

# 2010トランスジャパンアルプスレース選考会

- **期日** : 2010/6/26(土)-27(日)
- **場所** : 南アルプス・北部
- **コース** : 駒ヶ根高原 (菅の台バスセンター) ~ 市野瀬 ~ 仙丈ヶ岳 ~ 両俣小屋 (4時間強制ビバーク) ~ 三峰岳  
~ 塩見岳 ~ 三伏峠 ~ 塩川 ~ 大鹿村大河原 (道の駅 秋葉路) まで

駒ヶ根高原 ~ 柏木 (ロード28Km)

柏木 ~ 塩川 (登山道CT32 : 35 柏木 ~ 両俣小屋14 : 20、両俣小屋 ~ 塩川18 : 15)

塩川 ~ 大河原 (ロード12km)

## • 選考内容

- a.山岳フィールド/山での走力+下界/ロードにおける走力(参加条件に準ずる)
- b.ビバーク技術
- c.生活技術
- d.読図力
- e.危険予測、回避力
- f.その他

**2010トランスジャパンアルプスレース出場を希望する人はこの選考会に参加し  
基準を満たす事によってのみ参加承認される。**

- **人数** : 50名

(本大会参加を希望する人のみ)

- **寄付金** : 5,000円C Pスタッフの宿泊・交通費等に使用する。

## • 本大会エントリーへのフロー

- a.参加を希望される方は、参加条件(\*別途記載)を満たしている事を確認の後

参加確認書に必要事項を記入し、4/15(木)必着にて、大会実行委員会/岩瀬まで送ること。

メールやファックスでの対応可能。

- b.大会実行委員会は書類選考をおこない

参加を希望される方(以下、選手と記載)に対し、4/30(金)までに選考会へのエントリー可否を連絡する。

- c.選考会へのエントリー可の連絡があった選手は、行動予定表、選考会参加申込書に必要事項を記入し

誓約書へ署名・捺印をおこない、山岳保険の写しを添え5/15(土)必着にて、大会実行委員会/岩瀬まで郵送すること。

d.大会実行委員会は選考会計画書を作成し、参加選手に配布する。

詳細は、別途連絡する。

e.選手は、選考会に参加し、選考基準をクリアすることにより、本大会参加資格を得る事が出来る。

f. 選考会の結果は実行委員による審査後7月4日(日)までに発表する。

## ・参加条件(書類選考基準)・・・2009-2010の実績

1.標高2,000m以上の場所において、2回以上の▽ビバーク体験があること。⇒露營技術

2. 1日に、コースタイム20～34.2時間以上の山岳トレイルコースを⇒山岳/走力

コースタイムの55%(11～18時間50分)以下のタイムで走りきれる体力と全身持久力を有すること。

例：日本山岳耐久レース(71.5km)レベルの大会において、11時間10分以内で完走できること。

3.フルマラソンを3時間20分以内、100kmマラソンを10時間30分以内に完走できる体力を有すること。⇒平地/走力

4.山岳保険(捜索、救助等を含む)に、必ず加入していること。⇒山岳保険加入

5.リスクマネジメント(危機管理)に対して①事前にリスクを回避する《危険回避能力》⇒リスクマネジメント

②アクシデント発生時に対応できる《事故対応能力》を身につけていること。

6.自己責任の法則・・・「すべての責任は、自らに帰する」ことを自覚して行動できること。⇒自己責任の認識

7.選考会1ヶ月前までに、医師診断書を提出すること。⇒診断書提出

▽ビバーク体験：ツェルト+レスキューシート(シユラフカバー)のみで、ひと晩を過ごす事。

\*必須条件・・・1.4～7

\*書類選考における参考条件(実行委員会が同等の力を有することを認めた者)・・・2. 3

## ・選考会ルール

この選考会は速い選手のみを選び出すのが目的でなく、この危険で過酷なトランスジャパンアルプスレースを安全に運営していくための選考の場である。スピーディな行動は大事だが安全への意識、適切な判断ができるか、自分の力が正確に把握できているのか？その人の総合的な力を見る為である。

### ① タイムスケジュール

集合 26日3:00 集合 駒ヶ根高原(菅の台バスセンター)

装備チェック、ブリーフィング

6:00 スタート

12:00 市野瀬関門 を通過する事

21:30 両俣小屋関門 に到着する事

27日12:00 塩川関門(通行止めのため下流へ2～3km地点)を通過する事

ゴールした人より順次解散

解散 15:00 大河原 最終ランナー確認後、最終解散

② コース上の指定されたチェックポイント(以下CP)を、走り+歩きのみで忠実に繋ぐこと。

CPを通過しなかったり、交通機関を利用してはならない。

CP

市野瀬 ( 入野谷 )

