

京都一周トレイルラン グランドトラバース65

< ご案内書 >

本大会にお申込いただき誠にありがとうございました。

下記日時・場所にて本大会の受付いたしますので、お間違いのないようお願いいたします。本大会は京都一周トレイルの北山コース、東山コースを楽しんで走っていただくという企画です。風景を堪能しながら、自動車・歩行者に充分注意し、ロングトレイルランをお楽しみください。また、夜間の走行となりますのでコース注意事項を必ずお読みのうえご参加ください。先般の豪雨によりコースの一部が変更されていますのでご注意ください。

記

受付日時・場所 : 9月1日(土) 6:00~7:30
嵐山公園 亀山地区 児童公園 受付テント

ご持参いただくもの(必携品)

参加案内ハガキ・マップ・、携帯電話、携行食、雨具、マイカップ
水など飲料(最低1000ml)、夜間走行となりますのでヘッドランプ
または小型懐中電灯は絶対必要です(予備の電池等)、
現金(リタイヤされた場合の交通費)

受付時お渡しする物 : プログラム、ゼッケン、参加賞、リストバンド(ICチップ)

スタート : 9月1日(土) 午前8時00分よりウェーブスタート
嵐山公園 亀山地区 児童公園
京都一周トレイル 西山コース16番道標近く

ゴール : 毘沙門堂(山科) (制限時間 12時間)
JR山科駅へ徒歩20分

完走賞 : 完走者には完走記念品あり
完走者には完走記録証発行、

お問合せ : 日本トレイルランサーキット協議会
事務局 アクトレップ株式会社
電話 06-6699-5000 FAX 06-6699-5800

以上

コース案内・注意事項

- 1 地図と道標からコースを理解し、自己責任でご参加ください。
- 2 着替え用のテントはスタート・ゴール地点に男女別で用意いたします。荷物はお一人一つに限りお預かりし、ゴール地点までお運びいたします。貴重品はお預かりいたしません。途中の受け渡しはできません。リタイヤの場合はゴール地点の毘沙門堂（JR山科駅より徒歩20分）までお越しください
- 3 交通規制、コース誘導はありません。交通法規厳守、他の登山者にご注意ください。
- 4 エイドステーションは設置いたしますが、水・スポーツ飲料の給水程度です。（パン、チョコレートなどは少し用意有）ご自身で携行食・飲料などをご用意ください。
- 5 夜間走行となりますので、必ずヘッドランプ・懐中電燈（予備の電池）は携行して下さい。
- 6 リタイヤされた場合の交通費として、現金もご持参ください。
- 7 雨天決行ですので、雨の場合はご自身で準備をお願いします。また天候によりコース変更・短縮することがあります。天候に関わらず当日は受付までお越しください。
台風・豪雨等により安全性に問題がある時は中止することもあります。
- 8 チェックポイント（関門）は3カ所設置。ゼッケン下部に切り取りのチェック用片がついていますので、スタート地点とチェックポイントではそれを提出のこと。
- 9 ゴール地点またはリタイヤの場合はエイドステーション・関門にてICチップをご返却いただきます。
- 10 非常時連絡電話（当日のみ 山間部のため繋がらないこともあります）
090-3999-3012 杉浦 090-8528-1953 辻

主催者は、傷病や事故に際し、応急処置を除いて一切の責任を負いません。ただし、主催者はスポーツ傷害保険に加入します。大会開催中の事故、傷病等への補償はこの保険の範囲内となります。心疾患等には適用されませんので、自己の責任において十分な健康管理のうえ大会に参加してください。

トレイルランは自然が相手のスポーツです。危険な状況もありえますので、細心の注意と行動をお願いいたします。また健康管理もお忘れなく。

スタート

ウェーブスタートになります。下記ゼッケン順でスタートします。

皆様のゼッケン番号は、参加案内ハガキにに記載

| 時間 | ゼッケン NO. | 時間 | ゼッケン NO. |
|------|----------|------|-----------------|
| 8:00 | 101~170 | 8:10 | 241~310 |
| 8:05 | 171~240 | 8:15 | 311~350・001~020 |

