

## 競技方法、ローカルルールと記録について

### 1. 競技方法とルール

- a. 個人単位で行うタイムレース方式とします。
- b. 各自のスタート時間は、封筒に記載されています。また、スタートリストは、大会ホームページに、2月末ごろには掲載されます。(5分間隔の約60人づつの時差スタートとなります。各自のスタート時刻を確認下さい)
- c. スタート時刻の10分前には、スタート枠にお入り下さい。遅刻した場合は、スタートが後回しになります。
- d. コース上は左側通行とし、道幅の狭い所では譲り合いの精神をもって走って下さい。特に、一般ハイカーには1声(挨拶)掛け合しましょう。
- e. 遅いランナーを追い抜く時は、必ず声をかけ、右側から追い抜き、遅い方は左側によけて道をあけてあげて下さい。
- f. コース上の要所にはコース誘導員が立っていますが、コースの特徴や名称等については事前に予習して下さい。
- g. レースの関門は、下記の通りです。(タイムオーバーした選手は、レースを中止し、スタッフの指示に従って下さい)  
・折り返し点(15 km地点) : 13時00分 ・林道交差点(20 km地点) : 14時00分 ・高原駐車場(27 km地点) : 15時00分
- h. フィニッシュ地点の制限時間は、16時00分とします。
- i. ゼッケンは、体の前の部分(胸またはお腹付近)につけて下さい。
- j. エイドステーション(AS)は3ヶ所、①折り返し点、②高原(往復)にあります。(水、スポーツドリンク、バナナ、飴)
- k. 参加者は、各自の水と行動食は携行して下さい。(ASに準備された飲食物が足りない場合もあります)
- l. ストックおよび登山用杖等の使用は禁止します。
- m. 参加者は、体調の悪化等でレースをリタイア(棄権や中断)する場合は、必ずコース上のスタッフに申し出て下さい。
- n. マナーに反する行為を目撃した場合は、直ぐに申し出下さい。

本大会のコースは、世界遺産登録された文化的価値の高い熊野古道です。多くの関係者の許可と理解の元、ご厚意によりコースを使わせて戴きます。この点をご理解いただき、今後も長く本大会が続けられますようご留意下さい。

※ 一般ハイカーも同じ道を歩いています。ランナーはマナーをもってご参加下さい。

### 2. 失格事項

- a. 熊野古道全区間において来訪者(ハイカー、歩行者)優先とします。
- b. 競技規則に違反した選手。
- c. ゴミをレース開催中に放棄した選手。
- d. 狭い道(シングルトラック)での追い越しは禁止します。
- e. コース上の関門にタイムオーバーした選手。
- f. 史跡保護、自然保護に違反行為する行為があった選手。
- g. 不正行為があった選手。
- h. マナー違反の選手。



### 3. 備考

- a. 60歳以上の参加者は、健康診断証の提出をお願いします。(写し可)
- b. 大会開催中のゴミは必ず、各自で持ち帰り下さい。
- c. レース中の事故については、応急処置のみ行いますが、それ以外は各自の責任でお願いします。(各自、簡単なファーストエイド等を携行下さい)

### 4. 記録(SIカード)について

- a. 記録はSIカード(電子パンチングシステム)にて計測します。(SIカードを持って走ります)
- b. SIカードは、あなたのゼッケン番号とセットされているので、確認して下さい。
- c. 使用方法は、ループを中指に掛け、手のひらに置く様にすればOKです。チェックポイントやフィニッシュ地点では、ユニットにパンチング(専用台にセット)するだけで記録されます。
- d. レース中の計測は、十丈王子付近(往復各1回)、折り返し地点(1回)、フィニッシュ地点(1回、計4回)で行います。
- e. 万一、SIカードを装着しなかったり、他人のEカードを使用した場合は、記録が計測出来ません。必ず、自分のSIカードを装着して下さい。
- f. フィニッシュ後(またはレース終了後)に、SIカードを回収しますので、必ず返却して下さい。紛失した場合は、弁償金(有料3000円)を戴きます。リタイアされた場合も同様に、速やかに返却願います。
- g. スタート、関門、フィニッシュ地点では必ず一時停止してスタッフの指示に従い通過下さい。