

2017.7.15(土)~17(月・祝)



第2回
みちのく
津軽
ラン



250K / 200K

MICHINOKU TSUGARU JOURNEY RUN

「じゃわめぐ」とは、津軽の方言で「血が騒ぐ」という意味をもつ。本州北端の地・津軽の冬は厳しく長い。それでも、やがて春が訪れ、夏がめぐる。津軽の夏の夜空を焦がす「ねふた(ねふた)祭」。長い冬の間、寡黙であった津軽の民の多くが、自らも熱く燃え上がる夏祭を前にじゃわめぐ。そして、津軽平野の稲もりんごも夏の光を浴びてじゃわめぐ。そんな時季の津軽は躍動感にあふれ、実に素敵だ。じゃわめぐ津軽の旅が、また始まる。

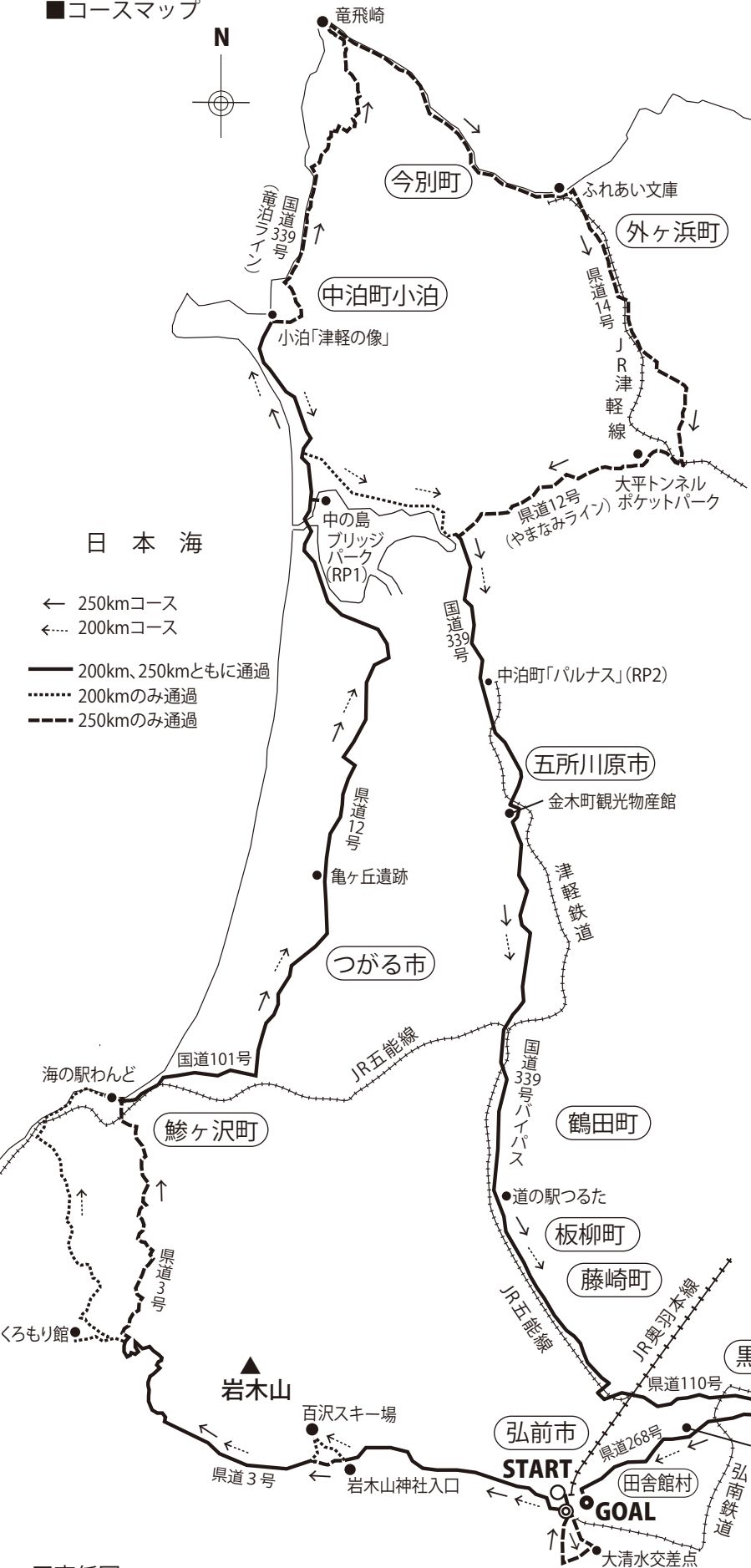
主催：NPO 法人 スポーツエイド・ジャパン

第2回 みちのく津軽ジャーニーラン 250K 200K

開催日：2017年7月15日(土)～17日(月・祝)

