

例幣使みち

京都～日光 570km

ジャーニーラン

2026

日光東照宮の例祭に派遣される例幣使の制度は、正保3年(1646年)に始まったと言われている。

例幣使にとって、日光へ出向くことは大変な道中であったことから、一刻も早く行って奉幣を済ませて帰りたいという心理があり、また道中で江戸を経由することになると幕府への挨拶など面倒も多かったため、東海道ではなく内陸の中山道経由で日光に向かうのが慣習であった。

例幣使が京都から日光まで辿った遥かなる道筋、すなわち中山道～日光例幣使街道～壬生街道～日光街道をつないだ 570km に及ぶ歴史の道の大きな浪漫。令和の世に例幣使が甦る。

2026年4月29日(水・祝)～5月9日(土)

主催／**スポーツエイド・ジャパン**
運営協力／**スポーツエイド・ジャパン関西 例幣使みち研究会**

「例幣使みち・京都～日光 570km ジャーニーラン2026」 開催要項

《開催期間》

2026 年 4 月 29 日（水・祝）～5 月 9 日（土）

《種目》

ジャーニーラン

①Full ステージ（一斉スタート）……………京都～日光 570km

②1st ステージ……………近江～美濃編／京都～中津川 207km

③2nd ステージ……………信州編／中津川～軽井沢 189km

④3rd ステージ……………上州～下野編／軽井沢～日光 175km

⑤1st+2nd ステージ……………近江～美濃～信州編／京都～軽井沢 395km

⑥2nd+3rd ステージ… 信州～上州～下野編／中津川～日光 363km

《参加資格》

◆Full ステージは 2023 年 3 月以降に 200km 以上の夜間走を含むウルトラマラソン / ジャーニーラン完走経験、1st、2nd、3rd ステージは 2023 年 3 月以降に 120km 以上の夜間走を含むウルトラマラソン / ジャーニーラン完走経験、1st+2nd、2nd+3rd ステージは 2023 年 3 月以降に 140km 以上の夜間走を含むウルトラマラソン / ジャーニーラン完走経験、またはそれらに準じる経験があること

