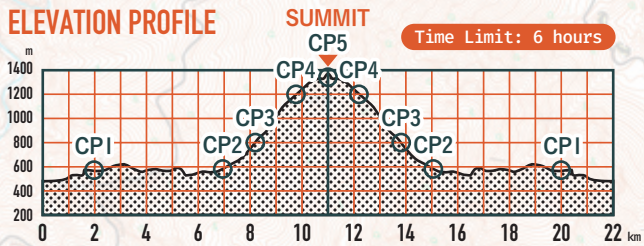


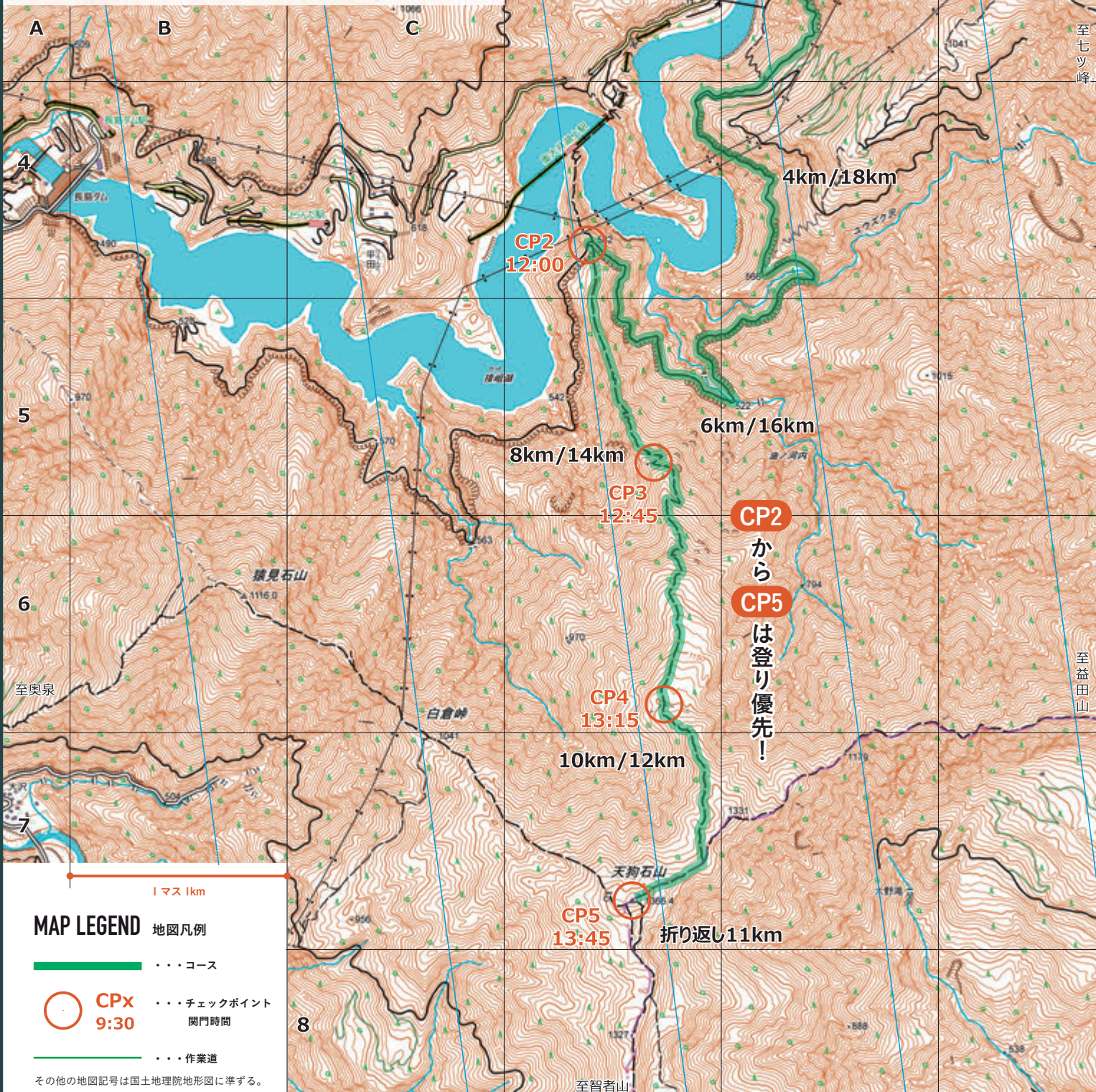
MINAMI ALPS MOUNTAIN MARATHON COURSE MAP

ELEVATION PROFILE



距離 22km 獲得標高 1,200m 制限時間 6 時間 9:30-15:30

本地図を利用しての個別の活動中に起きた事故・トラブルについて発行者ならびに制作者は一切の責任を負いません。下見や試走を行う際には十分な準備をしたうえで楽しみください。この地図は国土地理院発行の数値地図（国土基本情報）電子国土基本図（地図情報・地名情報）及び基礎地図情報を利用して、川根本町発行「KANANE TRAIL MAP SERIES 02」を参考に作成した。現地調査・地図制作：O-Support / 発行者：南アルプスマウンテンマラソン実行委員会



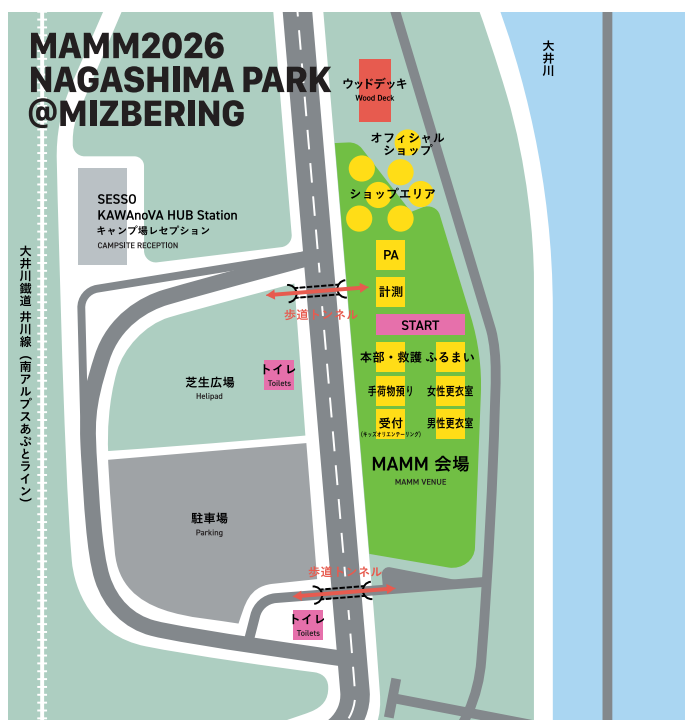
MINAMI ALPS MOUNTAIN MARATHON

走ることトレイルが生まれ、そして「地図」を育てる

