

このたびは「第1回富士山麓ウイメンズトレイルラン」にお申し込みいただき、ありがとうございます。大会当日は以下のご案内をよくお読みいただいたうえでご参加ください。



大会の情報は、公式ホームページにて随時更新します！



富士山麓ウイメンズトレイルラン公式ホームページ <https://womenstrailrun.com/>



■開催日

2022年5月21日(土)

■会場

「小海公園 芝生広場」

山梨県南都留郡富士河口湖町勝山 3758-1

■スタート・フィニッシュ地点

羽根子山

■交通案内

■車

- ・中央自動車道…河口湖 IC から 7km (約15分)
- ・東名高速…富士 IC から 58km (約1時間10分)
御殿場 IC から 35km (約45分)
- ・甲府市内から…35km (約50分)

※当日は高速道路の交通渋滞が予想されますので、お早目のご出発をお願いいたします。

■電車

- ・東京方面…JR 中央本線で大月駅→富士急行で河口湖駅→タクシー (約15分 料金は1,500円ほど)

例：JR 中央本線…新宿発 5:46→高尾着 6:36
高尾発 6:42→大月着 7:19
富士急行…大月発 7:25→河口湖 8:18
河口湖駅→タクシー (約15分)

■宿泊の問い合わせ

勝山民宿組合

〒401-0310 山梨県南都留郡富士河口湖町勝山 341

TEL: 0555-72-3350(9:00~20:00)

詳しくは大会 HP をご覧ください。



《新型コロナウイルス感染拡大防止のためのお願い》

- 2022年5月14日(土)以降(大会1週間前以降)、以下①~③の事項、大会開催日に以下④の事項に該当する場合は、参加の自棄を求めます。
 - ①発熱(37.5℃以上)および感冒症状が出た場合、また同居家族、職場同僚など身近な人等に同様の症状があった場合。
 - ②体調がよくない場合(大会当日に選手本人の体温が37.5℃以上の発熱・咳・咽頭痛などの症状がある場合)。
 - ③政府から入国制限、入国後の観察期間を必要とされている国、地域への渡航又は当該在住者との濃厚接触がある場合。
 - ④大会開催日に居住地に県をまたいだ移動が制限されている場合。
 上記①~④に該当する場合、参加料は返金出来ませんが、参加賞は希望があれば着払いにて郵送します。
- こまめな手洗い、アルコール等による手指消毒を実施すること。
- 他の参加者、主催者スタッフとの距離(できるだけ2m以上)を確保すること(障がい者の誘導や介助を行う場合を除く)。
- イベント中に会場やコースにおいて大きな声で会話、応援等をしないこと。
- 感染防止のために主催者が決めたその他の措置の遵守、主催者の指示にしたがうこと。
- イベント終了後2週間以内に新型コロナウイルス感染症を発症した場合は、主催者に対して速やかに連絡し、同時に濃厚接触者の有無についても報告すること。

《感染症対策について》

■以下の対策を行った上で、大会を開催いたします。ご協力をお願いいたします。

1. スタッフは常時マスクおよびフェイスシールド等を着用します。
2. 選手は競技中以外常時マスク等目鼻口を覆うものの着用をお願いします(応援者の方は常時マスク着用をお願いします)。
3. 受付で消毒、検温を行い、問題がない方はご入場をいただけます。※体温は37.5℃以上の方は参加できません。また会場に入ることできません。
4. 大会前1週間の検温、当日の「新型コロナウイルス感染症についての誓約書」の提示または提出を義務付けます(応援者含む)。
5. スタートは選手同士の間隔を確保します(1m以上間隔をあける)。
6. 給水は三湖台 紙コップ(フタ付き)(水・スポーツドリンク)での提供です。紙コップは必ず所定のゴミ箱に捨ててください。食べ物の提供はありません。
7. 声出し応援、唾はき、喫煙など迷惑行為は、会場内全ての場所で禁止します。
8. 応援者も選手同様の検温、感染症対策を徹底してください。マスク着用においても声を出しての応援は、ご遠慮ください。ハイタッチなども禁止します。

