

520 km

日本横断  
ステージ

255 km

千曲川～信濃川  
ステージ

第12回

# フルトレイ 道の

# 日本横断



2016

4/30  
(土)

5/5  
(木・祝)

主催 スポーツエイド・ジャパン

運営協力 武蔵ウルトラマラソンクラブ  
チーム凰 チーム★リスペクト

瀬田 晃さんの思いを日本海に。

交通ルールを守ろう

飲酒運転根絶

# 第12回日本横断「川の道」フットレース

2016年4月30日(土)～5月5日(木・祝)

## 日本横断ステージ

520km

4/30(土) 9:00 東京都葛西臨海公園駅前 START

## 千曲川～信濃川ステージ

255km

5/3(火・祝) 11:00 長野県小諸市 START

※265kmの部(荒川～千曲川ステージ)はありません

### 「川の道」

とは太平洋(東京湾)から日本海(新潟市)までを結ぶ道です。日本を代表する大河、荒川(173km)と信濃川(長野県内では千曲川:367km)は、山梨県(甲州)、埼玉県(武州)、長野県(信州)の三国境に鎮座する甲武信岳によって、水流の行き先をそれぞれ太平洋と日本海に分けられています。荒川を太平洋から上流へと遡上し、甲武信岳北側の三国峠(海拔1,828m)を越えて信濃川沿いに日本海へと続く道を私たちは「川の道」と呼ぶことにしました。

海から山へ、そして山から海へと2つの大河の生涯をたどる「川の道」は森羅万象の息吹すら感じられる道でもあります。荒川と信濃川の総延長に近い距離520kmを東京、埼玉、長野、新潟の1都3県をまたいで走り抜く、壮大でロマンあふれる「日本横断ステージ」のほか、「小諸なる古城のほり雲白く遊子かなしむ」と文豪・島崎藤村が詠んだ詩情の町・小諸市からスタートして日本海に抜ける「千曲川～信濃川ステージ255km」の部もあります。

#### 開催形式

■スタートからゴールまでを1ステージとします。ただし、主催者が定める場所3ヶ所(255kmの部は1ヶ所)で各々2時間以上、計6時間(255kmの部は2時間)以上の休憩をとらなければなりません。

#### コース

■東京湾・荒川河口(葛西臨海公園)～荒川遡上(戸田～熊谷～秩父～川又)～三国峠(中津川林道)～信濃川下降(梓山～小諸255kmの部スタート～長野～長岡)～新潟市・日本海海岸～新潟市「ホンマ健康ランド」(全長520km)

#### 制限時間

■520kmの部:132時間 ■255kmの部:58時間

#### 表彰

■日本横断ステージ1位～6位、千曲川～信濃川ステージ1～3位 日本横断ステージ完走者全員に完走賞

#### 参加資格

- ①520kmの部は200km以上、255kmの部は140km以上のウルトラマラソンを2012年9月以降に完走した経験があること。
- ②4月29日の競技説明会(255kmの部は5月3日の競技説明会でも可)に出席できること。
- ③20歳以上であること。

#### 参加賞

■オリジナルポロシャツ他

#### 参加料

- 520kmの部:3,600円/レストポイント3ヶ所の宿泊・休憩料、オフィシャルエイドでの飲食代、傷害保険料を含む
- 255kmの部:1,800円/レストポイント(1ヶ所)の宿泊・休憩料、オフィシャルエイドでの飲食代、傷害保険料を含む

#### 募集定員

■520kmの部:120名、255kmの部:40名

### 【注意事項】

- 主催者が設定したコースを忠実にたどり、各チェックポイントで正確に到着時刻をチェックシートに記入してください。コースを外れた場合は、必ず外れた地点まで戻って(戻る際は乗り物を利用して可)レースに復帰してください。コース通りにたどらない場合は失格となります。
- 主催者が定めるレストポイント、520kmの部は170.2km地点「こまどり荘」、264.7km地点「小諸グランドキャッスルホテル」、398.5km地点「鹿渡館」の計3ヶ所で各々2時間以上、計6時間以上、255kmの部は133.8km地点「鹿渡館」で2時間以上の休憩を必ずとってください。
- ランナーは、レースに必要なものをすべて背負って走ってください。走行に不要な荷物は各レストポイント、ゴールポイントに搬送しますので、各々の場所での荷物の受け渡しが可能です。
- レース中、ランナーと主催者の間で連絡をとり合う必要が生じる場合もありますので、必ず携帯電話を持って通話可能な状態でレースに臨んでください。
- 自動車の通行量の多い道路もあります。交通法規を遵守し、夜間のライト、反射材の装着等、安全を最優先に走行してください。
- 主催者による選手の収容はありません。リタイヤする場合は、各自で事前に交通機関等を確認した上で移動してください。
- レース中、主催者の指示に従わない、また安全走行ができていないと主催者が判断したランナーは失格とします。

