

信州上田／歴史の道 別所線ロゲイニング 2026 プログラム

2026.01.08

1. 開催概要

- 開催日 2026年1月17日(土) *雨天でも決行します。
- 集合場所 別所温泉 相染閣 あいそめの湯／ホール
住所：〒386-1431 長野県上田市別所温泉 58
- 緊急連絡 大会本部電話：080-2595-5779(株式会社未来図：山本 妙子)

2. 会場案内

- 自家用車の場合：上信越道「上田菅平IC」より約15km、長野道「梓川スマートIC」より約40km

*冬用タイヤ装着 もしくは タイヤチェーンを用意してお越しください。

【駐車場】別所線ロゲイニング指定駐車場 会場まで約450m(無料)

*あいそめの湯の駐車場には停めないでください。

- 鉄道利用の場合：
 - ・東京方面：東京 8:41 → 10:02 上田 10:23 → 10:51 別所温泉
 - ・名古屋方面：名古屋 6:49 → 8:23 東京 8:41 → 10:02 上田 10:23 → 10:51 別所温泉
- *上田駅から別所線を利用してお越しになる場合は、1日まるまるフリー切符が便利です。
上田駅～別所温泉駅の往復料金で別所線全線1日乗降自由！

<https://www.uedadentetsu.com/ticket/>



3. 重要事項

- 当日体調に不安がある場合は、無理をせず参加を取りやめてください。
- この地域の1月中旬の平年気温は最高5.0度、最低-5.0度です。ただし天候により気温差が激しいため、直近の天気予報を必ずご確認ください。尚、雪が降った場合、日陰は凍ることがありますので、靴底滑り止めの簡易スパイク等があると安心です。
- この競技は一般的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。
- 神社・寺院内、観光地内は走行禁止です。(地図上に表記なし、現場で判断)
- 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。その後大会本部に知らせてください。

4. 競技の流れ

時刻	実施事項
10:30	受付開始～11:10
11:00	初心者講習会～11:15 *申し込み不要、希望者のみ
11:20	開会式・競技説明
11:30	地図開示～スタート地点へ移動～写真撮影
11:50	スタート
15:50	フィニッシュ～得点集計(Progs)
16:20	表彰式～閉会

■受付

- ・提出物 参加証(携帯電話番号を記入 及び 誓約書に自署のうえご提出ください)
- ・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
- ・更衣室 ありません。施設のトイレ等をご利用ください。
- ・荷物預 会場(室内)に置いておくことができます。
ただし貴重品は各自でお持ちください。盗難、紛失などの責任は負いかねます。

■開会式

- ・主催者あいさつ
- ・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。
- ・写真撮影：スタート地点(ホールの外)に移動して集合写真を撮影します。

■得点集計

- ・フィニッシュしたら得点集計システム(Progs)用のQRコードを記載したカードを受取ってください。
- ・QRコードを読み込み、得点集計システム(Progs)の入力をしてください。
*まわった順番に数字を選択 → フィニッシュ時刻を撮影した時計の時刻に変更 *送信は相互チェック後
*詳細は会場内に掲示する使用方法を確認してください。
- ・各チームで入力後、参加チーム同士で相互に写真チェックを行い、間違いがなければ送信してください。
*送信後でも、間違いがあれば最初からやり直すことで修正可能です。

■表彰

- ・各クラスの上位3位まで表彰します。
- ・表彰時には仮賞状と副賞をお渡し、後日、本賞状を郵送します。

5. 競技の説明

■競技の概要

- ・フィールド内にコントロール(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与えられます。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。
- ・同点の場合、競技時間が短い(早く帰ってきた)チームが上位となります。
- ・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。
- ・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。
- ・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。
- ・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

- ・上田市内 【広さ 南北：約 6.2km、東西：約 9.3km】【標高 最低：約 430m、最高：約 580m】

■得点

- ・コントロール番号がそのまま得点になります。
コントロール数：42、最低得点：31 点／最高得点：157 点、満点：3000 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撮影者以外のチームメンバーを入れて写真を撮影することで通過証明とします。ソロで参加のかたは、コントロールのみ撮影してください。
- ・フィニッシュ時は主催者が用意した時計を撮影してください。(メンバーが入っていないなくて OK) 撮影された時計の時刻がフィニッシュ時刻となります。
- ・コントロールに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。ただし「上田電鉄別所線」のみ利用可能とします。
* 上田電鉄別所線はスマートフォンアプリ「チケット QR」でキャッシュレス決済が可能です。
* 上田駅と下之郷駅以外は無人駅、ワンマン運転となります。乗り方を web サイトでご確認ください。
☞上田電鉄の乗り方 <https://www.uedadentetsu.com/guidance.html>

■給水・給食

- ・給水所は用意しません。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
- ・競技を中断し、連絡をせず帰宅すること
- ・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
- ・金属ピン付シューズを使用すること
- ・携帯電話などの連絡手段を持たず出走すること
- ・ペットなど動物を連れて競技すること
- ・チームメンバー以外の者の補助を得ること
- ・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台用意してください。緊急連絡用です。（参加証に電話番号を記載）
電池切れを起こさないよう、充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：携帯電話、スマートフォンでも構いません。
- ・健康保険証：万一のために必ずご持参ください。（コピー不可）

■推奨装備

- ・コンパス：レンタルはありません。
- ・ファーストエイドキット、飲料、行動食、雨具、お金、モバイルバッテリーなど

■主催者が受付時・フィニッシュ時に配布するもの

- ・地図・コントロール説明・チャック付ポリ袋：1セット/人
- ・得点集計システム(Progs)用のQRコードを記載したカード
*ご自分のチームのカードをお受け取りください。

7. 地図の説明

■体裁

- ・サイズ A3 1枚 / 縮尺 1:25,000 / 等高線間隔 10m

■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。

8. その他

■競技中止の方針

- ・悪天候、災害発生、交通機関の運行停止等により開催を中止する場合があります。その際の判断基準は以下となります。

①交通機関の運休、通行止めが発表されるかまたは高い確率で予想され、参加者が集合できない。

②競技エリアで災害が発生し、安全に使用できない。

③競技エリアに気象警報が発令されている。

- ・競技中止の場合も参加者個別への通知は行いません。Facebook ページ([株式会社未来図](#))  および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。



■免責事項

- ・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。
- ・「競技中止の方針」に従い大会を中止する場合があります。その場合も参加費の払い戻しは行いません。
- ・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。

信州上田／歴史の道 別所線ロゲイニング 2026

主 催：株式会社未来図

後 援：上田市、別所温泉観光協会

プランナー：山本 妙子