

塩の道ウルトラオリエンテーリング・大町ー松本 プログラム

開催日:2023年12月2日(土)

集合地:JR信濃大町駅前(長野県大町市)

スタート:大町駅前広場公園(長野県大町市)

フィニッシュ:松本市中央西公園(花時計公園)(長野県松本市)

フィニッシュ会場:松本市中央公民館(Mウイング)(長野県松本市)

タイムテーブル

- 07:00 受付開始:JR信濃大町駅前
- 08:00 スタート:大町駅前広場公園
- 12:00 関門/エイド:安曇野市穂高支所
- 16:00 フィニッシュ制限:松本市中央西公園

集合地:JR信濃大町駅前(長野県大町市)

●駐車場:近隣の有料駐車場をご利用ください。

●公共交通機関:JR信濃大町駅より約1分

○更衣室はありません。走れる格好で集合してください。

○荷物預かりがあります。荷札(当日配布)を付けてご準備ください。フィニッシュ会場で返却します。



フィニッシュ／フィニッシュ会場：松本市中央西公園／松本市中央公民館（長野県松本市）

●駐車場：近隣の有料駐車場をご利用ください。

●公共交通機関：JR松本駅まで約7分（450m）

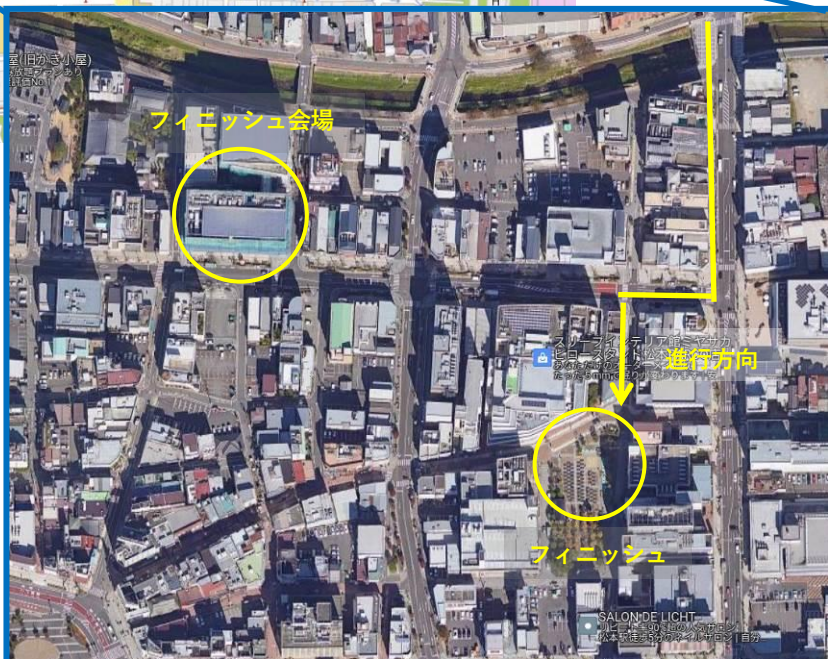
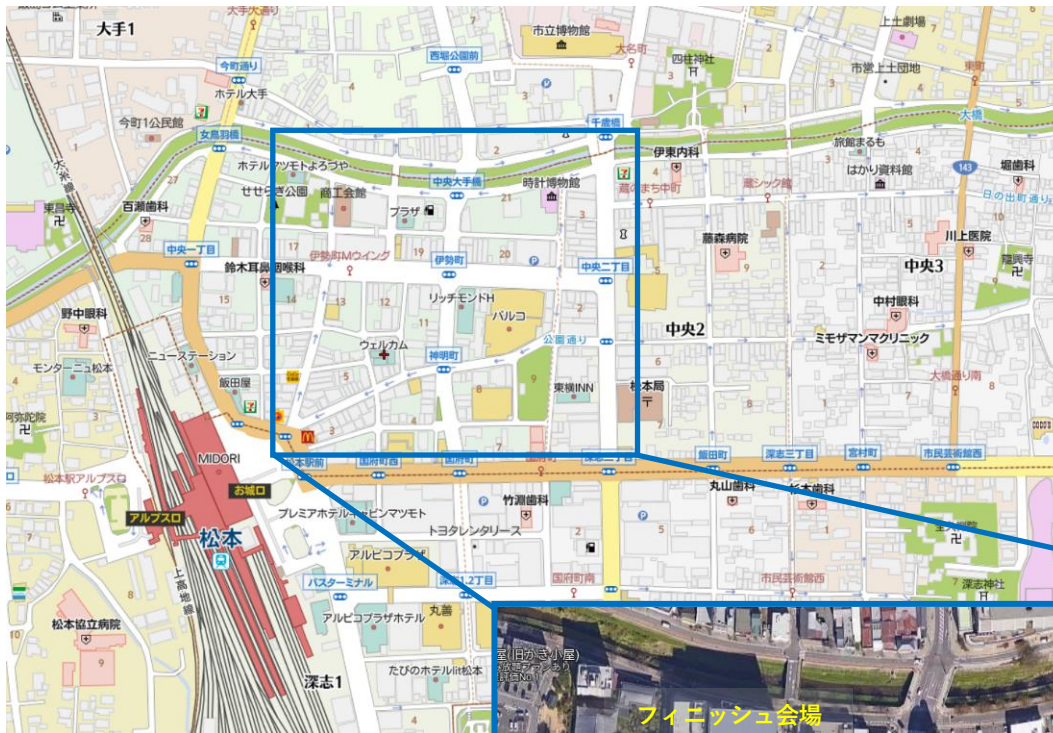
○スタート地点でお預かりした荷物をフィニッシュ会場で返却します。

