

第16回京都一周トレイルラン2019

<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をいたしますのでよろしくお願いいたします。

本大会は、時間・順位を競う競技会ではありませんので、春の京都・北山を安全に楽しんで走っていただくこと。また、マナー、大会ルール並びに道路交通法規を厳守し、自動車やハイカーに充分注意し、トレイルランをお楽しみください。

コース注意事項をお読みのうえ、体調にご留意のうえご参加ください。

記

受付日時・場所 : 4月20日(土) 7:00~8:00
毘沙門堂 勅使門下 (京都・山科駅より徒歩15分) 地図参照

ご持参いただくもの : 同封 参加通知書・マップ・本状、携帯電話、携行食、雨具
水など飲料(1000ml程度)、ヘッドランプまたは小型懐中電灯、
マイカップ

受付時お渡しする物 : プログラム、ゼッケン、参加賞(Tシャツ)

スタート : 4月20日(土) 午前8時30分より ウェーブスタート
毘沙門堂 勅使門下の馬場より

ゴール : 静原神社 (京都市左京区静市静原町) 地図参照
叡山電鉄・京都バス市原駅へ無料送迎バス有 出町柳・鞍馬温泉へ

自動車の来場厳禁 : スタート・ゴール地点のいずれも住宅街で道幅が狭く、駐車場もないので乗入れ厳禁です。乗降は県道・国道等の広い場所で行います。山科駅近くの駐車場をご利用ください。大会継続のためご協力下さい。

お問合せ : 関西トレイルランサーキット実行委員会
電話 06-6699-5000 FAX 06-6699-5800
E-mail sports@actrep.com

コース案内・注意事項

- 1 地図と道標からルートを探し、事故のないよう自己責任でご参加ください。
- 2 着替え用の場所はスタート・ゴール地点に用意いたしますが、広い場所ではありませんので、速やかに交替をご利用ください。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。リタイヤの場合の荷物受取は叡電市原駅より送迎バスでゴールまでお越してください。
- 3 交通規制、コース優先誘導はありません。交通法規厳守、他の登山者にご注意ください。交通法規（信号無視など）、登山マナー違反者は失格といたします。ゴミも持ち帰り。
- 4 **ウォーキング指定・ジョグスピード指定区間を設けます。**違反者は失格といたします。
- 5 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。**ご自身で携行食・水（10程度）**などをご用意ください。途中で商店、自動販売機はあります。ゴミを減らすため、必ずマイカップをご持参ください。
- 6 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。
- 7 **チェックポイントは三カ所設置。ゼッケン下部のチェック用片をもぎりお渡し下さい。**
- 8 計測用リストバンドをお渡しします。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・チェックポイントにてリストバンドをご返却いただきます。未返却の場合は、実費として、3,240円いただくことになります。
- 9 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

090-9349-4508 増田

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。持病をお持ちの方は医師にご相談ください。

スタート地点にトイレは少ないです。またコンビニもありませんので、最寄の山科駅付近でご利用のうえお越してください。

スタート

参加者多数のため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、同封参加通知書に記載

時間	ゼッケン NO.	時間	ゼッケン NO.
8:30	101~200	8:45	331~430
8:35	201~300	8:50	431~500
8:40	001~070、301~330		

コース（番号は京都一周トレイルの道標番号）

- ・スタート地点は、毘沙門堂の馬場と呼ばれる勅使門下の広場。
- ・スタート直後、坂道を下り、山科聖天、南禅寺方面の舗装路へ。
- ・1 kmほどで杉林の中の未舗装路に入る。
- ・京都一周トレイル東山38番の5差路で大文字方向へ。しばらく大文字山方向へ進む。
- ・途中通行禁止の箇所があり、迂回路を通る。
- ・東山45番大文字山四つ辻で本来の京都一周トレイルは哲学の道に下りているが、人の多い哲学の道を避けるため、今大会は大文字山山頂を通るコースをとります。
大文字の火床は狭い階段で観光客もいるため、ウォーキング指定とします。（誘導員有）また大文字山は聖地ですので、騒がしくしないように注意。
大文字の火床は中央から右手へ（下まで降りていかない）
- ・朝鮮高級学校で**チェックポイント①・エイドステーション設置。（約8 km地点）**
ゼッケン下辺を切って提出。
- ・校庭を出て狭い住宅街の路地を通ります。気をつけてスピードを落として通行のこと
- ・東山53番手前で京都トレイルの道に合流。狭いが交通量の多い志賀超道に出ます。
- ・東山53番は車の通行量の多い、道路を渡りますので、注意要。
- ・東山55番日本バプテスト病院前で右側の駐車場方向へ進み、ここからまた登山道となる。ここからほぼ登り。大山祇神社手前で道が二通りあるがどちらを通っても良い。
- ・東山57-1番から道は2つに分かれるが、東山58・59番と右側ルートを取る。
- ・東山60番で合流。東山61番手前で表示のない分岐あり、左に行く。
- ・東山64番で林道との合流地点、林道には下りず登山道に行く。注意要。
- ・東山67番石鳥居で広い林道に出る。
- ・林道に入らず左下の登山道を下る。3本の沢を渡渉。注意要。
- ・東山69番水飲対陣跡4差路を右に比叡山方向へ。ここからケーブル駅までの登り。
- ・東山73-1番で新・旧ルートに分かれる。右側の新ルートを取る。
- ・東山74番ケーブル比叡駅から右へ。

