

第 21 回立山登山マラニック 実施要項

第 21 回立山登山マラニックを下記のとおり実施します。選手はこの要項を熟読の上、出場準備をしてください。

1. 開催日

2018 年 8 月 25 日(土) (宿泊者下山日、 26 日(日))

2. 前泊の宿泊場所について

選手各自で手配して下さい。

マラニックの部参加の方は、大会当日、富山駅南口・出発時間 2:40AM(ホテルリラックスイン富山前)より、マラニックスタート地点(浜黒崎キャンプ場)へ送迎バス(無料)を運行しますので、富山駅周辺での宿泊が便利です。

浜黒崎キャンプ場の駐車スペースには限りがあるので、できるだけ送迎バスをご利用下さい。ウォークの部参加の方は、スタート地点の立山駅周辺での前泊が便利です。

3. 選手受付について

ゼッケン・大会パンフレット・参加誓約書等の受付品一式を事前に選手エントリー住所へ 8 月 10 日頃までに発送いたします。

なお、スタート地点(マラニックの部:浜黒崎キャンプ場、ウォークの部:立山駅)にて**参加誓約書**を提出していただきますので事前に記入のうえ、当日受付へ提出して下さい。

4. 選手荷物の搬送について

①室堂行き・大ビニール袋(90L):

…室堂エイドで受け取ることができます。標高 3,003m の雄山登頂用装備(雨具・防寒具・行動食等)、宿泊用の荷物などを入れてください。

※ 室堂への荷物到着予定時刻は 9:00AM です。

②称名行き小ビニール袋(45L):マラニックの部のみ

…称名エイドで受け取ることができます。

…雨具・行動食、着替え、携行品などの交換・収容が可能です。

…称名で使用後の荷物(小ビニール袋)は室堂へ運びます。

【注意】

※浜黒崎でお預かりした荷物(ビニール袋)は、それぞれ称名および室堂でしかお渡しできません。リタイヤした選手は収容車に乗って称名・室堂へ移動し荷物を受け取ります。

※貴重品の管理は各自でお願いします。

5. スタート前の行程について

気象条件等により運営環境が悪化し十分な安全確保が見込めなくなった場合は、事前に大会を中止する可能性があります。前日の 17 時頃に大会 HP およびフェイスブックで発表しますので荒天時等ご注意ください。

大会 HP: <http://tateyama-climbathon.com/>

問合せ電話番号(8/24・25 のみ): 080-8775-1273 大会事務局

① マラニックの部

時間	富山駅周辺からのバス利用	マイカー利用
午前 2 時 30 分	ホテルリラックスイン富山前にバス配車 富山市桜町 1-7-22 http://www.relax-inn.co.jp/access.htm	駐車料金 500 円です。駐車スペースに限りがあるので、知合いの方は、できるだけ、相乗りでお越し下さい。 ・到着した選手から参加誓約書を提出し、荷物預け(大ビニール袋、小ビニール袋)を行ってください。 ・受付開始時間 2:45AM~
2 時 40 分	選手集合・荷物積込・乗車 ①小ビニール袋、大ビニール袋を別々にして積込む。 ②乗車次第、順次発車(最終 2 時 50 分出發) 【注意】 ※バスへはすぐにスタートできる服装で乗車してください。 ※富山駅前で積み込んだ荷物は受付終了後、それぞれ称名と室堂でしかお渡しできません。	
3 時 10~40 分	浜黒崎キャンプ場到着。 受付: ・参加誓約書を提出してください。 ・ゼッケンの QR コードを読み取る作業を行い受付確認します。ゼッケンを用意し、受付にお並び下さい。	
	(海岸のスタート地点へ移動)	
3 時 50 分	出発式	
午前 4 時 00 分	スタート	

② ウォークの部

時間	内容	マイカー利用
午前 5 時 45~ 6 時 15 分	立山駅前に設置のデスクにて受付。 受付: ・参加誓約書を提出してください。 ・ゼッケンの QR コードを読み取る作業を行い受付確認します。ゼッケンを用意し、受付にお並び下さい。 ・荷物預け(大ビニール、室堂行)を行ってください。	立山駅周辺の無料駐車場をご利用下さい。
6 時 20 分	出発式	
6 時 30 分	スタート	