○最寄りの入浴施設：塩井乃湯

15:00～／440円 徒歩約8分（550m）

湯の華銭湯 瑞祥 松本館

06:00～／750円 徒歩約17分（1.2km）



重要事項

- ・参加証に当日連絡可能な携帯電話番号の記入 及び 誓約書に自署のうえ、受付にご提出ください。
- ・コース上の神社仏閣内 及び 観光施設等人の多い場所では歩く等の配慮をお願いします。
- ・この競技は一般の交通ルールや社会マナーを守った上に得点ルールを重ねたものです。交通ルールを守り、安全に競技してください。
- ・救急搬送が必要な事故が発生したときは、その場から 119 番通報してください。携帯電話にある GPS 情報が救急本部に通知されます。そのあと大会本部に知らせてください。

大会本部電話 080-1355-0375（松島 義一）

- ・特にソロ参加では決して無理をしないでください。体に異変があればすぐに本部まで電話してください。

競技の流れ

7:00-7:45 受付 JR 信濃大町駅前

- ・提出物：参加証（携帯番号・誓約書）
- ・配布物：地図、ナンバーカード、荷札
- ※受け取った地図は自由に見ていただけます。

7:00-7:45 荷物預かり JR 信濃大町駅前

- ・荷物預かりは1個／人をフィニッシュ地点まで輸送します。貴重品は荷物として預けず、携帯してください。
- ・荷物に荷札をつけて預けてください。

7:45 注意事項説明 大町駅前広場公園

- ・簡単な注意事項説明を行います。
- ・スタート前に全員で記念撮影を行います。

8:00 スタート 大町駅前広場公園

- ・スタート直後に信号があります。無理な横断をしないようにお願いします。

12:00 関門／エイド 安曇野市穂高支所

- ・スタートから約 20.0km 地点に関門を設けます。通過確認を受けてください。
- ・飲食物の提供があります。
（水、スポーツドリンク（粉末）、軽食）
- ・12:00 までに通過できない場合は、各自列車でフィニッシュ地点へ移動していただきます。拒絶することはできません。（12:35 穂高駅発）

16:00 フィニッシュ 松本市中央西公園

- ・チームは全員揃ってフィニッシュしてください。
- ・用意されたデジタル時計を撮影してください。撮影された時刻をフィニッシュ時刻とします。
- ・フィニッシュ後は速やかにフィニッシュ会場（松本市中央公民館）に移動をお願いします。

フィニッシュ会場 松本市中央公民館

- ・写真確認を受けてください。競技中に撮影したデジタルカメラの画像を見せていただき、写真をひとつひとつ確認します。
- ・荷物は荷物置き室でお受け取りください。

競技の説明

競技の概要

- ・フィールド内に 20 個のコントロール（目標場所）と 1 か所のエイドを設定します。
それぞれのコントロールを主催者が指定した順番通り通過し、エイドでは通過確認を受けてください。
- ・コントロールとエイドを示す地図を配布します。地図を見ながら、自分たちの力で巡ってください。
- ・コントロール通過証明方式はデジタルカメラ（携帯電話のカメラ機能も可）の写真撮影によります。
- ・この競技は一般の交通ルールや社会マナーを守った上に得点ルールを重ねたものです。交通ルールを守り、安全に競技してください。
- ・グループはスタートしてからフィニッシュするまで必ず一緒に行動してください。原則としてすべてのメンバー間の距離が 30m 以内になるよう行動してください。（目安：肉声が届く範囲）

デジタル写真撮影による通過証明方式

- ・地図にコントロール説明と写真が印刷してあります。
- ・コントロールの前でメンバーを入れてデジタルカメラで写真撮影することで、通過証明とします。ソロ参加の方は、コントロールのみ撮影してください。
- ・コントロール設定された場所は、もともとそこにある特徴物です。主催者はこの競技のための特別な器具は設置していません。
- ・フィニッシュ後、通過コントロールの確認を行います。競技中に撮影した写真がすぐに確認できるモニター画面を持ったカメラを準備してください。

競技中の移動手段

- ・移動手段は歩行または走行とします。一切の乗り物は使用禁止です。

給水・給食

- ・主催者にてエイドステーションを1か所設置します。
エイドステーションでは水（500ml 1本/か所・名）、スポーツドリンク用粉末、軽食を提供します。
- ・競技中の飲食物の購入は自由です。地図にコンビニの位置が記載されています。

