

第2回全日本山岳スノーシューイング・レース in 奥志賀

実施要綱

【公認】 日本スノーシューイング連盟 (以下連盟)

【主催】 奥志賀高原常会

【主管】 スノーシューWEEK in 奥志賀 実行委員会

【後援】 国際スノーシューイング連盟、山ノ内町観光連盟、志賀高原観光協会他

【協賛】 全日本スノーシューイング GP シリーズ 協賛各社

【開催日】 2020年4月11日(土)～12日(日)

※11日:各種イベント・前夜祭パーティ等 /12日:本レース

【スノーシューWEEK】2020年4月4日(土)～12日(日)

※関連イベント開催予定。詳細は奥志賀高原スキー場HP内にて。

【開催場所】 奥志賀高原スキー場山麓特設コース (長野県下高井郡山ノ内町)

【アクセス】 長野県下高井郡山ノ内町奥志賀高原スキー場

車: 上信越道・信州中野ICから国道292号を約38km。

電車+バス: JR長野駅から志賀高原急行バスに乘換え約1時間40分。またはJR長野駅から長野電鉄・湯田中駅経由でバスに乘換え約1時間。

※詳細は奥志賀高原スキー場HPへ。

<http://www.okushiga.jp/skiresort/access/>

【競技種目】 ①ロングコース (12km): タフでチャレンジしがいのある本格雪上トレイル。獲得標高500m前後。②ミドルコース (5km): 雪原を駆け、森林を巡る気持ちよいコース。※積雪天候等によりコース変更あり。距離等に多少の誤差あり。

【表彰】 国際標準エイジグループに基づき記録賞を授与します。

①ロングコースはJunior (19歳まで)、Open (20から39歳まで)、Masters (40から49歳まで)、Seniors (50～59歳まで)、Veterans (60歳以上)、Full Open (全年齢) の6クラス各3位まで。

②ミドルコースはFull Open (全年齢) クラス3位まで。

【参加費】 ①ロングコース 9,800円 ②ミドルコース 6,800円 (保険料込)

【宿泊プラン】 前夜祭パーティ / 1泊2食付
デラックス: (A) 13,000円@奥志賀高原ホテル

(B) 16,000円@ホテルグラン

フェニックス奥志賀

スタンダード: 10,000円@リゾート内の各ペンション (宿選択不可)

リーズナブル: 8,000円@スポーツハイム奥志賀 (相部屋)

前夜祭パーティ (夕食) は奥志賀高原ホテルにて開催。

宿泊施設詳細は奥志賀高原スキー場HP内にて。

【スノーシューレンタル】 1,000円/日

【参加・宿泊申込】 下記のいずれかの方法でお申し込みください

①連盟HPか連盟FBページ、奥志賀高原スキー場HP内 (準備中) 経由の連盟申込フォーム、または連盟事務局へのFaxでお申込後、参加費・レンタル費をクレジットカードまたは銀行振込にて各金融機関3営業日以内にお振込みください。宿泊費は参加証送付時に支払方法をお知らせいたします。なお料金はすべて税込価格です。

連盟HP: <https://japansnowshoeing.org>

連盟FBページ:

<https://www.facebook.com/snowshoeingrace>

奥志賀高原スキー場HP:

<http://www.okushiga.jp/skiresort/>

振込先: りそな銀行 府中河原町支店 (普)

1168418 日本スノーシューイング連盟

②次のエントリーサイトからもお申込可能です。

SportsEntry <https://www.sportsentry.ne.jp>

e-moshicom <https://moshicom.com>

【レース参加申込締切】 ①の場合: 2020年3月29日(日) ②の場合: 2020年3月22日(日)

【各公式Webサイト】

日本スノーシューイング連盟:

<https://japansnowshoeing.org>

日本スノーシューイング連盟 Facebook ページ

<https://www.facebook.com/snowshoeingrace>

スノーシューWEEK in 奥志賀 (奥志賀高原スキー場HP内): <http://www.okushiga.jp/skiresort/> (準備中)