※7:30より開会式、コース注意事項の説明をします。

コースについて

(番号は京都一周トレイルの道標番号 今回は京都一周トレイルを遡るコース)

- ・スタート地点は、西山16番の近く嵐山公園亀山地区児童公園。
- ・西山15番～8番は嵯峨野の観光地を通っており、スローランで観光客に注意。
- ・小倉池横、落柿舎、二尊院、化野念仏寺前を通ります。西山9番付近は石畳。
- ・西山8番の鳥居のある突き当りを左へ。
- ・西山8番～5-1は舗装路で狭く自動車の通行に注意。5-2地点には行かない。
- ・西山4番～北山89番は清滝川沿いの比較的平坦なコースだが濡れている所が有り、滑りやすい。西山2番と西山1番の橋を渡るところ標識に注意。
- ・北山94番金鈴橋付近にトイレ有。

北山90番手前の清滝橋渡った地点に①エイドステーション設置。

(約8.5km地点)

※リタイヤ者は槇ノ尾バス停から京都市内行きのバス有

- ・高雄橋手前(トイレ有)北山87番からは舗装道路。北山88番で一旦停止し、国道を注意して通って横断歩道を渡る。北山88番～87番は国道の自動車の通行量が多く注意。(ウォーキング指定。)
- ・北山87番(白雲橋手前)右折。駐車場のようなところを通り簡易舗装の林道に入る。(福ヶ谷林道)林道入り口に通行禁止(自動車向け)の標識あり、川沿いは空洞のところ有り危険、山側を通行のこと。北山87番～85番はずっと登りの林道。
- ・北山85番より狭い急な登りの登山路に入るの見落とさないように注意し、高鼻町方面の林道に行かず、沢ノ池方面の細い登りへ。
- ・北山84番より尾根道で平坦。
- ・北山80番(沢ノ池横)～79番は舗装道路。快適に走ることができる。北山77番と76番の間が崩落で通行止めのため、北山79番は登山道へ入らず、そのまま舗装道路を進んで、その先を右折。しばらく進んで北山75番を左折、74番～70番へ。
- ・北山70番京見山荘左折。(京見峠方面へ行かない)北山67-3を過ぎて67-2へ。
北山67-2(レストランはせがわ前)に②エイドステーション設置。

チェックポイント①

(約17.5km地点)

※リタイヤ者はタクシー利用で市内へ

- ・北山67-2から北山67-1で氷室方面へ左折。
- ・北山64番まで舗装道路。北山64番北側に害獣よけ柵あり、後続いない時は閉めること。北山62番から登山道へ。急な下り、細い木橋などもあり慎重に走行のこと。
- ・北山61番～58番(盗人谷)は急斜面のトラバース道も多く注意。
- ・北山57番、56番を通過し、北山55番から向山ルートを通る。
- ・北山51-3までは急な登り。向山山頂を通ること。
- ・北山50-1から叡電二ノ瀬駅の下りは崩落のため通行止め。滝谷峠に向かう迂回路へ。しばらく進むと分岐があるので右折、道が荒れてわかりにくいので注意。ユリ道に出たところで左折。

