

# 第4回生石高原トレイルラン2023

## <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。

本大会は和歌山県の北部を高野山から海南市方面へ延びる長峰山脈の一角をなしている高原である生石高原は、海草郡紀美野町中田と、有田郡有田川町生石にまたがる高原であり、生石ヶ峰（標高 870m）を中心に隆起準平原の平面が続いており、その山頂一帯はススキで覆われた約 13ha の大草原となっています。春の新緑、秋のススキのシーズンは関西一円から、数多くの観光客が、その自然に触れることを目的に集まってくることも知られています。また山頂からの眺望も非常に良いことも相まって、和歌山県内有数の行楽地となっています。春の風景を堪能しながら、自動車・ハイカーに充分注意し生石高原トレイルランをお楽しみください。またコース注意事項をお読みのうえご参加ください。

### 記

受付日時・場所 : 5月28日(日) 8:00~8:30  
和歌山県 紀美野町文化センター 受付テント  
〒640-1243 和歌山県海草郡紀美野町神野市場217  
車: 阪和自動車道、海南東インターチェンジを降り、  
国道370号線を東へ約10キロメートル  
鉄道: JR紀勢本線海南駅からタクシーをご利用の場合、  
乗車料金は5,000円程度です。

ご持参いただくもの: 本状、HP掲載マップ、携帯電話(予備バッテリー)、  
防寒具、レインウェア、携行食、水など飲料(1000ml程度)、  
マイカップ、ヘッドランプまたは小型懐中電燈  
(コロナ調査書は不要となりました。)

受付時お渡しする物: プログラム、ゼッケン、参加賞

スタート : 5月28日(日) 午前9時00分よりスタート  
8時30分より開会式

ゴール場所 : スタートと同じ紀美野町 文化センター

表彰等 : 1位~3位に表彰状、完走者には記録証  
優勝者、準優勝者、3位 賞品もあり

お問合せ : 生石高原トレイルラン実行委員会  
事務局 アクトレップ株式会社  
電話 06-6699-5000 FAX 06-6699-5800

## 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 着替え用のスペースはスタート・ゴール地点で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、スタート・ゴール地点でお預かり致します。  
貴重品はお預かりいたしません。リタイヤの場合はゴール地点までお越してください。
- 3 交通規制、コース誘導はありません。交通法規厳守、登山者・行楽客にご注意ください。
- 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。(個包装の菓子類などは少し用意有) **ご自身で携行食・水筒などをご用意ください。**
- 5 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。  
高原付近では天候によっては気温が低くなることもありますので  
**防寒ウェア装備**をザック等で携行して走って下さい。  
トラブル等で日の暮れる時間になることもありますので懐中電灯、ヘッドランプ等の装備をお持ち下さい。夕方近くなってライト装備のない場合は、途中リタイヤして頂くことがあります。  
また天候、コース異常等によりコース変更・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てください。  
**警報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。(前日までに中止の決定をした場合は20時までにホームページに掲載します)**
- 6 通過チェックポイントは各エイド四カ所、**関門は第4エイド小川神社に15:00設定。**  
通過時に必ず**ゼッケン番号**を係員にお伝えください。
- 7 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・関門にてリタイヤの旨をエイド係員にご連絡下さい。  
万が一、エイド以外での途中リタイヤの場合は下記の非常時連絡連絡電話に入電下さい。
- 8 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)  
080-4356-7800 緊急携帯