以上のことを遵守出来ない場合、失格となる場合があります

P7の誓約書を必ず提出してください。

大会に関するお問い合わせ

富士山麓ウイメンズトレイルラン大会事務局

E-mail: friendship@ultratrailmtfuj.com (大会事務局)

TEL: 070-1053-6180 (大会本部) 5/20(金) 15:00~20:00、5/21(土) 6:00~16:00のみ

主催：一般財団法人アールビーズスポーツ財団 後援：富士河口湖町 協力：勝山民宿組合、Team RICKA

■開催中止予告ページ

荒天・災害等による開催中止決定の告知については、大会当日5月21日(土) 早朝 5:30 に大会 HP・RUN PASSPORT にてお知らせします。

駐車場案内

1カ所100台が駐車可能な無料駐車場を準備しております。**先着順**で駐車していただきますので、係員の誘導に従って駐車してください。

・勝山ふれあいセンター前駐車場(100台)

会場まで徒歩10分。山梨県南都留郡富士河口湖町勝山 4029-5

※駐車場に限りがございます。できるだけ公共交通機関をご利用ください。

※会場最寄りの「道の駅かつやま」駐車場への参加者の駐車は厳禁です。

レッカー移動されることがありますので、利用しないでください。レースに参加いただけないこともあります(大会前日受付時を除く)。



タイムスケジュール

5月20日(金)

18:00 ~ 20:00	前日受付(道の駅 かつやま)
19:00 ~ 19:30	コースブリーフィング (コース紹介・攻略ポイント・見所など)

※場所は、道の駅かつやまです。

5月21日(土)

8:30	受付開始(小海公園 芝生広場)
10:00	受付終了 開会式(主催者・ゲストあいさつ)
10:30	受付終了 スタート地点へ移動開始
11:00	スタート(ウエーブスタート)
13:00	表彰式(簡易表彰)
14:00	トレイルラン終了

※アフターパーティーは新型コロナウイルス感染症対策のため中止になります。

受付

【受付時間】

5/20(金) 18:00~20:00 (場所:道の駅 かつやま)

5/21(土) 8:30~10:30 (場所:小海公園「芝生広場」受付テント)

【配布物】

①ナンバーカード(および安全ピン) ※記録計時用ランナーズチップ付き

②荷物預かり用荷札

※参加賞(大会オリジナルグッズ)は後日送付になります。

- ・受付窓口で、「RUN PASSPORT(ランパスポート)」の参加票をご提示ください。
- ・出走順は、エントリー先着順にウエーブ分けしています。スタート地点「羽根子山」へはウエーブごとに移動しますので、係員の指示に従い、速やかに指定の場所に集合してください。

※メイン会場「小海公園」よりスタート地点「羽根子山」までの移動(15分程度の登り)があるため、早めに受付を済ませてください。

当日出走されない方へ

会場にお越しの方は、ランナーズチップを会場内の「大会本部」にご返却ください。

会場にお越しにならない方は、ご郵送ください(大会終了後2週間以内)。

ランナーズチップ返却先

〒152-8532 東京都目黒区原町1-31-9 ランナーズチップ事務局

※ランナーズチップを返却されない場合、実費を請求させていただきます。

スタート時間

スタートは、約25名ずつの10ウエーブに分かれています。11:00に第1ウエーブスタート、順次約2分ごとにスタートする予定です。

- ・RUN PASSPORT に参加者ナンバー・お名前と共にスタートウエーブを記載しています。
- ・メイン会場「小海公園」から、ウエーブ出走順のグループ単位でスタート地点「羽根子山」に徒歩移動します(所要時間約15分)。係員の指示に従って速やかに集合してください。
- ・ご自身のスタートウエーブを必ずご確認ください。指定以外のウエーブでスタートした場合、記録計時ができません。

※ 小海公園選手集合時間 ※ 10:15

※ 羽根子山山頂スタート時間 ※ 11:00
(ウエーブスタート)