仙丈ヶ岳

両俣小屋

塩見岳

三伏峠

塩川

- ③ 自己の力が正確に把握できているか？コースの状況を的確に予測できるか？を見るために各CPへの予定到着時間を記入した行動予定表を事前に提出する事。この予定に沿ってどれだけ忠実に行動できたかを見る。選考会当日はもう一枚行動予定表を用意し実際の時間を書き込む。大河原にて行動予定表を回収する。特別な気象条件、残雪の影響などは考慮する。
  - ④ 読図力を見るために柏木～両俣小屋間でラインオリエンテーリングを実施する。これは指定したコース上にポストを設置してあるので、その位置を正確に地形図 ( 1/25000 ) に書き込む事とする。コンパス、高度計付き腕時計は使用可。GPS機器は使用不可。地図は両俣小屋で回収する
  - ⑤ 大幅なコースミス、行動不能になるなどの問題行動は失格とする。
  - ⑥ ビバークができる装備(レスキューシート、ツエルト等)を常時携行すること。
  - ⑦ 必要な装備類(行動用具、露営用具、炊事用具等)および食料は各自準備し自ら背負い移動すること。ただし、山小屋や食堂等での食事、商店での食料購入は可とする。
  - ⑧ 家族や友人等からのサポート(以下の行為)は禁止とする。
    - a.選手および選手の持ち物に触れること
    - b.選手との物品の受け渡し(ゴミ、不用品、さしいれ等含む)
    - c.選手の荷物搬送
    - d.選手の行動にシンクロナイズした伴走
  - ⑨ ⑧の行為に掛からない範囲での応援、観戦については制限しない
  - ⑩ 宿泊は、すべて露営(テント、ツエルト等)のみとする。

山小屋、避難小屋、旅館等での宿泊および仮眠は、禁止する。

ただし、雷や動物等により生命の危機が予測される場合は、一時避難としてそれらを利用してもよい。
  - ⑪ 個人的な食料および燃料のデポは禁止する。(ただしスタート～ゴール間の荷物搬送は可)
  - ⑫ 下界はもちろんであるが、山中においても常に登山マナー(登山者や山小屋に迷惑をかけない自然環境保護に努める・・・)を遵守し、謙虚に行動すること。
  - ⑬ やむなき事情によりリタイアした場合は、速やかに本部へ連絡し、指示を仰ぐこと。その場合下山(車が乗り入れできる所)したら本部まで必ず連絡する事
  - ⑭ 山岳保険(搜索、救助等を含む)には、必ず加入していること。
  - ⑮ 自己責任の法則 このレースは、参加者自らが主催者である。

レース中に、怪我や事故および遭難等のアクシデントが発生しても

「すべての責任は、自らに帰する」ことを誓約できる方のみ、エントリーが可能。
- \* 競技ルールをしっかりと尊重してレースをおこなうこと。

これらに反した行為をおこなった場合は、失格とする。速やかに大会本部に報告して指示を仰ぐこと。

#### 選考会スタッフの役割

- a. 選手への連絡と状況把握、スーパー
- b. ビバークポイントでの行動チェック
- b. スタート～ゴール間のデポ(一時預かり)品を預かる事は可能。おおむね5L以内で一梱包とする。
- c. 怪我・事故・遭難等が発生した場合、応急処置はおこなうがそれ以降の対応は一切おこなわない。

#### ・ その他

- a. チェックポイント(以下CP)常駐員募集
  - ・ 選手の行動把握、安全確認等を目的として、両俣小屋常駐員、スーパーを募集する。
  - 選考会または本大会において、ボランティアにてCP常駐をお手伝いいただける方は実行委員会/岩瀬までご連絡ください。
- c. 本大会および選手選考会は、日程・コース・内容等について、余儀無く変更する場合がある。

#### ・ 問い合わせ

Trans Japan Alps Race 2010 実行委員会代表(呼びかけ人) 岩瀬 幹生

〒4444-0124 愛知県額田郡幸田町深溝明本田30 - 2

自宅電話/FAX ; 0564-62-6671

携帯電話 ; 090-5610-5774

自宅mail ; [mikio.iwase@nifty.com](mailto:mikio.iwase@nifty.com)

携帯 mail ; [mikio.iwase307@docomo.ne.jp](mailto:mikio.iwase307@docomo.ne.jp)