種目	250km、200km ジャーニーラン
受付 開会式・競技説明会 交流会	7月15日(土) 15時30分～16時 会場：弘前市笹森記念体育館(弘前市大字下白銀町2-1) 16時～17時30分 17時30分～19時30分
スタート	250km：7月15日(土) 20時 弘前公園追手門 200km：7月16日(日) 5時 弘前駅前公園
ゴール	さくら野百貨店/ホテルリコルソ弘前(弘前市城東北3-10-1 TEL 0172-29-2251) 7月17日(月) 20時 ゴール閉鎖(制限時間 250km：48時間 200km：39時間) ※ホテルリコルソ弘前内の温泉に入浴できます。(入浴時間 8：00～23：00)
表彰	各種目 男女別 1～3位
記録計測	自動計測(計測用バンドを身につけて走行してください)
記録証	当日発行
参加資格	①大会当日の年齢が20歳以上であること ②2014年7月以降のウルトラマラソン大会で250kmの部は140km以上、200kmの部は70km以上の走破経験があること。 ③地図が読めること ④7月15日の開会式・競技説明会に出席できること
参加賞	大会記念オリジナルTシャツ、津軽特産物(予定)
参加料	250km：21,000円 { 7月15日の交流会費、エイドステーションでの飲食料、レストポイント、ゴール } 200km：18,000円 { での休憩料、白神の森遊山道入場料(200kmのみ)、資料代、傷害保険料等を含む }
募集定員	250km：80人 { 200kmの部は先着順に受け付けます。250kmの部(定員80名)は本大会前回完走者を優先受け付けします。 } 200km：180人 { 定員を超えた場合は80人から優先エントリー者数を引いた分を一般エントリー者から抽選にて選出します。なお、抽選に外れても希望すれば200km(200km一般エントリーを含めた先着順)に参加できます。 }
申込方法	①インターネット(スポーツエイド・ジャパン公式サイト http://sportsaid-japan.org/)申込み ②専用申込書による申込み 参加申込書に必要事項を記入のうえ、大会事務局まで郵送かFAX(049-298-7788)にてお送りください。 参加料は下記口座宛にご送金ください。申込書と参加料の受領をもって正式エントリーとします。 ※250kmの部一般エントリーされた方は出場が決定するまでご送金しないようお願いいたします。 ■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。
申込期間	250km：2月1日～2月9日(水)必着 200km：2月1日～5月31日(水)必着
大会事務局	〒350-0455 埼玉県入間郡毛呂山町阿諏訪1221 スポーツエイド・ジャパン内 電話 049-294-5603、080-5085-5603 FAX 049-298-7788 E-mail info@sportsaid-japan.org U R L http://sportsaid-japan.org/
大会専用 ホームページ	http://sportsaid-japan.org/tsugaru-jr/ 宿泊案内、お知らせ等、随時アップします。