6. 雄山山頂ゴール後の行程について

時間	内容
12時30分頃 ～16時45分	山頂から安全に留意して下山し、室堂エイドにて大・小ビニール袋を受け取って下さい。途中リタイア者も同様に室堂エイドにて宿泊用荷物を受け取って下さい。 室堂エイドの閉鎖時間は16:45です。
14時30分～	荷物を受け取った方は、雷鳥荘まで徒歩で移動下さい(約30分) 14:30から雷鳥荘での受付を開始する予定です。
17時30分～ 19時30分頃	2回にわけて夕食タイムです。その前にお風呂にどうぞ。
20時00分頃～	歓走パーティー
【日帰りの部について】	
バス① 15:00 室堂発 - 16:10 立山駅着	
バス② 16:30 室堂発 - 17:40 立山駅着	
バス③ 17:00 室堂発 - 18:10 立山駅着 - 富山駅経由 - 19:10 浜黒崎キャンプ場着	
※ 「日帰りの部」選手は乗車時にゼッケン番号をスタッフに告げて下さい。	
※ バス①, ②は立山駅止まりで、ボランティアも同乗します。	
※ バス①, ②は、ボランティア・「日帰りの部」選手で満席になり次第、出発します。	
※ バス③は、「日帰りの部」選手全員の乗車を確認し出発します。	
8月26日(日) 2日目	
6時00分頃～	朝食
9時00分	室堂ターミナルから下山バス出発。15分前にはターミナルに集合下さい(記念撮影)。立山駅 10:10、富山駅 11:10、浜黒崎 11:40 到着予定(出発前の点呼は実施しません。各自の責任で乗車ください)

7. コースについて

コースマップ

<http://tateyama-climbathon.com/2018/wp-content/uploads/2018/05/第21回立山登山マラニック・コース図.pdf>

【スタート: 浜黒崎キャンプ場】 ※ウォークの部は立山駅スタートから同コース
 → 常願寺川左岸堤防沿い(今川橋) → 【大日橋給水ポイント】 → 雷鳥大橋を渡り右岸へ
 → 【岩嶺寺エイド】 → 立山橋を渡り左岸へ → 【かすみ橋給水ポイント】 → 芳見橋を渡り
 右岸へ → 芦嶺寺雄山神社 → 立山大橋を渡り左岸へ
 → 【立山駅エイド】 → 藤橋を渡り称名川右岸へ
 → 【称名エイド】 → 称名川沿いを飛龍橋から八郎坂へ
 → 【弘法エイド】 → 木道を追分へ → 追分の木道分岐から高原バス道路を室堂方面へ
 → 【弥陀ヶ原エイド】 → 天狗平 → 【室堂エイド】 → 室堂平
 → 【一ノ越チェックポイント】 → 登山道を山頂へ向かう
 → 【ゴール: 北アルプス立山・雄山】 (→室堂まで下山後、宿泊コースの選手は雷鳥荘まで移動)

フルマラソンの距離を超えてさらに標高差 2,000m以上を登り、山頂へ挑む厳しいコースです。本格的な登山と同様にコース上のあらゆる事柄に自己責任で対応してください。