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。

### スタート

9:00~一斉スタートになります。

皆様のゼッケン番号は、同封参加通知書に記載。 8:30より開会式、注意事項の説明。

時間	ゼッケン NO.
9:00	女子 001~020、男子101~170

## ゴール・表彰

男女別 上位3位が確定した時点で表彰式を行います。

ゴール後、記録証を発行しますが、総合順位は翌週の事務局ホームページに掲載いたします。  
<http://www.actrep-sports.com>

## コースについて

- ・スタート後、紀美野町文化センターの回りをぐるりと回って町道を下り、T字路（誘導員立哨）にぶつかる左折地点から約300mぐらいウォーキング指定区間の終わり（誘導員立哨）で右折し県道19号を直進
- ・県道19号を進み約2.5km地点で右折し池のある傍の里道を上ります。
- ・少し荒れ気味のトレイルを上り、4.1km地点で舗装路に出て右折し舗装路を進みます。
- ・舗装路を下り気味に5.5km地点を左折し上ります。（舗装路）
- ・約6.5km付近で生石高原への上る飯盛峠の町道にでます。
- ・町道に出たら鋭角的の右折し右側通行にて、少し下った坂本バス停約7km地点を右折し狭い舗装路を下ります。500mほどで右に獣止め柵のあるところからトレイルに入ります。こちらのトレイルも少し荒れてはいますので足元注意で走行下さい。
- ・坂本から下りトレイルから2車線町道に合流一旦停止遵守にて車に注意して車道横断して右折左側歩道を第一エイド 小川神社に向かって下さい。
- ・県道180号を左折して20mぐらいで第1エイド小川神社約8km地点です。県道180号沿い50mほどはウォーキング指定となっておりますので歩いて下さい。
- ・第1エイドで水分、補給食をとってもらって県道180号線を30mほど行ったところを右折すぐに公衆トイレがあります。
- ・トイレを過ぎて舗装路町道をジョグにて600mほど行くとT字路にぶつかります、必ず左折して50mほどでトレイル登山道入り口がありますので入って下さい。
- ・トレイルを名寄松経由で生石山方面にのぼります。
- ・約13km地点（第1エイドからは5kmほど）のところに第2エイド生石高原のペンション村付近があります。ここから生石山上りルートに入ります。この区間の林道下りでは倒木等も多く、荒れた舗装林道はコケで非常に滑りやすいので要注意です。
- ・標高800mの生石高原の売店トイレ前が第3エイド14.5km地点（第2エイドから1.5kmほど）に到着。この生石高原はススキで有名です。春から初夏なのでススキは難しいとは思いますが360度の絶景パノラマを存分にお楽しみください。
- ・生石高原を超えて山頂まで少し上って、右折で下りぐるりと林道を回ると生石神社約18km地点へ上ります。
- ・生石神社から生石高原の頂上方向に戻る感じで再度のぼり、木段下の分岐を右折して林間の少し急なトレイルを下ります。
- ・約19km地点で舗装路に出て50mほどですぐに左折し林道へ入ります。
- ・約21km地点の林道交差点を右折し第4エイド小川神社へ下ります。

- ・第4エイド小川神社（第1エイド共用）24km地点では関門を設けております。  
15:00まで通過（エイドリスタート）が必要です。県道180号50mほどはウォーキング指定です。  
トレイルはすぐ暗くなるのでライト装備をお願いします。
- ・第4エイド小川神社から県道180号を右折（ここまでウォーキング）して上り基調となります。  
復路は、2車線町道の右側歩道を通行します。約25km付近で歩道が無くなる地点からウォーキング指定で約1.3kmほどありますので必ず歩いて下さい。
- ・坂本バス停前から町道舗装路の左側通行にて飯盛峠を上ります。  
尾根沿いの町道26km地点分岐を左折して、下りきったところのT字路を右折してまた町道舗装路を約1kmほど上ります。  
南畑の金比羅神社を越えて往路と同じ道に戻り28km地点から里町へ左折で入ります。
- ・この最後の復路 下りトレイルは普段は、ほぼ人が入っていないようで荒れておりますので一般のハイキング道とは違って、少しルートもわかりにくい箇所もあるので。標識、コース目印テープを確認しながら下って下さい。

#### ウォーキング指定区間

- スタート直後の下り終点左折地点から県道19号への右折分までの約300m  
復路も同区間ウォーキング
- 約6.5km飯盛峠から坂本バス停まで約500m（往路）
- 第1・4エイド小川神社前の県道180号線沿い約50m区間  
ジョギング指定区間 復路も県道180号通行はウォーキング
- 第1エイドから町道T時約9km分岐まで500mはジョグギング指定。

#### 一旦停止場所

- 復路 第4エイド小川神社から2車線町道の右側歩道を走行し、  
歩道が無くなる地点約25km地点から飯盛峠まで約1.3kmウォーキング
- 復路県道19号から町道へ合流地点からゴール文化センターへ右折地点まで約300mはウォーキング（往路同様）

コースイメージ： [Google MAP](#) QR↓



集合・スタート場所（紀美野町 文化センター 受付 8:00～8:30）

〒640-1243 和歌山県海草郡紀美野町神野市場 2 1 7

※参加者用駐車場は完備



交通アクセス 阪和自動車道海南東ICから車で約30分  
JR海南駅から車で約40分

【列車利用】JR時刻表（海南着）

天王寺 5:25発（関空行）鳳 5:40着 阪和線乗り換え 和歌山 6:43着

紀勢本線 海南 7:07着

天王寺 5:39発 和歌山経由で海南 7:42着

※海南駅からタクシーで約40分 5000円ほどかかります。