



# 阿蘇トレイル女学院

2025年4月12日(土) 受付時刻 8:10~8:50

@熊本NOK株式会社 本社工場(熊本県阿蘇市一の宮町坂梨2449-1)

主催: ASO FIELDS RUNNING実行委員会 (通称:AFR)  
 後援: 阿蘇市観光協会、阿蘇温泉観光旅館協同組合、阿蘇市  
 協力: 道の駅阿蘇、町古閑牧野、牧野ガイド、坂梨婦人会  
 企画運営: 株式会社LocalGain  
 特別協賛: 熊本NOK株式会社  
 協賛: 道の駅阿蘇、日本マクドナルド、有限会社阿部牧場、  
 株式会社菊池食品、ひばり工房、杉養蜂園、シェルパ



## ●はじめに

この度は第4回阿蘇トレイル女学院にエントリーを頂き、誠にありがとうございます。  
 本大会は明治から昭和の時代に開校していた女学校の通学路の一部がコースです。女学生の通学路という点から「女性だけのトレイルランニング大会」を企画いたしました。  
 本大会をきっかけに、トレイルランニングを楽しむ女性同士のつながりができ、同時に阿蘇の草原を走ることで、縄文時代から続いていると言われる阿蘇の草原文化と歴史を知る機会になりますと幸いです。

## ●アクセス

 九州自動車道 熊本ICより約1時間(約50km)

