



第2回 富山湾岸ウルトラマラニック

開催種目 : 100km 50km 30km 15km

宿泊懇親会のための参加大歓迎

開催日

2010年 6月18日(金)～20日(日)

2010年は「七尾までちょこっと走りましょうか！」

100kmコースは昨年同様に新潟県糸魚川市のJR市振駅から、50kmコースはJR富山駅から出発、ともに富山湾岸沿いをゴールである石川/富山県境(石川県七尾市/富山県氷見市)を目指します。30km(JR高岡駅出発)、15km(JR氷見駅出発)も同時開催し、皆で同じゴールを目指します。全コース「余裕をもって、ゆっくり、楽しく」休み食べながら歩き走ります。ゴール後は民宿に一泊して、懇親会を開催します。

開催日

- ・100km 6月18日(金)~19日(土)、50km/30km/15km 6月19日(土)
 - ・宿泊懇親会 6月19日(土)・・・翌20日(日)朝食後に解散
- 雨天決行。ただし荒天時には参加者の判断で中止願います。懇親会は天候に関わらず開催します。

宿泊するランナーの受付(荷物預かり・・・宿泊しないランナー、宿泊のみの参加者は受付不要)

全種目 6月18日(金) 21:45 JR富山駅北口ライトレール側ロータリー

yoshieさん(さん)に荷物を預けます。yoshieさんには19日(土)15時迄をメドに宿泊会場へ荷物を輸送して頂きます。当日受付できない参加者は、出場を確約した上で、他の参加者に荷物を託すか、宅配便で宿泊先に荷物を送っておくこと。

種目とスタートの場所日時(50km30km15kmは時間変更する場合があります)

1) 100km(実測102km超)

集合: 6月18日(金) 21:50 JR富山駅北口きっぷ売り場・・・受付後すぐに集合&移動

移動: JR富山駅22:05(5番線?) JR市振駅22:58(950円)

スタート: 6月18日(金) 23:00 JR市振駅(新潟県糸魚川市)

2) 50km(実測50km程度)

集合&スタート: 6月19日(土) 8:30 JR富山駅北口ライトレール乗り場付近

3) 30km(実測33km程度)

集合&スタート: 6月19日(土) 11:30 JR高岡駅前・ホテル 1側

4) 15km(実測15km強)

集合&スタート: 6月19日(土) 13:30 JR氷見駅前

ゴール

全種目 国道160号線・石川/富山県境(石川県七尾市/富山県氷見市)

ゴール後は宿泊懇親会場へ移動願います。ゴールから宿泊先まで約1200mです。

宿泊懇親会場

民宿「旅庵 花厨ゆうなぎ」 TEL 0766-79-1021 <http://www.yuunagi.com/>

チェックインは15~18時です。18時過ぎの到着は、ゆうなぎさんへ必ず電話連絡願います。

参加費用(宿泊懇親会参加者・・・JR・バス等の交通費は、各自で個別清算です)

- ・15,000円程度(内訳: 宿泊代+消毒代+ボランティア御礼)・・・宿泊会場で集金

エントリー

- 1) 宿泊懇親会参加者・・・5月末で締め切りました。欠員があった場合に補充募集します。
- 2) マラニックのみ希望(宿泊しない場合)・・・6月17日までに「参加種目」を明記してBBS、E-mail、電話等で参加表明願います。いたち川RC会員以外の参加希望者は、いたち川RC会員を通じて申し込んで下さい。