フィニッシュ

フィニッシュ地点はスタート地点の「羽根子山」です。コース途中の関門はありません。

給水

三湖台(約7km 地点)に給水所を設置しています。

- ・給水所では紙コップ(フタ付き)を準備しております。
 - ・各自ハイドレーションシステム(給水バック)付バックパックなどを使用し500ml程度のドリンクの携帯や、補給食など行動食の携帯をお勧めします。
 - ・当日は気温が高くなることも予想されます。脱水・熱中症予防のため、大会前日・当日はこまめに水分補給しましょう!
- ※スタート前・給水所では熱中症、脱水症予防のため必ず給水しましょう!

RUN PASSPORT(ランパスポート)によるペーパーレスの受付を導入しています。大会前日の受付はスマホ画面をご提示ください。専用アプリをインストールしてご利用ください(インストール無料)。掲示板機能を使って、大会側から当日もリアルタイムの案内を発信していきます。

※アプリインストールはGoogle PlayまたはApp Storeで「RUN PASSPORT」を検索。



iOS



Android

更衣室

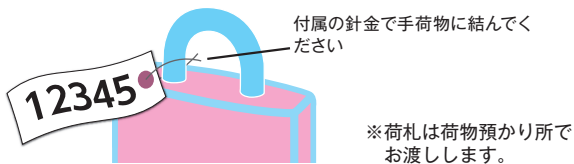
＊ 開場時間 ＊ 5月21日(土) 8:30～14:00

大会メイン会場に設置します。
更衣室内は密を避けるため、人数制限、使用時間の制限をさせていただきます。着替え以外(メイクなど)はお控えください。また、更衣室内の滞在時間を短くするため、事前にナンバーカードを付けたウェアに着替えて来場いただき、更衣室は10分以内でのご利用にご協力をお願いいたします。

荷物預かり

＊ 開場時間 ＊ 5月21日(土) 8:30～14:00

荷札を手荷物に付けて、荷物預け所にお預けください。預ける際は、ご自身で指定場所に置いていただくセルフ方式です。貴重品はお預かりできませんので、ご自身で管理をお願いします。荷物受け取り時は、ナンバーカードの提示が必要になります。必ずお持ちください。



トイレ

会場内に設置している仮設トイレをご利用ください。
(トイレの位置は、会場案内図(P.5)にてご確認ください)
トイレには消毒液を設置しておりますので、手指消毒にご協力ください。
使用後は肌の触れる部分の消毒をお願いします。

ランナースチップによる記録計時

- ・記録はランナースチップを使用して計時します。
- ・ランナースチップは、ナンバーカードの裏に装着してあります。
- ・ランナースチップは大会終了後、必ず返却してください。もしご返却されませんと、後日に実費(¥2,000)を請求させていただく場合がございます。

記録

レースはウエーブスタートになります。記録はグロスタイム(各ウエーブのスタート時刻より計時を開始し、フィニッシュするまでのタイム)を採用します。
指定以外のウエーブでスタートすると記録が計時できませんので、必ずご自身のスタートウエーブをお確かめください。

【大会当日】
入賞者のみ掲出します。

※大会当日、入賞者以外の順位は発表いたしません。
※フィニッシュ後に当日 web 記録証がダウンロードできます。

【大会終了後】
3～4日後、『ランネット』(<http://runnet.jp/record/>)で大会結果をご覧になれますので、順位はこちらでご確認ください。

表彰式

13:00 開始(予定)

< 表彰対象 >

上位 1～3 位まで

※表彰対象者は放送でも呼びますが、10 分前には「メイン会場」本部前に集合してください。

コース注意事項

コースは前半シングルトラック(一本道)で、後半は並走する二本のトレイルをコースとして設定しています。以下の注意点に十分留意したうえ、走行してください。

★コース誘導看板・誘導員の指示

各分岐点には進行方向を示す誘導看板を設置し、要所には誘導員を配置しています。指示に従い走行してください。一部危険な箇所では減速を誘導員が指示します。必ず誘導員の指示に従い安全な走行を心がけてください。