【日程】

■□4月11日(土) レース前日(各種イベント・前夜祭)

12:30~16:00 レース前日受付

※スノーシューでのウォーキング等イベント開催予定(準備中)

18:30~20:30 宿泊者向けブリーフィング、前夜祭パーティ

■□4月12日(日) レース当日(ロング12Kコース、ミドル5Kコース)

8:00~9:00 レース当日受付

9:00~9:30 開会式等

9:45 両コース共: スタート地点集合、装備チェック、最終コール

10:00 両コース共: レース・スタート

14:00 レース打ち切り(制限時間4時間)

14:15 表彰式

14:30 閉会

※諸条件によっては、多少の時間調整・変更あり。

【参加資格】◆全競技: 自力で制限時間内に完走する自信があり、かつアクシデントに対し自己責任の負える中学生以上の者。及び、保護者が伴走し、完走できる小学生。未成年者は保護者の承諾を得ている者。

【グランプリ加盟大会】本大会は全日本グランプリシリーズの公式加盟大会となります。グランプリシリーズには2020年から本戦加盟しています。

【グランプリシリーズ】白山/妙高/日光/奥志賀各大会の詳細は、連盟公式ホームページ、連盟FBページ等をご確認ください。

※各内容は天候、諸事情等により変更の可能性があります。最新情報は上記ウェブサイトを都度ご確認ください。

【諸規定】本大会は当該実施要綱、並びに当連盟HP、FBページに掲載される最新の実施要綱、日本スノーシューイング・レース規則、及び連盟、本大会主催・主管団体が定めるその他の規定、規則、要綱、細則に則って行う。また本大会は全日本グランプリシリーズ加盟プレ大会として全日本グランプリシリーズ運営規則に準ずる。

【必携品】

◆スノーシュー(レンタル可): 長さ53cm(21インチ)、幅20cm(8インチ)以上、かつ裏面は雪上を滑らない構造になっていること。

◆インナー: 保温性の高い吸汗・速乾性のもの(ポリプロピレン、ポリエステル素材)を推奨。

◆防寒着: フリースのベストなど保温性があり軽量なものを推奨。

◆アウター: 透湿防水性のパーカー、ウインドブレーカーを推奨。

◆シューズ: ランニングシューズ、トレランシューズ、軽登山靴(走れるように適度なくるぶし丈と柔軟性を有するもの)など各自で判断。防水素材のランニングシューズにスパッツ(ゲイター)を併用すると快適。

◆その他: サングラス、帽子、手袋などの防寒具。

※本レースではポール(ストック)の使用は禁止。

◆飲料水: 装備チェックの対象とするが水量は各自の判断。コース中に給水場は設けない。

◆コース上にトイレはありません。トイレは事前に済ませておき、水源地保全のため、万一の場合の携帯トイレを持参。



スノーシューって、なにコレ!
かんたん! おもしろい!



仲間や家族といっしょに雪山へ飛び出そう!

★経験や特別な技術は必要なし。ただ履いて一歩踏み出すだけ。ふわふわの雪の上も歩けちゃう!

★真っ白な雪原や森の中をゆく爽快感は異次元! スキーやスノボとはまた違った非日常感を味わえます。

★最初はウォーキング感覚でOK! 倒れても雪の上なので痛くない、気分が乗ってきたら駆け出してみよう!

★春スキーもいいけど、春スノーシューもいい! 標高1,500mの奥志賀だから4月でもまだまだ雪遊びができちゃう!

★雪の中を走るのももちろん、歩くだけでもすぐ汗をかく。インナーやアウターの汗対策はしっかり。

★ロングコースは本格雪上トレイルラン。距離は12kmですがハーフマラソン完走以上の体力が求められます。

★ミドルコースは初心者でも参加しやすい。アクティブに楽しもう!