### 【アクセスマップ】



## SPONSORS



熊本 NOK 株式会社

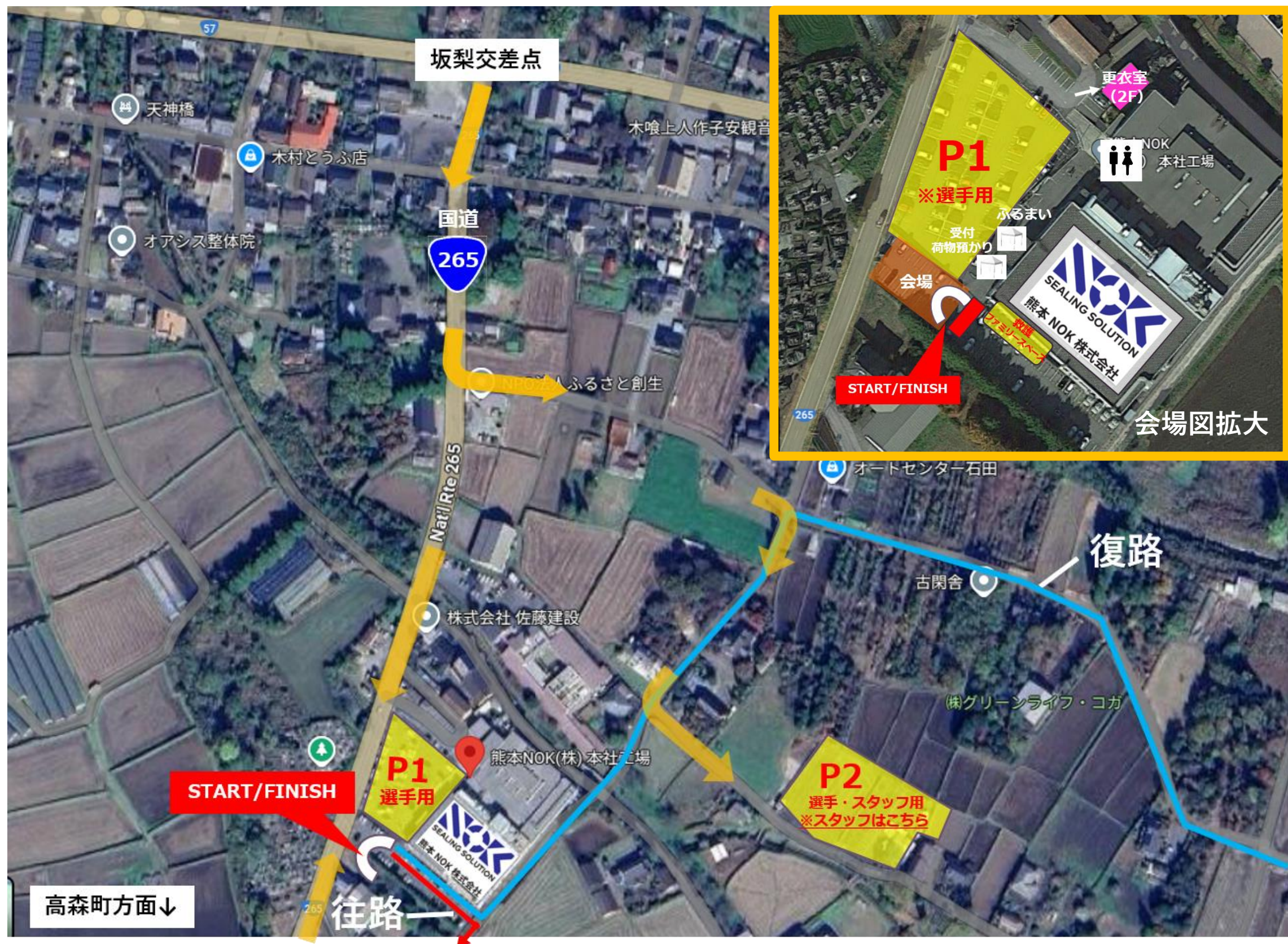




## ● 駐車場・会場図

P1: [MAP](#)

P2: [MAP](#)



## ● 時間割 (スケジュール)

時間	内容
8:10~8:50	入学受付
9:00~9:20	ホームルーム (開会式)
9:30	4年生・3年生授業スタート (ウェーブスタート)
9:32	2年生スタート
9:34	1年1組スタート
9:36	1年2組スタート
11:30~	給食 (ふるまい食 提供開始)
12:00~13:00頃	成績発表 (表彰)
14:00	授業終了 (制限時間: スタートから4時間30分)

※天候によりスタート時刻を変更する可能性があります 例) スタート時刻・9:30⇒12:30

## ●受付

- ・ スタッフに出席番号(ゼッケン番号)をお伝えください。名札(ゼッケン)と参加賞をお渡しします。
- ・ 出席番号は事前に大会Webサイトに掲載している出席名簿(エントリーリスト)よりご確認ください。
- ・ 当日参加され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。(受取忘れも含む)
- ・ 大会オリジナルTシャツを購入された生徒(事前購入のみ)にはTシャツもお渡しします。購入Tシャツの当日の受け取りがない場合は後日着払いにて郵送します。
- ・ 手荷物を預ける方はスタッフにお伝えください。

## ●授業中の持ち物

- (1)水分:各自の経験に応じてご持参ください。初心者の方は500ml以上ご持参ください。
- (2)おやつ:【行動食】各自の経験に応じてご持参ください。
- (3)体操服:【ウインドジャケット(雨天時は雨具)】平地と比べ山上は気温が低く風も強くなります。
- (4)教科書:【コースマップ】HPよりダウンロード可、大会パンフレットにも掲載します。
- (5)手袋:掌の保護のため
- (6)名札:【ゼッケン】当日お渡しします。
- (7)カバン:【ザック】必要な持ち物が全て入るもの
- (8)マイカップ:省資源のため給食室に紙コップは用意していません。
- (9)携帯電話:非常時は名札に記載された緊急連絡先(大会本部TEL:080-7577-2505)に連絡してください。

※ストック(トレランポール)は植生保護のため全コースにおいて使用を禁止します。

※コース上のトレイル区間では滑りやすい箇所もあるため、トレイルシューズを推奨します。

**当日、持ち物検査は致しませんが、忘れ物をした生徒は先生より指導が入る場合があります。場合によっては見学となります。(出走不可)**

## ●名札(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。**
- ・ 名札には計測用のICタグが取り付けられており、誤った装着方法だと正確に計測ができない場合がありますのでご注意ください。

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



## ●スタート方法

- ・ スタートは渋滞緩和のためウェーブスタートとなります。下記の表および当日お渡しする名札に記載されたスタート時刻を予めご確認ください。
- ・ スタート時刻を間違えると記録が正しく計測されません。
- ・ スタートレーンには次に出走する組しか入ることができません。アナウンスに従い整列をお願いします。
- ・ フィニッシュ制限時刻はウェーブ毎にスタートから4時間30分後です。※9:32スタートの場合 ⇒ 14:02