■コースマップ

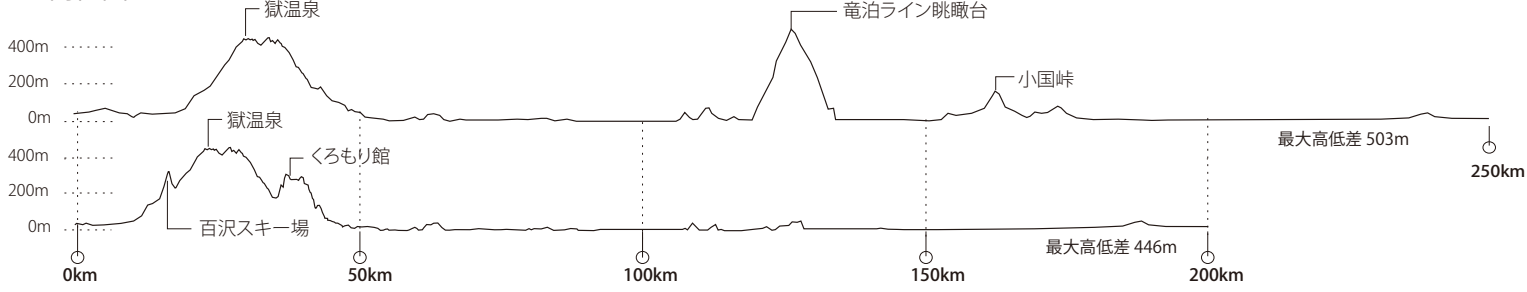


日本海

← 250kmコース
←····· 200kmコース

—— 200km、250kmともに通過
····· 200kmのみ通過
- - - 250kmのみ通過

■高低図



250km コース

弘前公園追手門～弘前市内巡り～県道3号～鱒ヶ沢港～亀ヶ岡遺跡～十三湖・中の島ブリッジパーク～小泊「小説津軽の像記念館」～竜飛崎～今別役場前～小国峠～やまみライン～中泊町文化センター「パルナス」～金木「斜陽館」～五所川原市街地～国道339号線（鶴田町～板柳町～藤崎町）～黒石市街地～田舎館村（田んぼアート）～弘前市「さくら野百貨店 / ホテルリコルソ弘前」

200km コース

JR 弘前駅前～弘前公園～岩木山麓～白神の森～鱒ヶ沢港～亀ヶ岡遺跡～十三湖・中の島ブリッジパーク～小泊「小説津軽の像記念館」～中泊町文化センター「パルナス」～金木「斜陽館」～五所川原市街地～国道339号線（鶴田町～板柳町～藤崎町）～黒石市街地～田舎館村（田んぼアート）～弘前市「さくら野百貨店 / ホテルリコルソ弘前」

注意

■コース上に誘導員はいません。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（戻の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。

■走行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ゴール地点に搬送します。また、レストポイント(RP)1のみ着替え、補給食等を置くことが可能です。レストポイント(RP)1、2で休憩することができます。

■大会中、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、必ず携帯電話を通話可能な状態にして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、安全最優先で走行してください。

■夜間、街灯のない区間もあります。ライト、反射材の装着を充分にしてください。予備のライト、電池も必携です。

■主催者による選手の収容はありません。途中リタイヤも想定して、事前に交通機関等を確認しておいてください。

■主催者の指示に従わない、また安全走行ができていない等のランナーは主催者の判断で失格とします。

※参加者には大会約2週間前に詳細なコースマップ、大会プログラム等をお送りします。

■チェックポイント／距離／関門

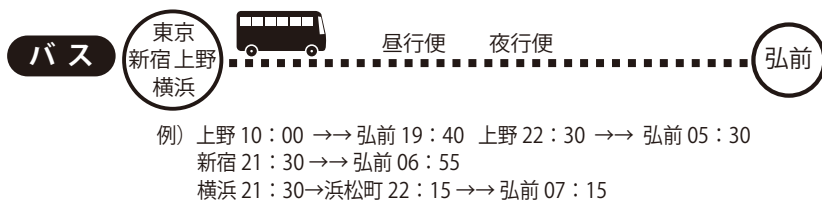
250km			
名称	距離 km	CP間距離 km	関門時刻
START 弘前公園追手門	0	0	15日 20:00 (スタート)
弘前公園亀甲門口	1.2		
弘前駅前	3.7		
1. 大清水交差点	6.7	6.7	
弘前大学前	10.2		
2. 岩木山神社入口	23.9	17.2	
県道3／190分岐点	42.9		
3. 海の駅わんど	57.7	33.8	5:00 (16日)
県道12号線分岐	65.4		
4. 亀ヶ岡遺跡	77.2	19.5	8:30
5. 中の島 (RP1)	99.4	22.2	12:30
6. 小泊 津軽の像	110.5	11.1	15:30
7. 竜飛崎	135.0	24.5	20:30
8. ふれあい文庫	151.9	16.9	23:30
9. ポケットパーク	169.9	18.0	3:30 (17日)
国道339／県道12合流	182.0		
10. 中泊町「パルナス」(RP2)	190.6	20.7	7:30
11. 金木町観光物産館	198.5	7.9	10:00
12. 道の駅つるた	217.8	19.3	14:00
国道7号線交差点	228.9		
13. 松の湯交流館	239.2	21.4	18:00
14. 田舎館役場前	244.0	4.8	
GOAL さくら野百貨店	250.0	6.0	20:00

