

第7回能勢妙見山パワー トレイルラン 2024

<ご案内書>

本大会にお申込み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。

本大会の舞台となる能勢は里山として関西でも人気のスポットであり、そこにある妙見山を始めとする山々を巡ることで神々のパワーを頂こうという企画です。桜の季節の風景を堪能しながら、自動車・ハイカーに充分注意し、トレイルランをお楽しみください。また、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 : 3月30日(土) 午前7時30分～8時30分
豊能町 吉川自治会館 受付テント 能勢電鉄妙見口駅すぐ
※スタート会場および妙見口近隣には駐車場がありません。
車で来られる方は能勢電鉄の川西能勢口駅、山下駅周辺の有料
駐車場をご利用いただき、電車で妙見口駅まで来て頂くよう
お願いします。

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、
防寒具、ゴミ袋、水など飲料(1000ml程度)、
マイカップ(ゴミ削減にご協力をお願いします。)、
ヘッドランプまたは小型懐中電灯、

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 : 午前9時00分よりウェーブスタート

(28km)

(18km)

スタート時間	ゼッケン番号	スタート時間	ゼッケン番号
9:00	001～070	9:10	301～380 401～420
9:05	071～120 201～230		

開会式 : 午前8時40分より

ゴール場所 : 吉川自治会館 ※今大会より18kmコースのゴールも吉川自治会館となります。

お問合せ : NPO法人 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

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 着替え場所はスタート・ゴール地点吉川自治会館内に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。リタイヤの場合はゴール地点までお越してください。
- 3 一部地点でスタッフがコース誘導を行いますので、指示に従ってください。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。（個包装のお菓子などは少し用意有）ご自身で携行食・水筒などをご用意ください。
- 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てください。
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。（前日までに中止の決定をした場合は20時までにホームページに掲載します）
- 6 計測はゼッケン番号により行います。ゼッケンは必ず身体の前面に付けてください。ゴール後に記録証をお受け取りください。
- 7 この時期の妙見山頂付近は気温0℃近くになることもあります。ケガ等で走れなくなった場合を想定し、ライトダウン、フリースなど**防寒具を必ずお持ちください。**
- 8 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 090-8528-1953 辻

主催者は、傷病や事故に際し、応急処置を除いて一切の責任を負いません。ただし、主催者はスポーツ傷害保険に加入します。大会開催中の事故、傷病等への補償はこの保険の範囲内となります。心疾患等には適用されませんので、自己の責任において十分な健康管理のうえ大会に参加してください。

ゴール

ゴール後、記録証を発行しますが、総合順位は翌週の事務局ホームページに掲載いたします。
<https://www.actrep-sports.com>

コースについて

- ・スタート地点は、吉川自治会館から前面の道を挟んだ広場。
- ・スタート後、細い道を登ってしばらく走ったら左折して、新光風台に向かう。
- ・新光風台手前の曲がり角を高代寺に向かう登山道へ。
- ・チェリーゴルフ場の横を歩いて高代寺の霊園へ。
- ・霊園から降りて高代寺本殿の前を通り、そのまま山道を進む。
- ・再びゴルフ場の横を歩いて、黒川公民館への下り坂を下りる。
- ・477号線に出るので横断し、黒川公民館へ向かう。その先を左折して桜の森へ。
- ・途中害獣除けのゲートを通過して、桜の森へ入る。直進して左折し急坂を上る。
- ・ありなしの道からしばらく走ると野間の大ケヤキに出る。エイドステーション設置。
- ・野間の大ケヤキから野間川沿いの道を真っすぐに進み、突き当りを左折して、ヤブを歩いて府道4号線へ。(スタッフ誘導) 舗装路を少し進むとヘアピンカーブの先に妙見山へ登る山道の入り口がある。この区間は交通量が多いので、自動車に十分注意する。(ウォーキング指定。)
- ・本滝寺の横を歩いて、登坂を登り切ったら妙見山の寺域。(ウォーキング指定。) その先の駐車場に第2エイドステーション設置。
- ・18kmコースは第2エイドステーション通過後、上杉尾根のハイキングコースを下り、国道477号線へ。(スタッフ誘導) 信号を渡り、そのまま直進してその先を右折して吉川八幡神社へ。
- ・28kmコースは第2エイドステーション通過後、そのまま舗装路を下り、右折して山道へ。再び舗装路に出て更に下る。
- ・光明山への道を右折。ここから天台山まで登って、三角点でUターン。
- ・青貝山を下るまでは快適な尾根道。但し2ヶ所ほど急傾斜の下りがあるので注意。
- ・沢わたりの道という小さな川の横を下りきったところが第3エイドステーション。
- ・しばらく舗装道路を通るので注意。住宅街に入る手前の隘路に入り、秋葉山の急傾斜の登りへ。
- ・440ピークの途中で下り斜面へ。
- ・国道477号線をくぐり、舗装道路に出たら右折して吉川八幡神社へ。
- ・28kmコース、18kmコースとも吉川八幡神社の社務所前はウォーキング指定。
- ・参拝後、折り返してゴールの吉川自治会館へ。

ウォーキング指定区間

- 野間川突き当りを上って、府道4号線を妙見山参道までの区間
- 妙見山寺域
- 吉川八幡神社社務所の前

ジョギングスピード指定区間 (1km8分程度のスピードで注意して)

- 自動車通行の舗装道路

一旦停止場所

- 黒川公民館に渡る交差点
- 野間 旧国道477号線横断地点

上記違反者はゼッケンの回収のうえ、棄権となります。