なお、大会中に気象条件等により運営環境が悪化し十分な安全確保が見込めなくなった場合は、ゴールを短縮(室堂、立山駅等に変更)する場合がありますのでご了承ください。

- 1) スタート地点から水筒、ライト(ヘッドライト、懐中電灯等)を携行してください。スタート直後からの河川敷コースは暗闇の中を走ります。ライトなどの荷物は途中で預かりません。称名エイドまで携行してください。
- 2) 立山駅までは緩やかに登りますが、称名までは勾配の厳しい登り坂(舗装路)です。
- 3) 称名エイドから先は、山岳コースとなります。**雨具・防寒具などの対策を万全に行ってください。**
- 4) 称名エイドを越え称名滝手前の飛龍橋を渡ると、登山道八郎坂の入り口です。八郎坂は標高差約 500m の急勾配の登山道で、転倒・滑落の危険も伴う難所です。浮石、日陰の苔むした滑りやすい岩場、道や土砂が崩落しかけた部分や危険表示の赤旗・トラ縄などがあります。一步一步に集中して安全第一で通行してください。
- 5) 弘法・天狗平・一ノ越・雄山山頂のトイレはチップトイレとなりますので、小銭の準備をお願いします。
- 6) 弘法からの木道には段差、つまずきやすい箇所、劣化して「ぐらつき」「浮き」がある板があります。雨などで濡れていると大変滑りやすいのでスリップや転倒に細心の注意を払ってください。途中バス道路に近接しますが、追分出口までは途中の道路進入は禁止です。
- 7) 追分の木道分岐点を左折し高原バス道路に入ります。コース分岐点には案内係がいますので、誘導・指示に従ってください。
- 8) 追分～室堂の区間はつづら折りのカーブが連続する道路で大型バスが往来します。車両接近の有無にかかわらず道路左側の白線外側を一列で通行してください。走行車線や反対車線への侵入・通行を禁止します。道路上でバスとすれ違う時や、雨や霧が発生して視界不良の時はバスの運転席から選手が見えにくい場合がありますので、路肩に立ち止まって車両が通過してから通行してください。選手の存在を強くアピールするため、点滅ライト又は反射板をザックに備え付け、できるだけカラフルなウェアで参加してください。
- 9) 室堂から雄山山頂への往復は、体調・気候など厳しい条件となる場合を想定して十分な**雨具・防寒具等**の装備と覚悟で室堂をスタートしてください。
- 10) 一ノ越からはガレ場や岩場の多い急勾配の登山道です。
- 11) 立山の主峰雄山が感動のゴールです。
※胸のゼッケンを外して神社受付に提示して頂くと雄山頂上峰本社に参拝できます。
※山頂は登山者で混雑しますので、参拝後速やかに下山してください。
※ゴールタイム時間が2度計測になる可能性があるため、ゴール後、胸のゼッケンを外して下さい。また、背中のゼッケンは、室堂の荷物受渡しのチェックに使用しますので、そのままをお願いします。
- 12) 最終目的地は日帰りの部:室堂、宿泊の部:雷鳥荘です。登山のケガ・トラブルの多くは下

山時に発生します。相当な疲労度になりますが最後まで気を抜かず、ガレ場でのスリップや登山マナーに注意して行動してください。

- 13) 雷鳥荘へは徒歩約 30 分かかります。遊歩道が整備されていますが、階段等があるダート道でキャリーバックの使用は不向きです。

8.エイド、関門地点、制限時間、トイレ等及び【注意事項】について

名称	距離 ↑ 標高	トイレ	◎備 考／補 給 品(予定)
★スタート 4:00 浜黒崎キャンプ場 出走チェック	0m ↑ 0m	○	→指定されたコテージのトイレも利用できます。 受付時に QR コードで出走を確認します。
① 大日橋 給水ポイント	11 km ↑ 45m	○	水 →エイト近く
② 岩嶽寺雄山神社 エイド	21 km ↑ 184m	○	水、アクエリアス、コーラ、おにぎり、パン、バナナ、チョコ、梅干し、ポカリゼリー、塩熱サフリ →エイト近く(岩嶽寺雄山神社境内)
③ かすみ橋 給水ポイント	31 km ↑ 314m	—	水
④立山駅エイド ★第 1 関門 9:30 M:5 時間 30 分 W:スタート 6:30 出歩チェック	39,(0) km ↑ 475m	○	水、アクエリアス、コーラ、おにぎり、パン、バナナ、レモン、チョコ、梅干し、呉羽なし、ポカリゼリー、塩熱サフリ →立山駅/駐車場 または 駅構内 (駐車場:真川橋を渡った右側) ウォーク参加者は、受付時に QR コードで出歩を確認します。
⑤称名エイド ★第 2 関門 10:30 M:6 時間 30 分 W:4 時間 通過チェック	46,(8) km ↑ 980m	○	<u>マラニックの部:スタート前預けた荷物(小ビニール袋)を受取可</u> 水、アクエリアス、コーラ、おにぎり、パン、バナナ、レモン、チョコ、梅干し、そうめん、ポカリゼリー、塩熱サフリ →称名滝/レストハウス または 駐車場
⑥弘法エイド	50,(12) km ↑ 1,600m	○	水、アクエリアス、コーラ、パン、バナナ、オレンジ、チョコ、ポカリゼリー、塩熱サフリ、水まんじゅう →弘法のエコトイレ(チップトイレ, 有料) ※弘法エイドは、弥陀ヶ原エイド関門時間(12:30)に閉鎖します。
⑦弥陀ヶ原エイド ★第 3 関門 12:30 通過チェック	53,(15) km ↑ 1,920m	○	水、アクエリアス、コーラ、おにぎり、パン、バナナ、レモン、梅干し、ミニトマト、きゅうり、ポカリゼリー、塩熱サフリ →弥陀ヶ原バス停のトイレ