## 申込方法 2016年大会のエントリー方法は次のようになりました

下記の要領にしたがって、所定の申込書(コピー可)に必要な事項をすべて記入のうえ、郵送、またはFAX(049-298-7788)にてお申込みください。なお、FAXの場合は送信後、電話にて着信をご確認ください。また、スポーツエイド・ジャパン公式サイトから申込書をダウンロードし、それに必要な事項をすべて書き込みのうえ、Eメール(info@sportsaid-japan.org)にて申込みすることも可能です。

### ■520kmの部 1次募集

**A 優先エントリー**… 本大会 520km の部歴代優勝者、前回(第11回)大会 520km の部男子 8 位以内、および女子 2 位以内、エントリー期限 265km、255km の部各 3 位以内でゴールされた方、前回の一般エントリーで抽選に外れた方のエントリーとなり。参加料は 12 月 18 日までに下記口座に送金ください。参加料の受領をもって正式エントリーとなります。入金の確認ができない場合はキャンセル扱いとなります。

**B 優先エントリー**… A 優先エントリー者を除く本大会 520km の部完走経験者(永久ナンバーカード取得者)で、2012 年 9 月以降に 200km 以上のウルトラマラソンの完走経験がある方、および前回大会 520km の部で 265km 以上走破された方、265km、または 255km の部を完走された方のエントリーとなります。なお、エントリー数が募集定員(120 - A 優先エントリー受領者数)を超えた場合は厳正なる抽選(抽選日: 12 月 22 日)になることをご了承ください。参加料は参加確定後の送金となります。大会事務局からの連絡があるまで、送金しないでください。

### ■520kmの部 2次募集

1次募集で募集定員に達しなかった場合に実施します。なお、募集方法、期間、人数等、詳細については 12 月 22 日以降にスポーツエイド・ジャパン公式サイト(<http://sportsaid-japan.org/>)にて発表します。2次募集においては、本大会 520km の参加資格を満たしていればどなたでもエントリーできます。

### ■255kmの部

**優先エントリー**… 本大会 520km の部歴代優勝者、前回(第11回)大会 520km の部男子 8 位以内、および女子 2 位以内、エントリー期限 265km、255km の部各 3 位以内でゴールされた方、前回の一般エントリーで抽選に外れた方のエントリーとなります。参加料は 12 月 18 日までに下記口座に送金ください。参加料の受領をもって正式エントリーとなります。入金の確認ができない場合はキャンセル扱いとなります。

**一般エントリー**… 本大会 255km の参加資格を満たしていればどなたでもエントリーできます。また、520km の部 B 優先エントリー枠で抽選に外れた方も再エントリーできます。なお、エントリー数が募集定員(40 - 優先エントリー受領者数)を超えた場合は厳正なる抽選(抽選日: 12 月 29 日)になることをご了承ください。参加料は参加確定後の送金となります。大会事務局からの連絡があるまで、送金しないでください。

### 送金先

- 郵便局の払込取扱票による郵便振替  
口座記号番号 00100-3-666815 加入者名 スポーツエイド・ジャパン
- 銀行等、他の金融機関からの振込み  
ゆうちょ銀行〇一九(ゼロイチキュウ)店 当座 0666815 加入者名 スポーツエイド・ジャパン  
※〇一九(ゼロイチキュウ)店は支店名一覧の「サ行・セ」のなかにあります。

