の指示に従ってください。発生した諸問題等に対しては、**すべて主催者側の決定事項が適用されます。**

⑧宿泊予約

宿泊の予約・問い合わせは、下記までお願いします。

- ・ 総合宿泊予約センター Tel0577-33-1181
- ・ 民宿・ペンション予約案内 Tel0577-33-8501
- ・ 奥飛騨温泉郷観光案内所 Tel0578-89-2458
- ・ 飛騨乗鞍観光協会 Tel0577-78-2345
- ・ 飛騨あさひ旅館組合 Tel0577-56-1209

⑨問合せ先

大会全般に関する問い合わせは、下記までお願いします。

- ・ 6月7～9日 Tel090-8587-8448（大会本部） ※携帯電話
- ・ 上記期間以外 Tel0120-846-024（大会事務局：ランナーズ・ウェルネス）

参加者特典

本大会に参加される選手（ご家族を含む）の皆様に、高山市内の商店街や道の駅、各施設等のご協力をいただきまして、フィニッシュ会場内や市内の協賛店で買い物をした際に受けることができる割引サービスなどの特典を設けております。

サービス内容や協賛店などの詳細については、参加案内に同封されている【おもてなし事業協賛一覧】もしくは、前日の受付時に配布する大会プログラムに掲載しますので、ご確認ください。

会場アクセス

【大会前日】（6/7（土））

■受付会場

高山市民文化会館

岐阜県高山市昭和町 1 丁目 188 番地 1

TEL (0577) 33-8333

J R 高山駅から徒歩 8 分 中部縦貫道高山 IC から車で 10 分

【大会当日】（6/8（日））

■スタート会場

高山市役所

岐阜県高山市花岡町 2 丁目 18 番地

TEL (0577) 32-3333

J R 高山駅から徒歩 7 分

■フィニッシュ会場

福祉の里（国府町内）

岐阜県高山市国府町木曾垣内 650

TEL (0577) 72-4426

JR 飛騨国府駅から徒歩約 17 分

大会情報について

今大会から、大会公式 HP のリニューアル、大会公式 Facebook の開設を行いました。
最新の大会情報等を随時掲載していきますので、是非ともご確認ください。

■大会公式 HP

<http://www.r-wellness.com/takayama/2014/>



■大会 Facebook

<https://www.facebook.com/hidatakayamaultra>