チェックポイント②（関門）・エイドステーション設置。 トイレ、自販機有
（約16 km地点）ここでの制限時間14時00分。 **ゼッケン下辺を切って提出。**

- ・ここから北山の標識ナンバーにかかります。
- ・北山6番広い道から小さな橋を左折。注意要。比叡山ドライブウェイを超える。
- ・ここから延暦寺の寺域に入ります。ウォーキング指定
- ・北山8番で広い道から右下の登山道へ入ります。（直進は巡拝チケットが必要）
- ・北山9-2番転法輪堂（釈迦堂）の横を通ります。トイレ有 ウォーキング指定解除
- ・北山10-2番手前で比叡山ドライブウェイをくぐります。ここからドライブウェイ沿いに行者の回峰行道を通る。途中で数か所分岐があるので、標識に注意。
- ・北山12番からの横高山、15番からの水井山はかなりの急登。がんばりどころ。
- ・このあたりは、木の根が多く出ており、特に下りは気をつけてください。
- ・北山19番で広い東海自然歩道から細い分岐を左へ、ボーイスカウト道に下りる。
- ・木の橋が壊れている箇所もあり、慎重に渡渉してください。
- ・北山22番に害獣避けゲートあり、間が空いている時、最後の方は閉じること。

- ・北山23番戸寺町公民館前 チェックポイント③（関門）・エイドステーション設置。
（約26km地点）ここでの制限時間 16時 ゼッケン下辺を切って提出。
- ・北山24番で国道を渡ります。自動車多く、注意要。近くにおにぎり・おはぎなど販売している店舗あり。購入の方はトイレ利用可。自販機有。
- ・北山28番で道路横断、注意。
- ・北山29番で左折。江文神社には行かない。付近に害獣避けゲートあり、間が空いている時、最後の方は閉じること。
- ・北山30番江文峠付近で自動車道横断、注意。
- ・北山33番から34番まで自動車道の歩道をウォーキング。34番で右へ。
- ・北山35-2番静原神社がゴール。トイレと水道有。
- ・ゴールの制限時間 17時30分 30km
※直前のチェックでコースの一部・関門時間を変更することがあります。

◆リタイヤについて

リタイヤされる方は各ポイントまたは最後尾のスイーパー係員にゼッケンのICチップを必ずお渡しください。その後、荷物を預けている方は荷物を受け取りにゴール地点へ。預けてない方は解散。

第1エイド（朝鮮高級学校）8km付近

第1エイド…徒歩10分…銀閣寺道（市営バス）＝出町柳 乗換※京都駅方面へはそのままバスで出町柳(叡山電鉄 鞍馬線)＝市原 シャトルバスでゴール地点 所要約60分

第2エイド（比叡山スキー場） 関門14:00 16km付近

第2エイド…叡山ケーブルカー比叡駅 ＝ 八瀬比叡山口（叡山電鉄）＝宝ヶ池
乗換 ※京都駅方面はそのまま出町柳へ＝市原 シャトルバスでゴール地点へ 所要約60分

第3エイド（大原戸寺） 関門16:00 26km付近

第3エイド…徒歩5分…戸寺（京都バス）＝宝ヶ池(叡山電鉄) 乗換 ※京都駅方面はそのまま出町柳へ ＝市原 シャトルバスでゴール地点へ 所要約60分

ウォーキング指定区間

- 大文字山の火床（階段から）

※参加者だけでなく一般登山者の方も追越不可です

- 東山53番手前から東山55番
- 北山7番から8番と9番1～2 比叡山延暦寺境内
- 北山33番から34番

上記違反者はゼッケンを回収し、失格といたします。

