

第8回



みちのく

津軽

ジャーニーラン

266K

7.13(土) 16:00  
START

154K

7.14(日) 15:00  
START

新コース  
龍飛崎をめぐる

※外ヶ浜町スタートになりました

MICHINOKU TSUGARU JOURNEYRUN

「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「ねぶた(ねぶた)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。

2024 7.13(土)~15(月・祝)

主催/スポーツエイド・ジャパン 共催/弘前市

# 第8回みちのく津軽ジャーニーラン 266K/154K

開催日 2024年7月13日(土)～15日(月・祝)

種目 266km、154km ジャーニーラン

受付 ■266K 7月13日(土) 12時30分～13時20分 ■154K 7月14日(日) 12時～12時50分

開会式・競技説明会 ■266K 7月13日(土) 13時30分～15時 ■154K 7月14日(日) 13時～14時

会場 ■266K 弘前市総合学習センター(弘前市末広4丁目10-1)◎弘前駅より城東環状バス・総合学習センター前下車  
■154K 外ヶ浜町三厩体育館(外ヶ浜町字三厩新町2番地)◎北海道新幹線奥津軽いまべつ駅、JR津軽線蟹田駅よりバス  
※両種目とも会場が変更となりました。

スタート ■266K : 7月13日(土) 16時 弘前市総合学習センター前  
■154K : 7月14日(日) 15時 外ヶ浜町三厩体育館前

ゴール さくら野百貨店 正面入口前広場(266K、154K とも)  
7月15日(月・祝)20時 ゴール閉鎖(制限時間 266km / 52時間 154km / 29時間)  
※さくら野百貨店4F スタイルフィット弘前 城東温泉「岩木展望の湯」に入浴できます(営業時間 10:00～22:30)。

表彰 各種目 男女別 1～3位

記録計測 各CP到着時に各自スマートフォンから記録専用フォームに入力/ゴールは主催者で計測

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  
②2021年7月以降のウルトラマラソン大会、またはそれに準じる大会で266kmの部は140km以上、154km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  
④開会式・競技説明会に出席できること ※開会式・競技説明会を欠席されると出走不可となります。

荷物預り スタート前にゴール行き荷物を預ります。走行に必要なものはすべて背負って走ってください。  
266Kの部の参加者は、第2レストポイント(三厩体育館/137.8km)で受取れるドロップバッグを預けることができます(第1、3レストポイントは不可)。なお、ドロップバッグは大きさに制限があります。  
※三厩体育館の向かいにある「みんなやよしつねの湯」に無料入浴できます。

参加賞 大会記念オリジナルTシャツ、津軽特産物(予定)

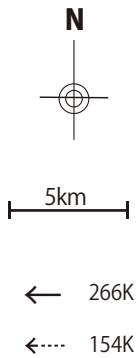
参加料 ■266K : 20,000円  
■154K : 15,000円

募集定員 ■266K : 180人  
■154K : 120人 (エイドステーションでの飲食料、レストポイントでの休憩料、資料代、傷害保険料等を含む)

申込方法 スポーツエントリー <https://www.sportsentry.ne.jp>  
※上記サイトのみとなります。

エントリー期限 6月13日(木)  
※エントリー受付開始日は決まり次第、スポーツエイド・ジャパン公式サイト、フェイスブックにて発表します。

■コースマップ



**266K コース**

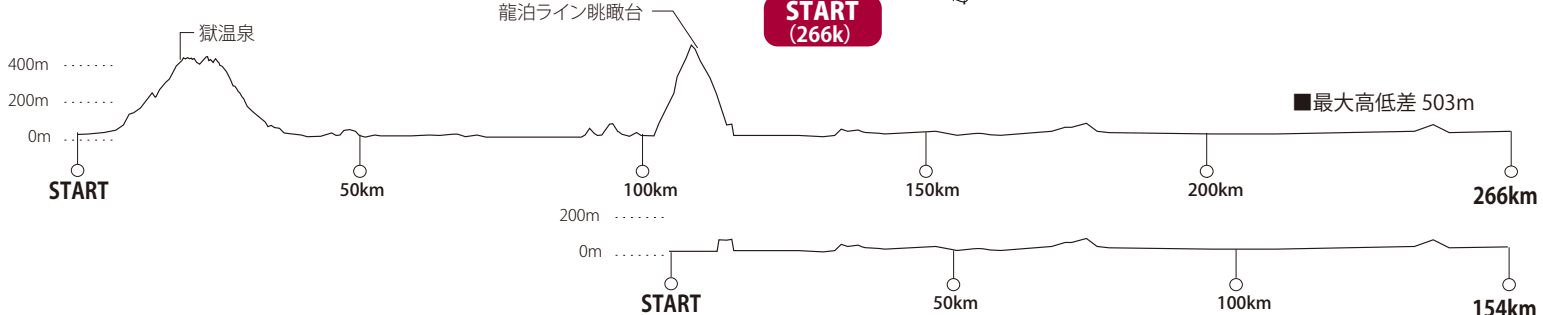
弘前市総合学習センター～岩木山麓～  
 鱒ヶ沢港～亀ヶ岡遺跡～十三湖西岸～脇  
 元「鯉御殿」～小泊「小説津軽の像記念館」  
 ～龍飛崎～今別役場前～平館～蟹田～や  
 まなみライン～津軽中里駅～金木「斜陽  
 館」～五所川原市街地～国道399号線バイ  
 パス（鶴田町～板柳町～藤崎町）～黒石市  
 街地～田舎館村～さくら野百貨店弘前店

