

江代山 **GOGO!** トレイル

参加案内

2024年5月5日（日・祝） 受付時刻 8:00~9:00
 @水上スカイヴィレッジ（熊本県球磨郡水上村湯山2431番地3）

主催：水上村地域おこし協力隊
 後援：水上村

●はじめに

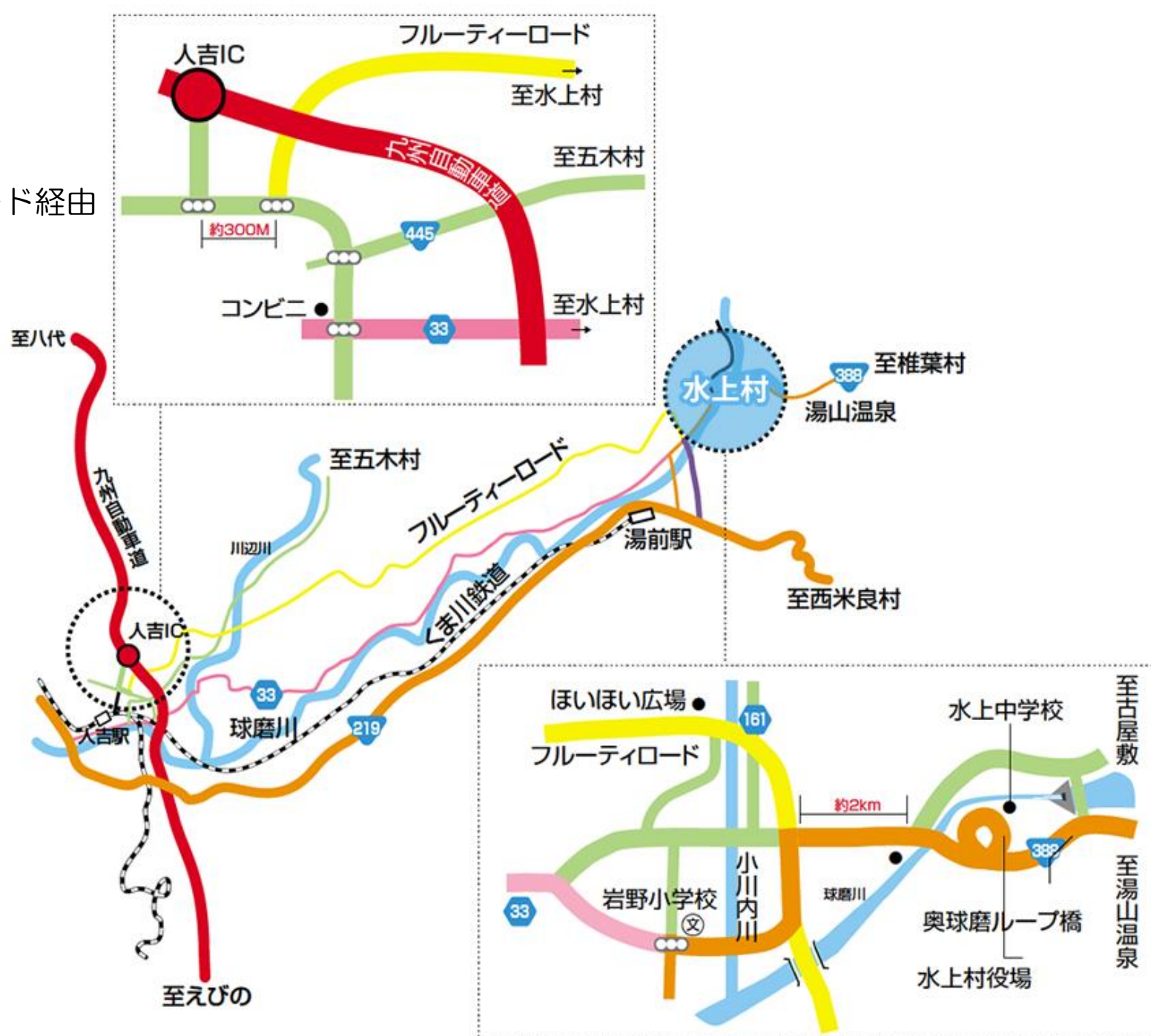
この度は第3回 江代山GOGOトレイルにエントリーを頂き、誠にありがとうございます。
 江代山水上登山口から江代山までのルート開通を記念とした本大会をぜひ楽しんで頂けると幸いです。
 フィニッシュ後のふるまいBBQには、アルコールの販売・提供はございませんので、飲まれる方はご持参ください。
 ※ソフトドリンクは準備しています。

●タイムスケジュール

時間	内容
8:00~9:00	選手受付
9:10	開会式
9:30	スタート
12:00	江代山山頂（往路）関門時刻
12:20	ふるまいBBQ受付
12:30	ふるまいBBQ開始
15:00	フィニッシュ制限時刻
16:30	終了

