

2023
9/24 Sun



Mikawahighland Trail running race

■大会前のお願い

公式サイトにログインして以下をご準備ください。(右 QR コード)

- ・参加証 (バス券を兼ねます) スマホのスクリーンショットまたは印刷。
 - ・駐車券 A4 サイズで印刷し、当日車の見やすい場所に掲示してください。
- ※ログインにはお申込み時のメールアドレスが必要です。

公式サイト URL/https:mikawatrail.com



駐車券がないと会場には駐車できません。
路上駐車は地域迷惑ですので絶対にお止めください。

■シャトルバス

名鉄本線 [本宿駅] 発 7:20 ~ 7:40 (最終) 所要約 70 分

■自家用車 鬼久保ふれあい広場 (MAP CODE 81 124 461) へ

■会場 (スタート、ゴール) 鬼久保ふれあい広場

(新城市作手大字白鳥字鬼久保5-21)

会場は男子大トイレが足りません。

済ませてからご来場するなどご協力をお願いします。

(工事のためシャワーは使えません。)

■ナンバーカードの受取

(9:30までに)

参加証を提示し
ナンバーカード
を受け取ってください。
(場所は体育館内です)

ナンバーカード見本



■速報/完走証

以下のサイトからご覧になれます。

速報

完走証



UP まで 30 分ほど
かかります

当日夕方以降に
UP 予定です。

■表彰式

14時頃の予定。各クラス上位3名。

■帰りの交通

シャトルバス
は13:30頃より
約60分間隔で
随時発車。
最終15:30頃予定



■ナンバーカード (ゼッケン) を胸の見やすい位置
に安全ピン等でとめてください。
(安全ピンはご持参ください。会場でもお貸しします
が数に限りがございます)

■スタート 10:00 一斉スタート

15分前になりましたらスタート枠へお入りください。
(おおよそナンバー順を目安に枠内に並んでください。)

■コースの走破 誘導マークに従って走行してください。

■エイドステーション・トイレ

3箇所 (約 6km 間隔)
(水分はご自分でもご持参ください)

■ゴール・関門

ゴールと同時に自動でタイムが計測されます
第1関門 (12km, 第2エイド) 13:00
ゴール閉鎖 14:30
(ゴール閉鎖時刻以降はコースを走れません)



オレンジ色の誘導マーク

途中棄権の場合も必ずゴール係まで連絡してください。
連絡なき場合、行方不明として山狩り捜索します。
コース内にゴミ・PET ボトル等を捨てないでください。

電子タグの取扱い

受け取り

参加証を提示し、ご自分のナンバー
カード (ゼッケン) をお受け取りく
ださい。電子タグはナンバーカード
に縫い付けられています。



電子タグ

装着

胸に安全ピンでしっかりと
留めてください。安全ピン
はご用意ください。



スタート枠入場



スタート枠
入場時に
電子タグを
読取ります。



フィニッシュ



電波で自動的に計測されます

返却

ゴール後ただちに
電子タグのみ回収
します。

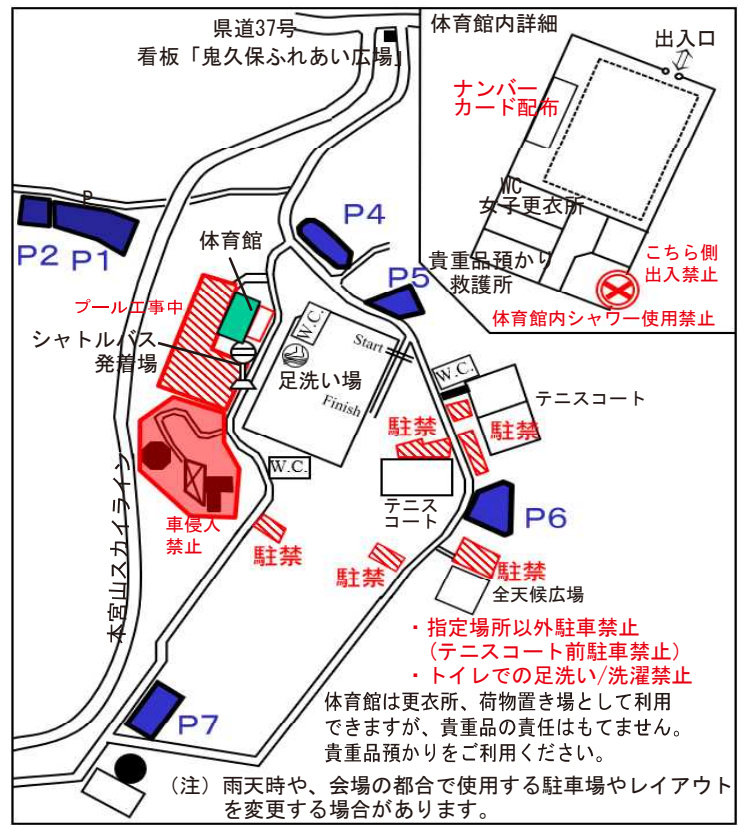
ナンバーカードごと
電子タグを紛失した
場合は実費2000円
を申し受けます。

■重要注意事項

- ・係員の指示に従わなかった者、他の参加者に危害を与えた者、その他不正を行った者は、競技を中断させ、次回からの参加も禁止します。
 - ・体調が悪い場合、途中で体調が悪くなった場合、自己責任で競技を中断し決して無理をしないでください。
- レース中の事故については応急処置、救急機関への連絡などは行いますが、それ以外の責任は負いません。