◆地図が読めること

◆主催者が定めるルール（注意事項等）、マナーを厳守できること

◆大会当日の年齢が 20 歳以上であること

《記録》

各自、大会専用フォームに入力

《完走証》

後日、Web 発行

《完走賞》

Full ステージ完走者にメダル

《参加料》

■Full ステージ……………6,200 円

■1st、2nd、3rd ステージ……………2,600 円

■1st+2nd、2nd+3rd ステージ……………3,200 円

《参加賞》

スポーツエイド・ジャパン オリジナル日本てぬぐい（予定）

《定員》

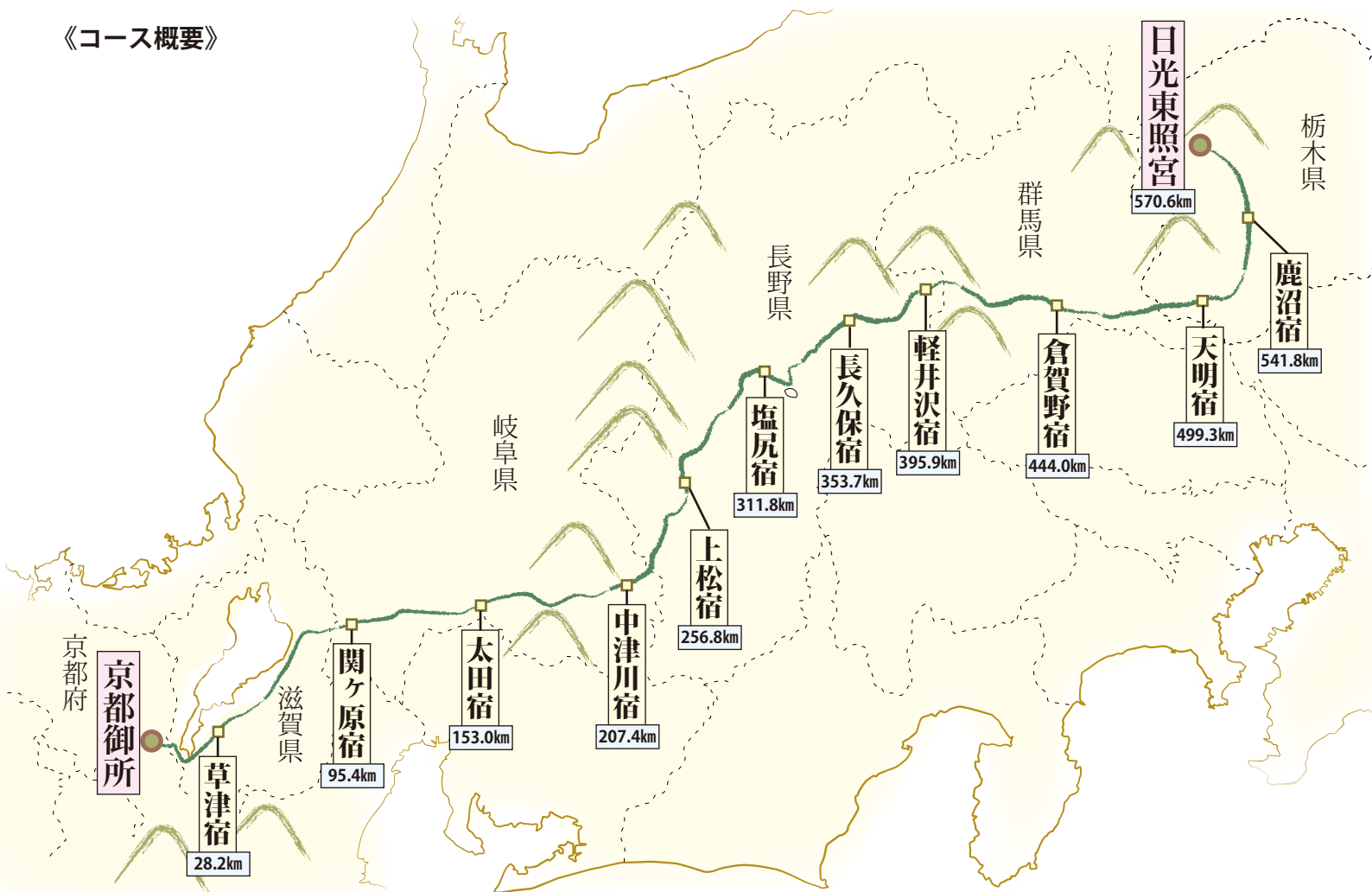
■Full ステージ 30 名 ■その他ステージ計 30 名

《スケジュール》

■Full ステージ……………4 月 29 日（水・祝）7 時～受付、説明会 8 時スタート（一斉）※その時刻スタートの限りではありませんが、記録は 29 日 8 時スタートでの計測となります。
5 月 9 日（土）8 時ゴール閉鎖（制限時間 240 時間）

■1st、2nd、3rd、1st+2nd、2nd+3rd ステージ……………4 月 29 日（水・祝）9 時以降、各自の都合でスタートできます
5 月 9 日（土）8 時ゴール閉鎖（制限時間は各ステージとも最大で 239 時間）

《コース概要》



《コース&チェックポイント》

※全行程にわたって、現存する往時の道筋（旧道）をほぼトレースするコースで、チェックポイントは全宿場＋鳥居峠、和田峠、碓氷峠の計 78 カ所（1st 25 カ所、2nd 28 カ所、3rd 25 カ所）