★キープ・レフト(左側通行遵守)

コースでは一部幅が狭い区間があります。追い抜き、すれ違いの場合、ランナー同士でお互い配慮をし、譲り合って競技してください。また折り返しのランナーとすれ違うこともあります。対向するランナーが来た場合、左側通行を遵守してお互い譲り合うようお願いいたします。

★登りのランナーを優先

坂道で対向する場合、競技に支障がない範囲で登りのランナーを優先してください。

★ハイカーを追い抜く場合

コースには一般ハイカーがいます。すれ違う、追い抜く場合は必ず歩いてください。

★関門はありません

★リタイア

競技を続行できなくなった場合で、自力で移動が可能な場合は、最寄りの誘導員のいる場所まで移動し、その旨をお伝えください。自力での移動が不可能な場合、周りの参加者にその旨を伝え、参加者は最寄りの誘導員に伝えてください。なお、レース中、自力で動けない参加者を発見した参加者のみなさまには、必要に応じその救助を優先していただきますようお願いいたします。また大会本部の電話番号にご連絡ください。

★自然保護に違反する行為の禁止

レース中、ゴミは必ず各自で持ち帰ってください。違反者はただちに失格となります。全コースにおいて、ストック・杖等の使用は禁止します。

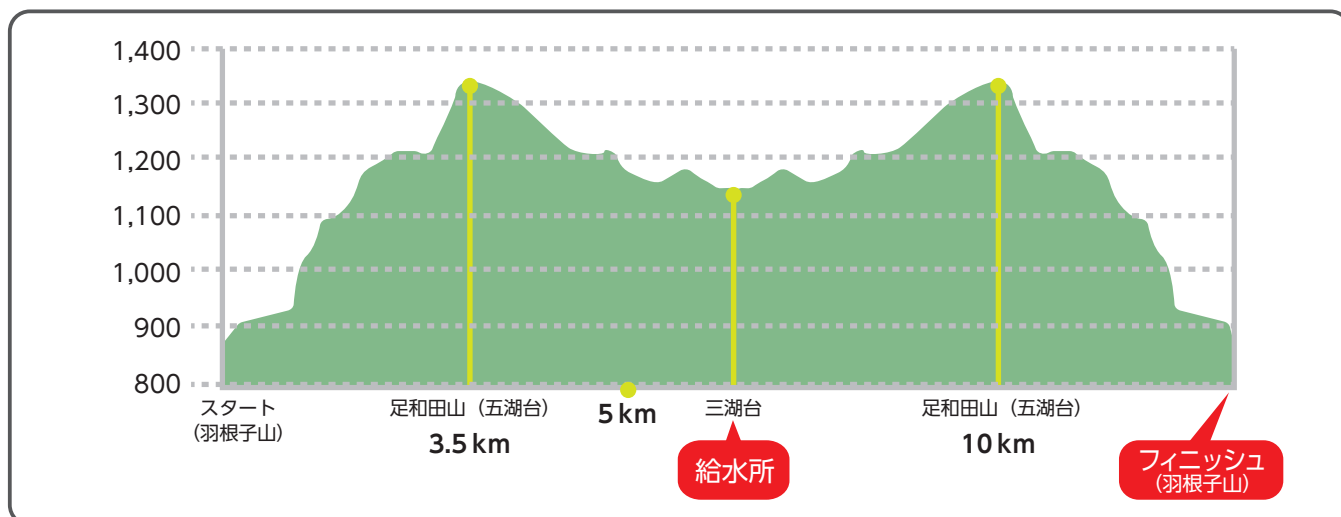
注意事項

- ・大会当日は雨天もしくは天候の急変も予想されます。各自雨天時・寒さの対策も十分に行ってください。
- ・地震・風水害・事件・事故・荒天(降雪、降雨、強風、雷等)その他の理由で、大会開催を中止・中断する場合があります。その場合の参加料返金の有無、金額等についてはその都度主催者が判断し決定します。
- ・今回のコース内には危険な悪路もなく、通常のランニングシューズでの走行も可能ですが、転倒・捻挫などの防止のため、トレイルランニング用のシューズ使用をお勧めします。
- ・大会開催中の事故による怪我等に関しては応急の処置のみ行います。必ず、救護テントに申し出てください。
- ・上記の怪我等に関しては主催者加入の傷害保険の範囲内のみの保障になります。それ以上は各自の責任で行ってください。また、健康保険証の持参をおすすめします。
- ・大会参加にあたっては十分なトレーニングを積み、健康状態に留意して参加してください。また、体調不良の際は無理せず、勇気を持って棄権するよう心掛けてください。
- ・競技続行が不可能と判断された参加者は、主催者側の判断で競技を中断させる場合があります。
- ・大会出場中の映像、写真、記事、記録のTV、新聞、雑誌、インターネットへの掲載権は主催者に属します。
- ・ゴミは原則として各自でお持ち帰りいただくようご協力をお願いします。
道の駅かつやまのゴミ箱には絶対にゴミを捨てないようにお願いします。

コースマップ



※MAP上の距離は目安となります。



5月21日の2019～2021の天候・気温

	最高気温	最低気温	平均気温	天気
2019年	20.8℃	12.7℃	16.3℃	雨