●アクセス

九州自動車道
 人吉ICよりフルーティロード経由
 約50分（43km）



●水上村 湯山地区



●駐車場・会場図



●受付

- ・ 受付スタッフにお名前をお伝えください。ゼッケンと参加賞をお渡しします。
- ・ 当日出走しない方も参加賞のみ受取が可能です。
※ただし後日の郵送はいたしませんのでご容赦ください。（受け取り忘れも含む）

●必携装備品

※常に携帯すること。非携帯は失格となります。出走前に装備品をチェックする場合があります。

1. コースマップ（※大会Webサイトよりダウンロードをお勧めします。）
2. 携帯電話（大会事務局の電話番号(ナンバーカードに明記)を登録し、番号非通知にせず十分に充電すること）
3. 個人用のカップ（エイドステーションに紙コップの用意はありません）
4. 水1ℓ
5. 配布するナンバーカード
6. 携帯食料
7. ファーストエイドキット（絆創膏など）
8. 携帯トイレ（コース上にトイレはありません）
9. ウインドジャケット（雨天時は雨具）

●ゼッケンの装着方法

- ・ **体の前面（胸・腹）に横向きに装着してください。**
- ・ 省資源のため市販のゼッケン留めやゼッケンベルト、ご自宅にある安全ピンをご活用ください。どうしても必要な方には受付会場で配布します。

着用例

ウェアの胸部/腹部
取り付ける

ゼッケンベルト



パンツに取り付ける



小さく折りたたむ



●コース案内

- ・ 約100m間隔で目印のコーステープ（白色）を設置します。分岐点や分かりにくい箇所には複数のテープを設置するほか、矢印看板や誘導スタッフがコースを指示します。目印を見失わないよう周囲に気を配りながら走行してください。
- ・ **5分以上コーステープが見つからない場合はコースを間違えている可能性があります。**速やかに来た道に戻ってコースに復帰してください。
- ・ ゴミを捨てない、コース外に踏み入れないなど自然保護にご協力をお願いします。

コーステープ実物写真



●エイドステーションと関門時刻

- ・ コース上に飲料や補給食を提供するエイドステーションが1か所設置されます。
- ・ **紙コップの用意はありません。**各自でカップやボトルを携帯してください。
- ・ 江代山山頂のエイドステーション（往路）には関門時刻が設定され、選手は**同時刻までに出発**しなければなりません。関門時刻を過ぎてからエイドステーションに到着した選手、関門時刻を過ぎても出発できない選手はその場で競技終了となり、自走でメイン会場に戻ります。
- ・ エイドステーションの制限時刻はスタートから2時間30分後です。

●記録計測

- ・ 計測はゼッケンナンバーにて行います。所定の装着方法を守り、競技終了まで取り外さないようにお願いします。ゼッケンは、競技終了後は返却の必要はありません。
- ・ 完走証はフィニッシュした全選手にお渡しします。

●表彰

- ・ 男女1～3位を表彰し、副賞を進呈します。

●リタイア

- コースのほぼ全区間がトレイル（登山道・遊歩道）のため、車両で搬送できるエリアはありません。次のエイドステーションまたはフィニッシュ地点まで自力で移動できる体力を勘案してリタイアを判断してください。
- エイドステーションでリタイアする場合は最寄りのスタッフに申告をして指示に従ってください。連絡がない場合は遭難扱いとなり捜索隊が出る場合があります。捜索費用は有償です。
- ケガや体調の不良により自力で動けない場合は、最寄りのスタッフまたは大会本部にその旨を伝え指示に従ってください。また走行中に動けない選手や体調不良者を見つけた場合は走行を中止し、本部と連携して救助に協力をお願いします。

●傷害保険

- 大会中の転倒などによるケガや熱中症・低体温症・急性心疾患等は、主催者が加入する傷害保険の対象となります。
【補償金額】死亡・後遺障害：200万円 入院日額：2,500円 通院日額：1,500円
- 既往症による受診や遭難時の捜索・救助費用は対象外です。捜索・救助費用は高額になる場合もあるので、日常的にトレイルランや登山をされる方には山岳保険の個人加入を強くお勧めします。

●大会中止の判断

- 会場周辺で大雨、暴風などの気象警報や土砂災害警戒情報が発令された場合や、地震や噴火など災害が発生した場合等によって大会の中止・内容の変更を判断する場合があります。
- 中止の判断は大会webサイトにてお知らせします。個別のお問い合わせはご遠慮ください。大会中に中止や競技内容の変更をした場合は、エイドステーションでご案内します。
- 大会中止の際は、ふるまいBBQも中止となります。原則として参加料の返金はいたしませんのでご了承ください。また、参加者には後日参加賞を郵送させていただきます。

▼大会webサイト

<https://local-gain.com/event/eshirogogotrail/>

【大会についてのお問合せ】
江代山GOGOトレイル大会事務局
水上村役場 地方創生推進課
TEL：0966-44-0312