会場レイアウト（鬼久保ふれあい広場）

交通・会場



公共交通機関

名古屋・豊橋方面から名鉄名古屋本線で本宿駅⇒シャトルバス
本宿駅には快速特急、特急は止まりません。

シャトルバス

本宿駅前ロータリから発車。7:20～7:40（最終）
当日、お車の故障などで急きよバスをご利用される場合は、
バス停スタッフにお申し出ください。
（参加証をご提示ください。後日バス料金を徴収いたします）

自家用車

新東名高速「新城IC」から国道151⇒国道301号線（約50分）
新東名高速「岡崎東IC」から国道473⇒国道301号線（約60分）
会場駐車場には事前発行の駐車券が必要です。
（駐車券に指示のある駐車場に停めてください）
テニスコート、グラウンドゴルフ、ペンション前は駐車禁止。
（バイク、自転車は体育館裏の駐車エリアに停めてください）

レース

自動読み取り式電子タグ

自動読み取り式電子タグによるタイム計測を行います。ナンバーカードに縫い付けた状態で当日、スタート前にスタート券と引き換えに配布します。競技中はナンバーカードを胸に装着してください。ゴール後、電子タグのみ回収します。計測は電波によって自動で行われ、参加者はタッチなどの操作を行う必要はありません。

トレイルランニングレースの特徴

トレイルランニングは、ロードとは違う自然環境を走る競技です。本大会のコースは主に林の細い小道を辿り全体的に緩やかなアップダウンのルートです。緩やかといってもロードと比べれば勾配はきついです。コース中にかけて木材搬出や炭焼きに使われたと思われる「旧道」や動物しか通らないような路面のやわらかい「道なき道」一部下草（笹）が生えている区間、倒木もあります。そのため、捻挫防止のために足首をテーピングすることが望まれます。また通常のランニングシューズではなくしっかりしたグリップ力のあるソールをもつトレイルランニング用のシューズをお勧めします。数はありませんが、下草が生えている場所があるので、靴下はくはくはでなく、すね中央までのものをお勧めします。
この時期はまだ蜂が活動します。蜂は黒い物に向かってきますので、白っぽい帽子などを着用されることをお勧めします。また、振動、音などに反応しますので、手で振り払ったりせず、静かに遠ざかってください。

コース走破上の注意

車の通行のある道路を4回横断します。第1の横断および第4の横断では1時間あたり20台ほどの交通量があります。係員の指示に従い注意して横断してください。車が通過するまで、停止をお願いした場合は指示に従ってください。コースが登りで幅が狭い区間があります。また一部往復となる区間があります。前の参加者を追い抜く場合は、必ず一声かけて右側から。抜かれる参加者は左側によけて道を譲りましょう。

エイドステーション

エイドステーションでは水とスポーツドリンク、食料（パン等）を提供します。飲食物は人数分用意しますが、あくまでも競技途中の補給食であり、後続ランナーへも配慮してお取りください。ゴミ箱を用意します。ゴミなどは必ずゴミ箱に捨てコース上に廃棄しないでください。トイレは、各エイドおよび会場にあります。

リタイア

競技を続行できなくなった場合も、移動可能な場合には、いずれかのエイドステーションまで自力で到着し、その後は係員の指示に従ってください。また自力で移動できなくなった場合は、コースからははずれず、最後尾を走る係員（スイーパ）または途中にいる誘導係員にその旨申し出て指示にしたがってください。
レース中、自力では動けない参加者、その他重大な状況（意識がない、出血等）にある参加者がいた場合、救助を優先して下さるようお願いいたします。同時に、近くの誘導員までお知らせください。

コース図、プロフィール概要図は、Webに掲載しております。URL <http://mikawatrail.com>

ただし、誘導マーカなしでの試走は道に迷う危険があり、地域住民への迷惑行為になりますので絶対お止めください。

サービス

- 安全ピン ナンバーカード（ゼッケン）を装着する安全ピンは各自お持ちください。貸出もしますが数に限りがあります。
- 速報 成績速報はWebで行います。完走証もWebにて発行します。
速報URL：<https://hashiru-do.jp/mikawatrail/result/>（フィニッシュ後UPまで30分ほどかかります）
完走証URL：https://www.wsresult.com/Results/2023/20230924_03/diploma/（当日夕方よりUP予定）
- 成績表 成績表はWebで発表します。必要な方はダウンロードして印刷してください。
- 写真 大会の様子を撮影しレース後Web等で公開する場合があります。なお、個人別写真の有料サービスはありません。
- 貴重品 本部にて受付。お預かり、返却にはナンバーカード（ゼッケン）が必要です。
- その他 会場プール工事中のためシャワーが使えません。また軽食・用品販売、スポーツマッサージはありません。表彰式の間にお楽しみ抽選会を行う場合があります。（確定ではありません）

注意事項

- ・競技続行が不可能と判断された参加者は、係員が競技を中止させる場合があります。
- ・大会会場、コース、駐車エリアは禁煙です。
- ・食料などの装備品については特に制限をしませんので各自判断して持参してください。ただしストック杖は禁止します。
- ・大会中の映像、写真、記事等のテレビ、新聞、雑誌、インターネット等への掲載権は主催者に属します。
- ・台風の接近・南海トラフ地震情報発令などで当日のレース実施、参加者の帰宅困難などが予想される場合は、前日の午後6時までに中止を発表します。Webにて発表（<http://mikawatrail.com>）およびメールでお知らせします。
- ・当日、レース直前あるいは開始後であっても、局地的集中豪雨などでレースを中止することがあります。
- ・大会中止の場合でも、参加料は返金しません。バス代金は後日返金いたします。参加賞は後日お送りします。

お問合せ

前日まで 三河高原トレイルランニング大会実行委員会 info@mikawatrail.com メールでお問合せください。
当日 050-3576-0909（しんたい）まで