⑧室堂エイド ★第4関門 13:30 M:9 時間 30分 W:7 時間 通過チェック	60,(22)km ↑2,450m	○	水、アクエリアス、コーラ、おにぎり、パン、バナナ、レモン、チョコ、梅干し、おかゆ →エイドから約200m 室堂ターミナル(玉殿の湧水付近より入る)
⑨一ノ越 CP ★第5関門 14:20 M:10 時間 30分 W:8 時間	63,(25)km ↑2,700m	○	補給品なし(選手自身で携行) →一ノ越山荘前(チップトイレ, 有料)
⑩雄山山頂 ★ゴール 15:00 M:11 時間 00分 W: 8 時間 30分 タイムチェック	65,(27) km ↑3,003m	○	補給品なし(選手自身で携行) ゴール後ゼッケンを参拝受付に示すと標高3,003mの雄山山頂峰本社に参拝できます。 →峰本社のトイレ(チップトイレ, 有料)
(室堂へ下山)室堂の最終荷物受取時間		16:45	

※ 距離の()はウォークの部 単位:km

※ その他使用できるトイレ

横江堰堤付近駐車場	25 km	
天狗平山荘前	58 km	チップトイレ(有料)

9. 【注意事項】

- 立山の天候は予想もしない変化を見せ、急な雨や風、気温低下があり得ます。8月下旬でも、室堂周辺は、10℃以下、山頂付近では、真冬なみの2℃を記録することもあります。称名エイド以降の区間では過去には雨風、薄着で低体温症状の選手が見られましたので、**称名エイド以降は雨具の携行を必須とします。**
 - 雨具は、ゴアテックスあるいはそれと同等程度の防水・透湿機能の縫い目がシームテープで防水加工されているものとする。**(耐水圧 20,000mm・透湿性 10,000g/m² 24hrs 程度以上のものとする。)
ウインドブレーカー、ビニールカッパ、ゴミ袋等での代用は不可。2,000m以上の高所を通過するため、雨が降っていなくても防寒具としての使用もできます。また、疲労時や濡れからくる急速な低体温症防止のために十分な装備をしてください。雨具の必携は上のみですが、下も携帯することを推奨します。
 - 称名エイド及び室堂エイド出発時に雨具の携行チェックを実施し、携行していない選手は失格とします。**
- ※ 称名エイド地点の荷物を室堂地点にてお渡しできるのは、輸送時間等の都合から12時30分以降となりますので、称名エイドで不使用の雨具を競技中に室堂にて使いまわすことは出来ません。
- ウォークの部の選手は、マラニックの部と違い称名エイドでの荷物預かりはございま

せん。立山駅スタート時点にて必ず雨具・防寒具(最低限上着)を着用・携行してください。室堂エイド出発時のチェック・対応については、マラニックの部と同様です。

- 5) 浜黒崎、立山駅の各スタート地点では、ゼッケンに印刷された QR コードを読み取り計測でスタート受付確認とします。
- 6) 称名、弥陀ヶ原、室堂の各エイド及び雄山山頂(ゴール)到着時に計測スタッフがゼッケンに印刷された QR コードで時刻を計測します。
- 7) 選手は各エイドに到着後、15 分以内を目安に出発してください。
- 8) 室堂より先の一ノ越、雄山山頂に大会スタッフは配置しますが、給食・給水はありません。一ノ越山荘、雄山山頂社務所の売店も利用できますが、選手各自で雄山山頂往復のために必要な補給食・ドリンク等を室堂から携行してください。
- 9) 完走証は、後日郵送致します。