2020年	12.2℃	7.2℃	9.3℃	晴
2021年	22.2℃	16.3℃	19.4℃	小雨

！ ～この大会、そしてトレイルランをいつまでも楽しめるようにするために～

この『富士山麓ウイメンズトレイルラン』は「富士箱根伊豆国立公園」の中で行われます。このイベントへの出場を機会に富士山麓を走れるよろこび、そして自然に対する感謝の気持ちを今一度考えていただきたいと思います。これからも長く富士山麓でトレイルランが気持ち良く楽しみ続けられるよう、皆様のご協力をお願いいたします。

- ☐ 走行の際は一般登山客を優先する
- ☐ トレイル脇の植生は踏んで走らない
- ☐ 給水、補給食のゴミをコース上に絶対残さない
- ☐ トレイル脇の草花、樹木の枝を折らない、傷つけない
- ☐ ストック、杖の使用は禁止
- ☐ 異なる地域の植物の種子等を持ち込まないよう、洗浄したシューズを使用してください
- ☐ トレイルから外れての走行はしない
- ☐ つづら折り箇所のショートカットはしない

コース上の自然保護にご協力ください

本大会は、木々の茂る自然の中を走るトレイルレースであり、コースは国の自然保護地域に指定されています。樹木や草花、その他自然物を傷つけることのないよう、充分注意して走行ください。また、ゴミは必ず各自で持ち帰り、決してコース上に捨て置かないでください。美しい自然を保つため、末永い大会継続のため、ご協力くださいますようお願いいたします。



Point!

会場に着いてからスタートまでの流れ

〈STEP1〉 MAP



検温所にて、検温および誓約書を提出してください。

〈STEP2〉 MAP



ナンバーカードは着替える前にウェアの正面に安全ピンで留めておこう。できるだけ自宅からウェアを着て来ましょう！

〈STEP3〉 MAP



手荷物を預けてください。
荷札を記入台で記入し、手荷물에 付け、自分のナンバーカードの末尾番号のエリアに置いてください。

〈STEP4〉 MAP



トイレを済ませる。混雑するのでお早めに！！

〈STEP5〉 MAP



整列時間（10時15分）から、ナンバーカードに記載された番号のスタートブロックに並んでください。スタート地点までスタッフが誘導します。スタートまでマスク着用をお願いします。

※スタートは11時です。詳細はP.2をご覧ください。

新型コロナウイルス感染予防のため下記のご協力をお願いします。

富士山麓ウイメンズトレイルラン 新型コロナウイルス対策事前チェック

1 大会前までに

- ☐ 事前に大会HPの「新型コロナウイルス感染症防止特別参加規約」のご確認をお願いします。

2 来場時に

- ☐ 来場の際は、マスク着用をお願いします。
- ☐ 受付時に「新型コロナウイルス感染症についての誓約書」のご提示をお願いします。
- ☐ 来場者には全員に検温を実施します。
- ☐ 検温時に37.5℃以上の方はご参加および会場への入場をお断りさせていただきます。