コース詳細（ 詳細を別途連絡予定です）

1) 各コースのkmlデータは にファイル化してあります。

<http://f13.aaa.livedoor.jp/~itachi/kikaku/2010wangan.html>

2) [まささんのジョギングシミュレーター](http://42.195km.net/jogsim/)でkmlファイルを読み込んで事前に十分研究して下さい。

<http://42.195km.net/jogsim/>

まささんのジョギングシミュレーターの使い方は上記まささんのサイト内に詳述されています。

ルール・その他

1) チェックポイント（ コース解説を参照、セルフチェックです）

距離計測の都合上、チェックポイントをなるべく通過して下さい。

100kmコース

第1 CP 15km 入善町 浄化センター風力発電所

第2 CP 30km 黒部市 石田フィッシャリーナ

第3 CP 44km 滑川市 ほたるいかミュージアム/タラソピア

第4 CP 50km 富山市 浜黒崎キャンプ場（自転車道に入ってからチェック）

第5 CP 70km 射水市 県営渡船乗船（乗船したらチェック・・・無料です）

第6 CP 81km 高岡市 雨晴海水浴場（JRの海側の道路に入ってからチェック）

最終CP 92km 氷見市 阿尾地内ヤマザキデイリーストア（ゴールまで10km）

50kmコースは第5～最終、30kmは第6と最終、15kmは最終でチェック願います。

チェックポイントは目安です。安全第一で各自のコースを走られても構いません。

2) 制限時間について

特に設けませんが、なるべく15～16時の間に宿泊会場へ到着して下さい。到着が16時以降になる場合は他の参加者に、18時以降になる場合は宿泊会場のゆうなぎさんに直接電話連絡して下さい。

3) 補給について

エイドは一切ありません。持参物や自販機・コンビニ・食堂等で給水&補給願います。100kmのスタート～25km、全コースのラスト10kmにはコンビニが無いので注意して下さい。

4) 交通安全について

- ・交通ルール特に信号遵守、極力歩道走行、歩道無き場合は右側通行しましょう。
- ・歩行者優先とし、子どもお年寄り障害者に気配りしましょう。
- ・歩道の無い危険な区間がありますので交通安全には十分注意して下さい（特にラスト10km）。
- ・100kmコースは深夜スタートです。照明(ヘッドランプや懐中電灯)と反射材を持参下さい。

5) リタイヤについて

- ・参加者の自己判断でリタイヤしてください。
- ・収容車等はありませんので、リタイヤ後は公共交通機関等で宿泊懇親会場に移動して下さい。

6) 表彰など

- ・順位表彰等はありません。懇親会にて完走者・挑戦者に相互の拍手でもって健闘を讃えます。
- ・完走者についてはホームページに永年掲載の予定です。

7) 携行品

- ・現金は必須（給水補給用、移動&リタイヤ時の交通費など）と思われます。
- ・できれば携帯電話（チェックポイント通過、事故、リタイヤ時の連絡などに必要）もお願いします。
- ・チェックシート&参加者名簿（別紙・・・チェックポイント通過時にチェック&緊急連絡用）

8) your own risk 宣言をお願いします。

- ・自己責任で参加願います。事故等が発生してもクラブでは一切の責任を負いません。
当イベントとは無関係に、ランナーとして、個人での傷害保険加入を強くお奨めします。

9) 宿泊キャンセルについて

キャンセル料が発生した場合は後日実費を頂戴しますので、ご注意ください。

「ゆうなぎ」キャンセル料金

3日前～2日前：宿泊料金の20%

前日キャンセル：宿泊料金の50%

当日キャンセル：宿泊料金の80%

連絡なしの不泊：宿泊料金の100%

交通安全には特に特に注意してください。

コース設定は、なるべく安全な経路となる様に、一般車両通行不可の道路（管理道路、サイクリングロード、射水線廃線跡）と歩道のある一般道を優先して選びましたが、一般道にはどうしても歩道の無い区間があります。次の区間、特にラスト10kmとなる国道160号線ではスピードを出すドライバーが多いので歩道の無い場所では自動車に注意して下さい。別紙コース解説もご覧下さい。

- ・泊～入善の海岸管理道路までの区間、県道1号の滑川漁港～富山市水橋の区間（100kmコース）
- ・新庄川橋西詰(庄川の橋)～伏木万葉大橋東詰(小矢部川の橋)の区間（50km100kmコース共通）
- ・高岡高校～能町～伏木万葉大橋東詰(小矢部川の橋)の区間（30kmコース）
- ・伏木市街および雨晴駅付近（30km50km100kmコース共通）
- ・国道160号線（全コース共通）・・・5/15菟田トンネルで自転車と自動車の死亡事故発生

以上