禁止事項

- ・競技役員に競技の中止を通告された選手がそれを拒んで競技を続けること
※各関門時刻に間に合わなかった場合、競技役員が競技の続行が不可能と判断した場合は指示に従って移動してください。
- ・競技を中断し、無連絡で帰宅すること
- ・競技中にゴミを捨てること
- ・金属ピン付シューズを使用すること
- ・競技時間、関門時間を超過すること
- ・携帯電話などの連絡手段を持たず出走すること
- ・歩行または走行以外の移動手段を使用すること
- ・ペットなど動物を連れて競技すること
- ・グループ以外の者の補助を得ること
（緊急時を除く）
- ・グループが別れて行動すること
（緊急時を除く）
- ・神社仏閣の敷地内を走行すること
（必ず歩行のこと）
- ・神社仏閣の敷地内で飲食をすること

許可事項

- ・ナビゲーション補助用具は使用できます。（コンパス、GPS、高度計、距離計など）

参加者の判断による競技中止

- ・競技中に体調不良・負傷等で競技ができなくなったときは、無理をせず競技を中止してください。
- ・チーム参加の場合は、チームメンバーのうち1名が競技を中断したときは、チーム全員が競技を中止してください。
- ・関門以外で競技を中止するときは、まず地図・ナンバーカードに記載の緊急連絡先に電話をしてください。
- ・関門1で時刻に間に合わない場合、電車でフィニッシュ会場まで移動していただきます。
* 12:35 穂高駅発 → 13:03 松本駅着 330円

装備

必携装備

- ・携帯電話：チームに1台、参加者で用意してください。（緊急連絡用） ※参加証に電話番号を記入
- ・モニター画面つきデジタルカメラ（携帯電話可） ※緊急連絡用の携帯電話と別に用意することを推奨
- ・Navitabiをインストールしたスマートフォン および 予備バッテリー
- ・健康保険証（コピー不可）

推奨装備

- ・コンパス
- ・ファーストエイドキット、水、行動食、雨具、防寒着、お金（飲料・補給食購入費用、電車賃）など

服装

- ・濡れたり汚れたりしてもよい服と靴でご参加ください。
- ・公序良俗に反する服装、半裸での出走は禁止します。

主催者が用意する装備

- ・受付：地図セット 5ページ/人 ※返却不要

地図の説明

仕様

サイズ A4 / 縮尺 1:25,000 / 等高線間隔 10m

地図は国土地理院発行の25,000分の1地図を基本に、修正をおこなったもの。

磁北

- ・地図の上側が磁北になるように作成しています。真北とは約8度傾いています。

通っていい場所

- ・基本的には地図に書かれた道を通ってください。
- ・地図に書いていない道でも、明らかに通ってよい道は通行しても構いません。現場の状況を常識的に判断して通行してください。
- ・地図上では道があるのに、現地で通行禁止になっている場所は通らないでください。
- ・地図の表現能力は有限であることを許容した競技であると理解してください。

お勧めルート表示について

- ・主催者が推奨するルートを地図上に薄赤色の線でマーキングします。現地にマーキングはありません。
- ・基本的に「塩の道」公式ルートですが、安全面を配慮して設定しています。
- ・コースを回る順を示すレグ線（直線）は記載しません。

コースプロフィール

新潟県糸魚川市と長野県松本市を結ぶ「塩の道・千国街道」

明治の時代まで生活物資運搬の経済路線として続いた道を、自然・民俗にふれ、辿ることで、その道を残し、歴史をつなぎます。

本大会では長野県大町市から松本市までの約40kmを辿っていただきます。 *99%ロードです

その他

競技中止の方針

- ・最終的には大会本部が現場で判断します。
- ・競技中止の場合も参加者個別への通知は行いません。現地でのアナウンスのみとします。電話での個別の問い合わせがあったときは対応します。
- ・中止判断の基準：
 - ① コース上（長野県大町市～松本市）に気象警報が発令されているとき。
 - ② 前日までの気象により、コースが通行不可と判断されたとき。
 - ③ その他、安全が確保できないと判断されたとき。
- ・競技が中止になった場合でも参加費の払い戻しは行いません。

免責事項

- ・参加者は良好な健康状態で参加してください。
- ・万一事故等が発生した場合、主催者が加入している傷害保険の範囲内及び現場での応急処置以外の責任は負いません。
- ・悪天候、自然災害の発生等により大会を中止する場合があります。その際参加費の払い戻しはできません。
- ・大会中の映像や写真をラジオ、テレビ、新聞等のメディア及び主催者ホームページ等へ使用する権利は主催者に属します。
- ・大会会場における事故や盗難等について、主催者は一切の責任を負いません。

主催: 長野県オリエンテーリング協会

プロデューサー: 木村佳司 (長野県オリエンテーリング協会)

コースプランナー: ちーむ道草 (山本 文朗・妙子)

事務局 (問合せ先): 株式会社 未来図

info@miraiz-corp.jp 080-2595-5779 (担当:山本)