今年の舞台は、天狗石山を包括する奥大井湖上駅・接岨峡エリア。川根トレイルとカツオトレイルが育んできたルートを辿り、天狗石山の山頂を目指します。このレースにエイドはありません。水も食料も装備も、自分で判断し、自分で背負う。自分を律し、自分を守る——セルフレスキュー、セルフマネジメントがMAMMの根幹です。

今日、あなたが踏み出す一歩が、川根本町の山に新しいラインを引いていく。「地図の町」川根本町で、新しい物語を紡いでいきましょう。

VENUE INFORMATION 会場情報



本イベント参加者にはフィニッシュ後に川根本町商工会婦人部によるおもてなし（おにぎりや豚汁など）を用意しております。応援に来ていらっしゃるご家族のためにキッズオリエンタリングを用意しております。1人500円（保険料込）。大人の方やフィニッシュした参加者もチャレンジできます。ご協賛各社によるブース出展もあります。

TIME SCHEDULE タイムスケジュール

06:00	駐車場オープン
07:00	開場
07:30 - 09:00	受付
09:00	スタートチェックイン開始
09:15	開会式・競技説明・招待選手紹介
09:30	スタート
10:00	キッズオリエンタリング受付開始
11:30	ふるまい開始
14:30 -	トークショー・表彰式・抽選会 キッズオリエンタリング受付終了
15:30	フィニッシュ閉鎖
16:30	閉場

