

のりくらトレイル DAY_spring 2025

参加案内

【地図読み講習会・ロゲイニング】

主催：のりくら観光協会

共催：株式会社未来図

後援：松本市

協賛：松本観光コンベンション協会

【共通】

1. 開催概要

- 開催日 2025 年 5 月 31 日（土）＊雨天決行、荒天中止
- 集合場所 ・地図読み講習：松本市乗鞍観光センター前テラス
・ロゲイニング：松本市乗鞍観光センター2 階
住所：〒390-1513 長野県松本市安曇鈴蘭 4306-5
電話：0263-93-2727（ナビ設定用・問合せ不可）
- 緊急連絡 本部電話：080-1355-0375（株式会社未来図 松島）

2. 会場案内

- 自家用車の場合：長野自動車道「松本インター」から 40km 約 60 分
駐車場：会場前に無料駐車場あり
- 公共交通の場合：地図読み講習会に間に合うバスはありません
(電車)松本駅 7:15 発 新島々駅 7:49 着
(バス)新島々駅 8:00 発 乗鞍高原観光センター 9:03 着



3. 重要事項

- 乗鞍高原の 6 月上旬の平均気温は最高 19.0℃、最低 8.0℃です。標高が高く、天候によってはかなり冷え込みますので、必ずレインウェア・防寒着等を準備してください。
- 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。その後本部に知らせてください。
- 地図読み講習会にご参加の方には、資料を別途メールにて送付いたします。事前に読んでからご参加ください。当日は屋外での講習となります。

STOP！外来種 「外来種を 入れない 捨てない 拡げない」にご協力ください。

- 着用シューズの靴底を事前に洗浄してお持ちください。

【地図読み講習会】

1. スケジュール

時刻	実施事項
8:30	受付開始
9:00	講習会スタート *10分程度説明を行い、その後はフィールド講習となります
10:30	講習会終了（予定）

2. 装備

- ・コンパス（レンタルあり）
- ・レインウェア ・防寒着 ・健康保険証（コピー不可）
- ・熊鈴：乗鞍高原は熊の多い地域です。
- ・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。＊トレイルを歩きます。

【ロゲイニングプログラム】

1. スケジュール

時刻	実施事項
9:40	受付開始
10:45	開会式 ～ 整備協力金・外来種植物駆除趣旨説明
11:00	外来種植物駆除活動
11:30	競技・注意事項説明
11:40	作戦会議
11:55	スタート地点へ移動 ～ 写真撮影
12:00	スタート
16:00	フィニッシュ ～ 得点集計
16:30	表彰式 ～ 閉会

■受付・開会式

- ・提出物 参加証（携帯電話番号の記入 及び 誓約書に自署のうえご提出ください）
- ・整備協力金・外来種植物駆除趣旨説明：主催者より説明いたします。
- ・配布物 地図、コントロール説明、ポリ袋 ※合図があるまで見ないでください
- ・競技説明：プログラムを読んでいただいていることを前提に、変更点と注意点のみの説明とします。
- ・地図開示：合図に従って地図を開いてください。
- ・更衣室 更衣室はありません。
- ・荷物預 会場に置いていただけます。但し盗難、紛失などの責任は負いかねます。

■得点集計

- ・フィニッシュしたら各チームセルフで得点を集計してください。
- ・セルフで集計後、参加チーム同士で相互に写真チェック・検算を行ってください。

■表彰

- ・各クラス、上位3位まで表彰します。

5. 競技の説明

■競技の概要

- ・フィールド内に35箇所のコントロール（特徴物）を設定します。それぞれのコントロールを通過すると得点が得られます。4時間の制限時間内にどれだけの得点を得ることができるかを競います。
- ・コントロールを示す地図を配布します。地図を見ながら、作戦を考え、自分たちの力で巡ってください。
- ・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。
- ・チームメンバー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以内になるように行動してください。（肉声が届く範囲を目安としています）

■フィールド

- ・乗鞍高原内 【広さ 南北方向に約3.0km 東西方面に約6.5km】【標高 最低：約1220m 最高：約1780m】

■コース

- ・コントロール数35箇所、コントロール番号がそのまま得点になります。
【最低得点：31点】【最高得点：157点】【すべてのコントロールの得点総合計：2500点】
- ・制限時間に間に合わなかった場合は、超過時間1秒から60秒まで100点の減点となります。その後1分超過するごとに100点ずつ減点されます。 ***15分以上の超過は失格**

■デジタル写真撮影による通過証明方式

- ・地図と合わせて、コントロール説明（特徴物の写真付き）を配布します。
- ・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。ソロ参加のかたは、コントロールのみ撮影してください。
- ・フィニッシュ後、参加チーム同士で相互に写真チェックを行ってください。
- ・コントロール設定された場所には、コントロール説明に示された特徴物があるだけです。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。

■競技中の移動手段

- ・移動手段は歩行または走行とします。

■給水・給食

- ・給水所は特に用意しません。飲料・補給食は参加者にて準備願います。

■禁止事項

- | | |
|---------------------|------------------------------|
| ・地図に書いてある道以外を通行すること | ・携帯電話などの連絡手段を持たず出走すること |
| ・競技を中断し、無連絡で帰宅すること | ・指定された以外の移動手段を使用すること |
| ・競技中にゴミを捨てること | ・ペットなど動物を連れて競技すること |
| ・金属ピン付シューズを使用すること | ・チームメンバー以外の者の補助を得ること |
| ・競技時間を15分以上超過すること | ・チームメンバーが別れて行動すること（緊急時を除きます） |

■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）

6. 装備

■必携装備

- ・携帯電話（チームに1台）：緊急連絡用です。十分な充電と余裕のある使用方法をお願いします。
- ・モニタ画面つきデジタルカメラ（チームに1台）：携帯電話、スマートフォンでも構いません。
- ・健康保険証（コピー不可）
- ・**熊鈴：乗鞍高原は熊の多い地域です。競技中は常に鳴らすようにしてください。**

■推奨装備

- ・コンパス：参加者でご用意ください。
- ・こども用軍手：外来種駆除活動に使用します。＊大人用は主催者にて用意します。
- ・ファーストエイドキット、水、行動食、レインウェア、防寒具、お金など

■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。
 - ＊ほとんどのコントロールがトレイル上にあります。
 - ＊場所により膝上程度の笹藪があります。

■主催者が配布するもの

- ・地図・コントロール説明・チャック付ポリ袋：1セット/人

7. 地図の説明

■体裁

- ・サイズ B4 1枚 / 縮尺 1:20,000 / 等高線間隔 10m
- ※地図は、国土地理院発行の数値地図（国土基本情報）を基本に修正をおこなったものです。

■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

- ・地図に書かれた道を通ってください。ただしフラッグのコントロールはトレイルから外れて構いません。
- ・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」を許容した競技と、ご理解ください。

8. その他

■競技中止の方針

- ・最終的には主催者が判断します。
- ・中止判断の基準：競技エリアに気象上の警報が発令されているとき。
- ・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。
- ・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競技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。
- ・競技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。
- ・競技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。