※コース中にオフィシャルエイドステーションの設置はありません。

1st

京都御所建礼門（スタート）～ 1 大津宿～ 2 草津宿～ 3 守山宿～ 4 武佐宿～ 5 愛知川宿～ 6 高宮宿～ 7 鳥居本宿～ 8 番場宿
～ 9 醒井宿～ 10 柏原宿～ 11 今須宿～ 12 関ヶ原宿～ 13 垂井宿～ 14 赤坂宿～ 15 美江寺宿～ 16 河渡宿～ 17 加納宿～ 18 鷯
沼宿～ 19 太田宿～ 20 伏見宿～ 21 御嶽宿～ 22 細久手宿～ 23 大湫宿～ 24 大井宿～ 25 中津川宿

2nd

26 落合宿～27 馬籠宿～28 妻籠宿～29 三留野宿～30 野尻宿～31 須原宿～32 上松宿～33 福島宿～34 宮ノ越宿～35 戴原宿～36 鳥居峠(標高 1197m)～37 奈良井宿～38 贄川宿～39 本山宿～40 洗馬宿～41 塩尻宿～42 下諏訪宿～43 和田峠(標高 1531m)～44 和田宿～45 長久保宿～46 芦田宿～47 望月宿～48 八幡宿～49 塩名田宿～50 岩村田宿～51 小田井宿～52 追分宿～53 沓掛宿

3rd.....

54 軽井沢宿～ 55 碓氷峠（標高 1190m）～ 56 坂本宿～ 57 松井田宿～ 58 安中宿～ 59 板鼻宿～ 60 高崎宿～ 61 倉賀野宿～
62 玉村宿～ 63 五料宿～ 64 柴宿～ 65 境宿～ 66 木崎宿～ 67 太田宿～ 68 八木宿～ 69 築田宿～ 70 天明宿～ 71 富田宿～ 72
栃木宿～ 73 合戦場宿～ 74 金崎宿～ 75 楡木宿～ 76 鹿沼宿～ 77 文挾宿～ 78 今市宿～日光東照宮（ゴール）

《エントリー》

スポーツエントリー <https://www.sportsentry.ne.jp> からのみとなります。

※先着順にて受理、定員になり次第締切となります。

エントリー期限／3月31日(火)

《注意事項》

- 交通法規を遵守し、安全第一で進んでください。
- 自身の体力・走力に見合ったスケジュールで計画を立てた上でご参加ください。
- 必ずしも主催者が設定したコース通りにたどらなくてもよいことにしますが、各チェックポイントは必ず通過してください。不通過チェックポイントがあったり、乗り物による移動があった場合は完走となりません。
- チェックポイント・ゴール地点に主催者側のスタッフはいませんので、各チェックポイント到着時間、およびゴール時間は大会専用フォームに必ず入力してください。
- 何らかの事情でコース途中のある地点から逆戻りしたり、離れた場合は、その地点まで乗物を利用して戻ることができません。
- リタイヤする場合やアクシデントがあった場合は、速やかに主催者に連絡してください。
- すべての荷物を背負って走るようになりますが、専属のサポーターをつけることもできます。
- コースには未舗装の登山道の峠越えもありますので、それに見合った装備、行動を心がけてください。
- 大会中に主催者と連絡をとりあう場合がありますので携帯電話は通話可能な状態で臨んでください。
- 主催者はコース上の休憩、宿泊施設の案内、斡旋はいたしませんので、それらの確保は参加者自身で行ってください。
- 自然災害や道路工事等により、定めたコースを大幅に変更せざるをえない場合は、状況に応じて迂回してください。その場合も主催者に連絡してください。
- 夜間の移動は昼間以上に交通事故等の危険が高まりますので、できれば避けてください。それでも日没以降の移動となってしまった場合は、ライト、反射灯など装備を充分にして安全に努めてください。

《問合せ先》

NPO法人スポーツエイド・ジャパン内 大会事務局

〒350-0455 埼玉県入間郡毛呂山町阿諏訪1221

TEL／049-294-5603、080-5085-5603 FAX／049-298-7788

Email info@sportsaid-japan.org URL <http://sportsaid-japan.org/>