**154K コース**

外ヶ浜町三厩体育館～龍飛崎～三厩体育  
 館～今別役場前～平館～蟹田～やまなみ  
 ライン～津軽中里駅～金木「斜陽館」～五  
 所川原市街地～国道399号線バイパス（鶴  
 田町～板柳町～藤崎町）～黒石市街地～田  
 舎館村～さくら野百貨店弘前店

※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。

■高低図



■チェックポイント／エイドステーション

AS = エイドステーション R = レストポイント

※エイドステーションで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。

266K

	距離km	間隔km		AS開設時間
START			弘前市総合学習センター	
	5.4	5.4	岩木橋東詰	
CP1 /AS	22.4	17	嶽温泉	~13日19:30
CP2 /AS	49.5	27.1	日本海拠点館	~14日0:00
CP3 /AS	67.6	18.1	亀ヶ岡遺跡	~3:00
CP4 /AS R <sub>1</sub>	95.5	27.9	鯉御殿	~10:00
CP5	100.6	5.1	小泊 津軽の像記念館	
CP6 /AS	117.5	16.9	眺瞰台	~14:10
CP7	125.3	7.8	龍飛崎	
AS	125.8	0.5	龍飛コミュニティセンター	~15:50
CP8 /AS R <sub>2</sub>	137.8	12	三厩体育館	~19:00
CP9 /AS	161.8	24	道の駅たいらだて	~23:00
CP10/AS R <sub>3</sub>	181.5	19.7	ふるさと体験館	~15日4:00
CP11/AS	207.4	25.9	津軽中里駅	~8:10
CP12/AS	215.5	8.1	金木町観光物産館	~10:00
CP13/AS	245.5	30	スポーツプラザ藤崎	~16:00
CP14/AS	255.1	9.6	黒石駅前北側	~18:00
GOAL	266.4	11.3	さくら野百貨店	

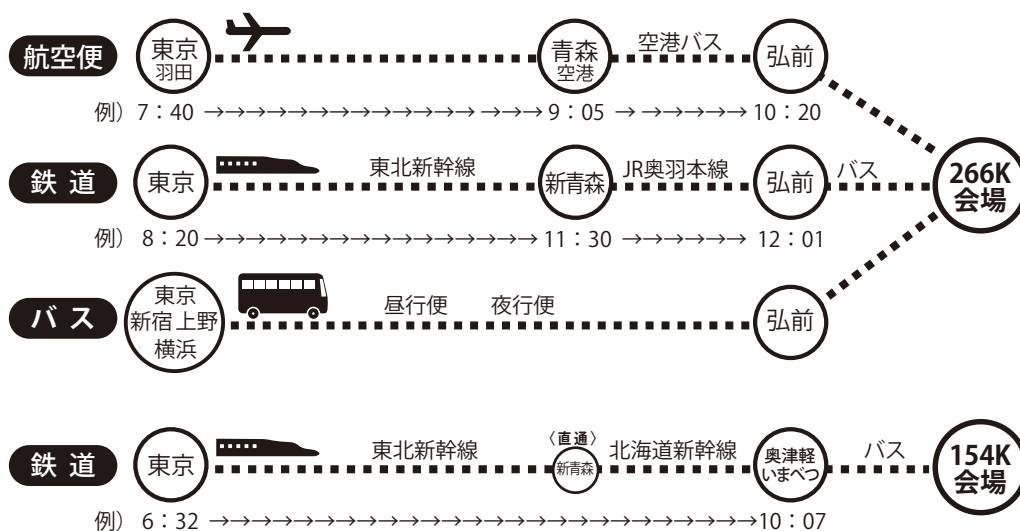
154K

	距離km	間隔km		AS開設時間
START			三厩体育館	
CP7	12.5	12.5	龍飛崎	
CP8 /AS	25	12.5	三厩体育館	~14日19:00
CP9 /AS	49	24	道の駅たいらだて	~23:00
CP10/AS R <sub>3</sub>	68.7	19.7	ふるさと体験館	~15日4:00
CP11/AS	94.6	25.9	津軽中里駅	~8:10
CP12/AS	102.7	8.1	金木町観光物産館	~10:00
CP13/AS	132.7	30	スポーツプラザ藤崎	~16:00
CP14/AS	142.3	9.6	黒石駅前北側	~18:00
GOAL	153.6	11.3	さくら野百貨店	

※設定したチェックポイント(CP)を必ず通過してください。全 CP を通過しないと失格になります。

■首都圏からの交通案内

※各交通機関とも、ご利用の際は最新の運行時刻等を確認ください。



■大会時事務局

〒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 URL http://sportsaid-japan.org