スタート時刻	学年・組	出席番号	名札の色
9:30	4年1組	401~410	エンジ
	3年1組	301~334	緑
9:32	2年1組	201~279	ピンク
9:34	1年1組	1~80	青
9:36	1年2組	81~153	黄



## ●コース案内

- 約50～100m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。
- コースには国立公園の特別保護地域を含みます。**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



## ●給食室（エイドステーション）

- コース上に飲料や補給食（地域特産品など）を提供する給食室（エイドステーション）が1か所設置されます。
- 往復コースのため往路4km地点・復路12km地点の計2回通過します。
- 省資源のため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。

## ●通知証（記録計測）

- 計測は名札に装着されたICタグで行います。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。ICタグおよび名札は、競技終了後は返却の必要はありません。
- ウェーブスタートのため、各スタート時刻から起算したタイムが記録になります。
- 通知証（完走証）については、現地渡しとWeb発行の両方を予定しております。Web発行は大会Webサイトに記載されるWeb速報画面でご自身の名前をクリックしていただくとダウンロードできます。

## ●成績発表（表彰）

- 上位3名を表彰し、副賞を進呈します。

## ●位置情報確認アプリ「YAMAP」登録のお願い

- 生徒の皆さんはスマホ用地図アプリ「YAMAP」のダウンロードとトラッキングシステムの事前登録をお願いします。（**いずれも無料**）  
コースマップをダウンロードでき皆さん自身が現在位置を確認できるほか、事前に登録を頂くことで運営側でも位置の追跡ができるようになります。（授業中・アプリ起動中のみ）
- 大会中の**事故や道迷いなど万一の際に皆さんの命を守る**ことに繋がりますので、重ねてご協力をお願いします。

### ▼「YAMAP」ダウンロード・事前登録方法

<https://file.yamap.co.jp/baitai/195d1ce058b16d.pdf>

QRコード▶



### ▼「YAMAP」専用コースマップ

<https://yamap.com/maps/39223>

QRコード▶





## ●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、**車両で搬送できるのは給食室(エイドステーション)のみです**。給食室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。
- やむを得ずリタイアする場合は**最寄りのスタッフに申告するか、大会本部に電話連絡**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生徒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

- 授業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。

## ●授業中止の判断

- 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、状況によって大会の中止・またはコース等授業内容の変更を判断する場合があります。
- 中止を判断する場合は大会Webサイトにてお知らせしますので、個別のお問い合わせは極力ご遠慮ください。授業中に中止や授業内容の変更を判断した場合は、給食室(エイドステーション)でご案内します。授業中止の場合でも、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。

## ▼大会Webサイト

<https://local-gain.com/asotrail-girls-school/>



## ●ファミリースペースのご案内

スタート・フィニッシュ会場に未就学児とその保護者が利用できるファミリースペースを設置します。テントを透明な四方幕で囲い、マットを敷いたスペースです。保育士が1名常駐しますが、託児サービスではありませんので必ず保護者同伴でご利用ください。事故やケガ等の責任は負いかねますのでご了承ください。

### ▼ファミリースペースに準備しているもの

消毒液/ティッシュ/ウェットティッシュ/お湯/絵本/お絵描きノート/クレヨン/色鉛筆/おもちゃ

## ● 体操服等(トレイルラン商品)の割引チケットについて

以下店舗で10%OFFにて購入することが可能です。(対象商品のみ)  
右のチケットを店頭スタッフにご提示ください。

### 【シェルパ熊本店】 [MAP](#)

熊本県熊本市中央区新屋敷1丁目14-30 シェルパ熊本本店 1階  
※シェルパ熊本店はモンベル商品は割引対象外となります。

### 【シェルパアミュプラザくまもと店】 [MAP](#)

熊本県熊本市西区春日3丁目15-26 アミュプラザくまもと 3階

当日会場のブースにて販売も行います。

**10%OFF  
TICKET**

対象商品のみ

2025.4.12まで有効  
※熊本本店、アミュプラザくまもと店にて  
ご利用いただけます



阿蘇で  
待っとるばい!

【大会についてのお問合せ】  
阿蘇トレイル女学院 大会事務局  
株式会社LocalGain

Eメールアドレス [info@local-gain.com](mailto:info@local-gain.com)

※お問い合わせの際は「阿蘇トレイル女学院」とご記入ください