HOW TO USE THE SI CHIP SIチップの使い方

計測にはSIチップを利用します。SIチップは受付で配付します。写真（左）のように腕にチップを装着してください。チーム参加は代表者のみ装着してください。スタートチェックイン時にチェックを受けてください。チェックポイント（CP）では写真（右）のようにステーションにチップを近づけてください。音と光が出ればチェックOKです。チェックは往路のみでOKです（復路でチェックしても問題ありません）。フィニッシュでも必ずステーションにチェックをお願いします。



HOW TO USE ARGUS APP 必携アプリ ARGUS の使い方

本イベントではルート逸脱警告のため ARGUS というアプリを必携装備としています。本アプリはオフラインでも利用可能で、設定エリア外に入ると警告音が鳴る仕組みを持ったアプリです。スタートチェックイン時にアプリの起動チェックを行います。アプリを利用できない参加者は出走できません。電池の消費量は機種により異なりますが、試走時に6時間利用したところ電池消費量は5~25%でした。事前に充電をお願いします。

- ①事前にアプリをインストールしてください。
- ②事前にアプリを立ち上げ、位置情報や通知などリクエストされる権限を全て許可してください。
- ③来場前にスマートフォンを十分に充電してください。
- ④会場でアプリを立ち上げ、受付やスタートに掲示するQRコードを読み取ってください。
- ⑤スタートチェックイン時に「タップで開始」をタップしてください。
- ⑥利用時はマナーモードを解除してください。ルートを逸脱したら警告音が鳴ります。元の方向へ戻ってください。戻る方向はアプリで確認することもできます。
- ⑦フィニッシュするまでアプリを立ち上げておいてください。フィニッシュ後は「長押しで終了」し、アプリを閉じてください。



MANDATORY EQUIPMENT 必携装備品

- 計測用 SI チップ
- 携帯電話
- ARGUS アプリ
- ファーストエイドキット
- ヘッドライトまたはハンドライト
- ホイッスル
- 水分 500ml 以上・行動食
- サバイバルシート
- レインウェア上下
- 健康保険証（コピー可）

※詳細はイベントウェブサイト参照。お忘れの方は一部オフィシャルショップにて販売あり。

CAUTION 追加情報（重要）

■本イベントは6時間以内にフィニッシュに戻って来られれば、コースを全て走破しなくても完走として認められます。時間を見ながらそれぞれのレベルに応じた完走を目指してください。■6時間以内にフィニッシュへ戻れた方にフィニッシャーステッカーを用意しております。■CP2~CP5には関門時間を設定しています。関門時間を過ぎるとそれより先には進めません。各CPの関門時間は裏面のコースマップをご確認ください。■スタート集合場所にチェックインゲートを設けます。チェックインゲートではSIチップのチェックやアプリの起動確認、状況により必携品のチェックを行います。■スタートチェックインを通過せずスタートした場合は記録が残らず失格となります。必ずチェックインを通過してスタート集合場所に入場してください。■同じルートを往復するコースです。トレイル（登山道）区間は登り優先です。譲り合って通行してください。■コース途中は分岐点などで看板や誘導員による案内を行います。それ以外は道なりに進んでください。テープによるマーキングは一部を除いてありません。■ルートを逸脱した場合は ARGUS アプリの警告音が鳴ります。警告音が鳴った場合は元の方向へ戻り、速やかにルートに復帰してください。■必携装備のチェックはスタート前、レース中、フィニッシュ後に随時行います。装備に不備があった場合は失格とします。■本イベントは特別な許可を得て開催しています。道路、林道、トレイル（登山道）の外側を通らないようにしてください。■集落内を通行する区間では近隣住民の迷惑にならないようにご配慮をお願いします。■県道の横断があります。誘導員の指示に従い横断してください。交通状況により参加者に待っていただく場合もあります。■林道区間を中心にヒルが出没します。季節が進み、ヒルの活動は停滞しつつありますが、心配な方は事前にヒル除けスプレー等をご準備ください。■その他注意事項はイベントウェブサイトに記載の通りです。あらためてご確認ください。

CONTACT お問い合わせ先 contact@ma-mm.com

レース中の緊急連絡先 070-4120-2353