

第19回生駒トレイルラン2024

<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。

本大会は大阪では最も身近な山・生駒山系を走る企画です。大阪平野を一望し、なだらかなイメージですが、けっこうタフで初心者もベテランも楽しめるトレイルです。

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 : 1月20日(土) 7:30~8:30
私市水辺プラザ(大阪府交野市私市9)
京阪交野線 私市(きさいち)駅 徒歩5分

参加者用駐車場はありません。会場公園内への車の乗入れはご遠慮ください。

(公園内への道路は閉鎖されます。)

*スタート地点でトイレはありません。近くのトイレは枚方市駅、私市駅(小さい)、です。又はコース上のほしだ園地内のトイレです。また、更衣テントのご用意もございませんので、走れる服装でお越し下さい。応援の方の来場も自粛のご協力願います。

ご持参いただくもの: 参加通知ハガキ・マップ・本状、携帯電話(予備バッテリー)、携行食、雨具、防寒具、携帯カップ(マイカップ)・水など飲料(最低1000ml)、ヘッドランプ(小型懐中電燈)、**預け荷物入れビニール袋(雨天時 荷物濡れ防止用)**

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 : 1月20日(土) 午前9時00分よりウェーブスタート
8時30分より開会式

ゴール場所 : 22km 府民の森なるかわ園地 神津嶽ふれあい広場
近鉄奈良線 枚岡駅へ徒歩20分
29km 近鉄西信貴ケーブル 高安山駅前
近鉄信貴線 信貴山口から徒歩20分

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29kmのゴール地点のみ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、各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。濡損については各自の責任でお願いします。
特に預け荷物の防水対策は各自でお願い致します。(屋外預かりです)
- 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。(パン、チョコレートなどは少し用意有) **ご自身で携行食・水筒などはご用意ください。**
- 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。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。
- 6 チェックポイント三カ所設置。
- 7 **制限時間は、22kmコース6時間。29kmコース8時間です。**
関門は29kmコースのみで、21km地点(関門時間 14時30分)です。
- 8 体調に異常を感じたらエイドで休憩をとるように十分注意してください。
- 9 各ゴール地点はゴミを出さないように管理部門より徹底依頼がきております。空き缶等も含めゴミ類はお持ち帰りご協力よろしくをお願いします。
- 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)
080-4356-7800 大会本部

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、参加通知ハガキに記載

スタート時間の1時間前くらいをめどにロング、ショートへ分かれて受付にお越し下さい

時間	ゼッケン NO.	時間	ゼッケン NO.
9:00	ロング男子 001~100	9:10	ショート男子 301~390
9:05	ロング男子 101~190		ショート女子 401~430
	ロング女子 201~240		

- ・スタート地点は、天野川の河原・私市水辺プラザ。
- ・コースは大阪環状自然歩道・生駒縦走歩道。
- ・スタート後、天野川沿いから「いわふね自然の森・スポーツ文化センター」前を通り、川沿いの遊歩道を通り、府民の森ほしだ園地へ。**※いわふね自然の森・スポーツ文化センターからジョグ追い越し禁止区間開始。**途中国道168号線の歩道に少し出るので注意。
- ・府民の森ほしだ園地の入り口まではせまい木道なので行楽客に注意。
- ・ほしだ園地のクライミングウォールから園地内の管理道路を通る。(トイレ有)
※ほしだ園地までジョグ追い越し禁止区間 ほしだ園地管理棟前で区間終了
- ・途中名物「星のブランコ」の下を通過。
- ・やまびこ広場からかえる岩方面へ右折で前回夏大会から変更になったトレイル道に入り西側を回り込んで飯盛霊園へ向う。
- ・飯盛霊園に入ったところでウォーキング指定。

- ・霊園の尾根からウォーキングは解除。
- ・飯盛霊園を出たところが国道163号線。歩道をウォーキング。
- ・下田原西の交差点で国道を横断。信号遵守。
- ・信号横断後、田原台の住宅地の歩道をジョギング程度のゆっくりスピードで通行。
- ・ビオトープ田原の山里ゲートを通りハイキング道へ。
- ・堂尾池北側を通り、遊歩道を通行。
- ・**四条畷市ふれあいの森駐車場横にエイドステーション・チェックポイント①設置。**
スタート地点より約10km地点。(トイレ有)
- ・四条畷市立野外活動センターのところで横断歩道を渡り、府民の森むろいけ園地へ。
- ・むろいけ園地入口のひょうたん池の橋が破損して通行禁止となっているため、迂回して駐車場を通過して公園エントランスゲートから園内へ。
- ・室池の中堤を過ぎて園地を出て1kmほど進むと阪奈道路にでる。
- ・阪奈道路を歩道橋で横断。
- ・畑の間の道を通り、しばらく舗装道路を通る。トラックの出入り有り注意。
- ・阪奈カントリークラブの手前から山道へ。たまにゴルフボールが飛んできます。
- ・信貴生駒スカイラインにほぼ沿って生駒縦走路がある。
- ・府民の森くさか園地に入り**エイドステーション・チェックポイント②設置。**
スタート地点より約17km地点。(トイレ有)
- ・くさか園地に続いてぬかた園地に入る。ぬかた園地内はあじさい祭りで人出が多いためウォーキング指定。
- ・ぬかた園地をでると国道308号線と交差。(狭い国道)近くに有名な暗峠がある。
- ・交差をすぎるとすぐに府民の森なるかわ園地ゲートへ。
- ・**22kmコースは300mほど進み小山を登って、なるかわ園地案内所前を右へ。**
約1kmで神津嶽ふれあい広場がゴール。
- ・**29kmコースはなるかわ園地ゲートからそのまま進み、ぼくらの広場がエイドステーション。チェックポイント③設置**
- ・**29kmコースの関門 制限時間14時30分** (トイレ有)
- ・なるかわ園地内も分岐多く、標識注意。
- ・鳴川峠から信貴生駒スカイラインに沿って通る。
- ・1.5kmほどで十三峠への交差点。その付近で**エイドステーション④設置**
スタート地点より約24km地点。
- ・少し進むと陸橋を渡り、信貴生駒スカイラインの東側を通る。スカイラインの歩道を通る場所も有り。
- ・トンネルをくぐり、再びスカイラインの西側へ。高安山の麓を通るとゴールはすぐ。
- ・西信貴ケーブル高安山駅前が**29kmのゴール**
- ・**※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

- 飯盛霊園内
- 国道163号線沿いと信号横断
- ぬかた園地内

上記違反者はゼッケンの回収のうえ、棄権となります。

集合・スタート場所 (私市水辺プラザ)

※参加者用駐車場はありません。電車でお越し下さい



ゴール場所

22kmコース なるかわ園地 神津嶽ふれあい広場



29kmコース 西信貴ケーブル 高安山駅前