- ・その先貴船口方面に右下に下りる。200mほどの急斜面のため慎重に注意し下りること。下りたところは貴船への道路、車注意。右手にある叡電の高架下、橋を通り、鞍馬方面へ鞍馬街道を通る。(トイレ有)
- ・鞍馬街道ウォーキング指定。(約1.5km)
- ・鞍馬駅前に③エイドステーション設置 (約30km地点)
チェックポイント② (関門時間 14:00)
- ・鞍馬寺山門から50m過ぎたところ北山43番を右折。薬王坂へ。
薬王坂からの下りは急坂。
- ・静原の集落を通り静原神社(トイレ有)前から自動車道へ。北山34番から33番の歩道はウォーキング指定。
- ・北山30番から自動車道をはずれ林道へ、北山30番江文峠で自動車道を横断し再び林道へ。北山29番を右折。北山28番で道路を横断し、北山27番～26-2～26-1～25番、24番で国道を横断し北山23番へ。
北山23番戸寺公民館前に④エイドステーション設置 (約37km地点)
- ・北山22番(ゲート有)からボーイスカウト道に入る。(急登)
- ・北山19番を右折、東海自然歩道に入り仰木峠方面へ。水井山から横高山の急坂を下り回峰行道を進む。北山10-2で比叡山ドライブウェイをくぐり北山9-2転法輪堂の横を通る。(トイレ有)
- ・北山9-1で広い道から登山道へ入る。
- ・北山8番ここから延暦寺の寺域に入る。(ウォーキング指定)
- ・北山7番で小さな橋を渡り比叡山ドライブウェイを超えて右折。
そのままケーブル比叡駅へ向かう。
ケーブル比叡駅前に⑤エイドステーション設置 (約47km)
途中通過チェック 計測 (関門時間 17:00)
- ・ケーブル比叡駅を直進し電波塔の下を通り(東山73-3)行者道(東山73-2～73-1)を進む。
- ・東山69番水飲対陣跡の4差路を左折、瓜生山方面東山68番を通り東山67番の石鳥居で広い道に出る。右折し登山道へ。
- ・東山66番～62番へ、北城出丸址の横を通り東山61番を右へ。
- ・東山60番で直進せず左折して東山59番へ。
- ・そのまま東山57-1を左へ下り大山祇神社横の小川沿いを通り、日本パブテスト病院駐車場へ出る。パブテスト病院前(東山55番)から交通量の多い道路を渡り東山53番へ。そこから狭い住宅街を通り、京都朝鮮学園の校庭へ。
京都朝鮮学園校庭に⑥エイドステーション設置 (約56km)
チェックポイント③ 最後のエイドになります
- ・そのまま大文字山方面へ進む。
- ・大文字火床から狭い階段を上り大文字山頂へ向かう。(ウォーキング指定)
- ・大文字四つ辻から本来の京都トレイル東山45番から43番へ。
- ・七福思案処5差路を東山39番の山科方面へ。(迷いやすいので注意)
- ・林道をそのまま進み山科毘沙門堂のゴール。ゴール制限時間 20:00 65km
※直前のコース下見でコースの一部・関門時間を変更することがあります。

ウォーキング指定区間

- 高雄の国道162号線（車の多い、歩行者用通行帯のない車道）
北山88番から87番の間
- 鞍馬街道の貴船口から鞍馬寺山門から50m先まで
- 静原の集落を出た道路区間 北山34から33番
- 北山9-2番から6番の延暦寺寺域
- パブテスト病院東山55番から道路を横断し53番
- 大文字火床

ジョギングスピード指定区間 （1km8分程度のスピードで注意して）

- スタートから西山8番までの嵐山観光地区（観光客が多い）までの区間
 - 東山53番から京都朝鮮学園までの住宅街
- 上記違反者はゼッケンを回収のうえ、棄権となります。

■リタイヤについて

途中リタイヤされる方は各エイドまたは、最後尾のスーパーの係員に必ず名前・ゼッケン番号を伝えてください。絶対に無断で帰らないで下さい。

基本的に自力にて、ゴール会場までお越してください（荷物を預けている場合）

リタイヤポイント①

エイドステーション1 槇ノ尾バス停より京都市内行きのバスあり

リタイヤポイント②

エイドステーション2 リタイヤ者はタクシー利用で京都市内へ

リタイヤポイント③

エイドステーション3 鞍馬駅から叡山電鉄で出町柳へ

リタイヤポイント④

エイドステーション4 戸寺から京都バスで京都市内へ

リタイヤポイント⑤

エイドステーション5 ケーブル比叡駅からケーブルでケーブル八瀬駅へ

リタイヤポイント⑥

エイドステーション6 銀閣寺道より京都市バスを利用京都駅方面へ



京都一周トレイル標識

● スタート会場 嵐山公園

JR 嵯峨嵐山駅・阪急嵐山駅より
徒歩で約15分



● ゴール会場 毘沙門堂

JR・京阪・地下鉄 山科駅へ
徒歩で約20分



ゴール地点