### 問合せ先

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

Eメール info@sportsaid-japan.org <http://sportsaid-japan.org/>

## 大会日程

	520kmの部	255kmの部	
4/29 (金・祝)	13:00~13:30 受付	13:30 開会式・競技説明会	東京都中央区 綿商会館
4/30 (土)	7:30~8:00 出走確認 9:00 スタート	● ● ● ●	東京都江戸川区 JR京葉 葛西臨海公園駅前
5/1 (日)	21:00 第1 関門閉鎖		埼玉県秩父市 こまどり荘
5/2 (月)			
5/3 (火・祝)	0:00 第2 関門閉鎖	9:30~受付(出走確認)10:00~競技説明会 11:00 スタート	長野県小諸市 小諸グランドキャッスルホテル
5/4 (水・祝)	14:00 第3 関門閉鎖	14:00 関門閉鎖	新潟県津南町 鹿渡館
5/5 (木・祝)	21:00 ゴール閉鎖	21:00 ゴール閉鎖	新潟県新潟市 ホンマ健康ランド

# 川の道

## チェックポイント (CP)

※ASはオフィシャルエイドステーション設置場所

**START** 東京都江戸川区 JR京葉線 葛西臨海公園駅

(520kmの部スタート)

- CP1 38.0km 埼玉県戸田市 彩湖畔(AS)
- CP2 49.6km 埼玉県さいたま市 サイクリング道路 新上江橋東側
- CP3 65.6km 埼玉県吉見町 サイクリング道路 桜堤公園入口(AS)
- CP4 74.5km 埼玉県鴻巣市 大芦橋南西側
- CP5 86.7km 埼玉県熊谷市 国道17号、140号交差点(警察署前交差点)
- CP6 108.5km 埼玉県寄居町 波久礼駅前T字路(AS)
- CP7 129.8km 埼玉県秩父市 国道140号、299号交差点(上野町交差点)
- CP8 159.0km 埼玉県秩父市 中津川方面分岐点
- CP9 170.2km 埼玉県秩父市中津川「こまどり荘」

(520kmの部第1 関門・レストポイント・AS)

- CP10 188.5km 埼玉・長野県境 中津川林道 三国峠
- CP11 218.2km 長野県南牧村 国道141号 市場交差点
- CP12 257.0km 長野県佐久市 国道141号 長土呂東交差点
- CP13 264.7km(0km)長野県小諸市「小諸グランドキャッスルホテル」

(520kmの部第2 関門・レストポイント、255kmの部スタート)

- CP14 283.5km(18.8km)長野県上田市 上田城跡入口(AS:255kmの部のみ)
- CP15 308.1km(43.4km)長野県長野市 国道18号線 篠ノ井橋北詰
- CP16 321.0km(56.3km)長野県長野市 善光寺
- CP17 336.3km(71.6km)長野県豊野町 浅野交差点
- CP18 353.3km(88.8km)長野県飯山市 北陸新幹線・JR飯山線 飯山駅前
- CP19 398.5km(133.8km)新潟県津南町「鹿渡館」

(520kmの部第3 関門、255kmの部関門・レストポイント・AS)

- CP20 427.2km(162.5km)新潟県小千谷市 魚沼橋南詰
- CP21 445.1km(180.4km)新潟県小千谷市 越の大橋西詰
- CP22 457.7km(193.0km)新潟県長岡市 大手通交差点
- CP23 481.1km(216.4km)新潟県三条市 三条大橋南詰
- CP24 508.5km(243.8km)新潟県新潟市 大野大橋南詰
- CP25 516.3km(251.6km)新潟県新潟市 日本海海岸(関谷分水路口)

**GOAL** 520.0km(255.3km)新潟県新潟市「ホンマ健康ランド」



## 開会式・受付会場

### ■綿商会館

東京都中央区日本橋富沢町8-10

## レストポイント

### ■こまどり荘

埼玉県秩父市中津川1447  
TEL/0494-56-0100

### ■小諸グランドキャッスルホテル

長野県小諸市古城1-1-5  
TEL/0267-22-8000

### ■鹿渡館

新潟県中魚沼郡津南町三箇甲2389-1  
TEL/025-763-2561

## ゴールポイント

### ■ホンマ健康ランド

新潟県新潟市美咲町2-1-41  
TEL/025-283-4126

- 参加者には4月中旬に大会プログラム、コースマップをご送付いたします。
- コース上、CPでの誘導はありません。事前に各自でコースを入念に確認して大会に臨んでください。
- 道路環境により、コースを変更する場合があります。

# 荒川ジャーニーラン 2016

日本横断「川の道」フットレース試走会

# 3/19~20 (日)

詳細は別紙/パンフレットをご参照ください。