3 大会中

- ☐ 走行時以外は、マスク着用にご協力をお願いします。
- ☐ スタートでは1～2mの間隔をあけて整列をお願いします。
- ☐ ソーシャルディスタンスの確保をお願いします。
- ☐ トイレご利用時は、手洗い、アルコール消毒の徹底をお願いします。

4 大会終了後

- ☐ 大会終了後は速やかに解散をお願いします。 ※同会場での打ち上げは禁止いたします。
- ☐ ゴミは各自お持ち帰りをお願いします。

来場時の検温の際、必ず提出をお願いします。

新型コロナウイルス感染症についての誓約書

！ 当日の体温が 37.5℃以上の方は、ご参加できませんので、ご了承ください。

本誓約書は新型コロナウイルス感染症の拡大を防止するため、参加者の健康状態を確認することを目的としています。本誓約書に記入いただいた個人情報については、厳正なる管理のもとに保管し、健康状態の把握、来場の可否の判断および必要なご連絡のためにのみ利用します。また、個人情報保護法等の法令において認められる場合を除きご本人の同意を得ずに第三者に提供いたしません。但し、大会会場にて感染症患者またはその疑いがある方が発見された場合に必要範囲で保健所等に提供することがあります。

☐ 個人情報の取得・利用・提供に同意する

以下、必ずご確認のうえ、チェックを入れてください。

☐ 体調について5月14日より大会当日まで以下の症状がないことを確約します

- | | |
|----------------------------------|-----------------------------------|
| 1. のどの痛み | 7. 発熱の症状がある |
| 2. 咳(せき)が出る | 8. 息苦しさがある |
| 3. 痰(たん)が出たり、からんだりする | 9. 味覚異常(味がしない) |
| 4. 鼻水(はなみず)、鼻づまりがある
※アレルギーは除く | 10. 嗅覚異常(匂いがしない) |
| 5. 頭が痛い | 11. 体温が 37.5℃以上の日があった |
| 6. 体にだるさなどがある | 12. 薬剤の服用
(解熱剤を含む上記症状を緩和させる薬剤) |

☐ 参加に際して以下の項目を遵守いたします

- 以下の事項に該当する場合は、参加の見合わせをします。
 - ・体調がよくない場合(大会当日に選手本人の体温が 37.5℃以上の発熱・咳・咽頭痛などの症状がある場合)
 - ・同居家族や身近な知人に感染が疑われる場合(5月に入り発熱や感染症状で受診や服薬等がある場合)
 - ・過去 14 日以内に政府から入国制限、入国後の観察期間を必要とされている国、地域への渡航又は当該在住者との濃厚接触がある場合
- こまめな手洗い、アルコール等による手指消毒を実施します。
- 他の参加者、主催者スタッフとの距離(できるだけ 2 m 以上)を確保します(障がい者の誘導や介助を行う場合を除く)。
- イベント中に会場やコースにおいて大きな声で会話、応援等をしません。
- 感染防止のために主催者が決めたその他の措置の遵守、主催者の指示にしたがいます。
- イベント終了後 2 週間以内に新型コロナウイルス感染症を発症した場合は、主催者に対して速やかに連絡し、同時に濃厚接触者の有無についても報告します。

本人氏名 (署名欄)	※未成年者は保護者が記入	ナンバーカード
連絡先 (電話番号)	※同上	保護者記入欄 (未成年者のみ)



- ◎走行時以外はマスクの着用をお願いします。
 - ◎ソーシャルディスタンスの確保をお願いします。
 - ◎大会2週間以内に新型コロナウイルス感染症を発症した場合、必ず大会事務局へご連絡をお願いします。
- お問い合わせ先：富士山麓ウイメンズトレイルラン 大会事務局 <friendship@ultratrailmtfuji.com>