200km			
名称	距離 km	CP間距離 km	関門時刻
START 弘前駅前公園	0	0	16日 5:00 (スタート)
弘前公園追手門	2.2		
弘前公園亀甲門	3.6		
岩木橋	5.1		
岩木山神社入口	15.1		
岩木山神社	15.4		
1. 百沢スキー場	16.5	16.5	
県道3号合流点	17.8		
嶽温泉	23.6		
県道3／190分岐点	35.7		
くろもり館分岐点	39.4		
2. くろもり館	40.0	23.5	
遊山道經由くろもり館	42.2		
3. 海の駅わんど	59.8	19.8	15:10
県道12号線分岐	67.5		
4. 亀ヶ岡遺跡	79.3	19.5	19:00
5. 中の島 (RP1)	101.5	22.2	0:20 (17日)
6. 小泊 津軽の像	112.6	11.1	3:30
国道339／県道12合流	132.0		
7. 中泊町「パルナス」(RP2)	140.6	28.0	7:30
8. 金木町観光物産館	148.5	7.9	10:00
9. 道の駅つるた	167.8	19.3	14:00
国道7号線交差点	178.9		
10. 松の湯交流館	189.2	21.4	18:00
11. 田舎館役場前	194.0	4.8	
GOAL さくら野百貨店	200.0	6.0	20:00

※250kmは2～14、200kmは1～11のチェックポイントにエイドステーション(給水・給食)を設置

※エイドステーションの給水用にマイカップの持参をお願いします。ゴミの削減にご協力ください。

■首都圏からの交通案内



※ご利用の際は最新の運行時刻等を確認ください。

交流会のお知らせ

日時: 7月15日(土) 17:30～19:30
会場: 笹森記念体育館2F

米飯、麺類等がメインのカーボパーティ形式
「津軽の味」でエネルギーを充填!
津軽三味線生演奏で盛り上げます!(予定)

250 kmのスタート(20:00)の追手門は会場のすぐ近く!
250 kmの選手はスタートの準備をしてご参加ください。
200 kmの選手はお見送りしましょう!

第2回 みちのく津軽ジャーニーラン 250K 200K

参加申込書

■申込書送付先 〒350-0455 埼玉県入間郡毛呂山町阿諏訪 1221 スポーツエイド・ジャパン 事務局
FAX 049-298-7788

※郵送、FAX で送られた方は事務局に受理の確認をしてください。

フリガナ 氏名	男	生年月日 (西暦)	年	月	日	歳 (大会当日)
	女	所属				
〒		本人連絡先	自宅 ☎			
住所			携帯 ☎			
			緊急時連絡先 ☎			

■参加種目 250kmの部(定員80名)は本大会前回完走者を優先受付けします。定員を超えた場合は80人から優先エントリー者数を引いた分を一般エントリー者から抽選にて選出します。なお、抽選に外れても希望すれば200km(200km一般エントリーを含めた先着順)に参加できます。

- いずれかに○をしてください
- 250km 優先エントリー …………… 前回大会完走者のみ
 - 250km 一般エントリー …………… 抽選に外れた場合、200km に出場(する しない)
どちらかに○をしてください
 - 200km 一般エントリー …………… 先着順で受付

2014年7月以降、250kmの部一般エントリーの方は140km以上、200kmの部エントリーの方は70km以上走破したウルトラマラソン大会の記録
250kmの部優先エントリーの方は前回大会での記録

大会名(開催年月日)： 記録：

Tシャツサイズ SS S M L LL いずれかに○をしてください

■申込期間 250km：2月1日～2月9日(水)必着
200km：2月1日～5月31日(水)必着
250km 一般エントリーが抽選になった場合、2月10日(金)に実施し、直ちに結果を連絡します。

誓約書

私は本大会参加にあたり、下記の項目について誓約します。

- ①大会中、いかなる事故が発生してもすべて自己責任とし、主催者には一切責任がないものとする、また家族からの異議申し立ても一切できないものとする。
- ②大会参加申込み後の種目変更はできないものとする。
- ③年齢、性別等の虚偽の申告による出場、また申込者本人以外の上場(代理出場)は失格とし、参加取消しとする。
- ④自然災害、事件、事故等による大会中止の場合は、参加料の返金ができないものとする。
- ⑤大会中の映像、記事、記録等のテレビ、新聞、雑誌、インターネット等への掲載権は主催者に属すること。

2017年 月 日 氏名 印