【必要な持ち物】

- 参加誓約書(スタート地点で提出)
- 水筒
- ライト(ヘッドライト、懐中電灯等)
- 小銭(チップトイレ、一ノ越・山頂での補給などに重宝)
- ウォーク :スタート時から雨具等
- マラニック:雨具等(称名エイド以降は必須)
- 携帯電話
- カラフルなウェア(霧発生するときなどに、車からの視認性向上)
- 点滅ライト又は反射板(霧発生するときなどに、車からの視認性向上)

【推奨する持ち物】

- 携帯トイレ
- 手袋(八郎坂、一ノ越以降の、登りにて使用)
- ファーストエイドキット(絆創膏など)

10. リタイヤ等について

- ・ 身体・生命の安全確保を第一に、体調の変化、故障、精神的な動揺、完走への不安が生じた場合は「賢明な判断」で「競技を中止」し「勇気ある撤退」をしてください。
- ・ 制限時間オーバーはリタイヤとなります。
- ・ リタイヤする選手は、各エイドのスタッフに申告してください。その後、收容バスに乗車して室堂エイドへ移動し自分の荷物を受取り、雷鳥荘に移動してください。
- ・ ルール違反、過度の疲労、事故等で競技続行に支障があると判断した選手については競技中止を命令します。

11. 交通安全・自然保護・登山に関するルール等について

大会実施にあたり関係先(行政機関・道路管理者・バス運行会社等)より、ルール・モラル・マナーの遵守を求められております。下記の事項について特に注意してください。大会の円滑な運営と今後の安定的な継続のため、ご理解ご協力をお願いします。

①交通安全について

- ・道路上で車両や周囲の妨げ・迷惑とならないよう細心の注意を払うこと。
- ・周囲の安全を確認しながら原則、歩道または路側帯を通行すること。先行者の追い越しは車両通行の妨げとならない場所で行う。特に追分より先の高原バス道路(急カーブ・登り坂の連続)では必ず道路左端、路側帯外側を通行すること。弘法からの木道通行で、途中近接するバス道路への進入は禁じます。(追分分岐まで)
- ・交差点・分岐点等では案内係の誘導・指示に従うこと。

②自然保護について

- ・登山道以外への立入りを禁止します。先行選手を追い越す場合は譲り合って必ずコース上を通行すること。
- ・各自のゴミが発生したら必ず持ち帰ること。その他のゴミを発見した場合も極力持ち帰るか、所定の場所へ捨てて「来たときよりも美しく」を実践すること。
- ・コース上及び周辺の動植物の採取や損傷を与える行為を禁止します。
- ・ストックについては一ノ越より上部では使用禁止とします。(環境省よりの、指示事項)
- ・他のコースにおいても状況次第で使用を禁止とします。使用する場合は先端にゴムキャップを付けること。

③登山マナー・他者への配慮について

- ・登山者等とすれ違う場合は、原則登山者等を優先し迷惑や不快感を与えないよう細心の注意を払うこと。
- ・登山者等に対しては積極的な挨拶、丁寧な声掛けをし、大会への理解を高めていただきお互いに気持ちよく立山を楽しめるように心掛けること。
- ・集団走行・並列走行(歩行)は行わないこと。
- ・コース上の一ノ越～雄山山頂間は歩行区間とし、走行を禁止します。
- ・登山道上および山頂では、同一箇所に長時間滞留し周囲の混雑の原因とならないよう十分配慮すること。

④選手のルール違反について

- ・大会中に明らかなルール違反が認められる選手は、その場で競技を中止させ失格処分とします。(その後はリタイヤ者と同様の扱いとします。)また、事後に違反が発覚した場合でも同様に失格処分とします。問題となることが危惧される選手にはその都度注意します。

その他、質問がある選手は大会事務局へお問い合わせください。

TEL:0475-47-3017 大会事務局

メール:mt.tateyamaclimbathon.kyo@gmail.com 立山登山マラニック実行委員会・競技部会