

エイド2(堀越峠)～エイド3(知井坂峠)について

アップダウンが多く、距離が長いです。エイド2でしっかり補給を行ってください。
水分が多めに必要な方、走力に自信のない方は、
エイド2でマイボトルに水分補給する事に加え、
ペットボトル500mlを持っていってください。

ゴール

スタートより約32km地点　**閉門時刻 17:00**

物販・PRブース　食事ふるまい(無料)
浴場(無料)　テントサウナ(有料)

救護本部

エイド1　チェックポイント1

スタートより約9km地点

補給物資
水　塩飴

救護スタッフ2名　簡易トイレあり

エイド2(関門)　チェックポイント2

スタートより約15.5km地点　**制限時刻 12:00**

補給物資
水　スポーツ飲料　コーラ　バナナ
オレンジ　うめぼし　塩飴　名田庄漬

救護スタッフ2名　簡易トイレあり

※制限時刻をオーバーした選手は、車でゴール地点に送迎します。
古い作業林道を移動するのため、送迎に時間がかかります。
送迎する人数が多い場合、エイドで待機してもらう場合がございます。

エイド3　チェックポイント4

スタートより約24.5km地点

補給物資
水　スポーツ飲料　塩飴

救護スタッフ2名　簡易トイレあり

エイド4(関門)　チェックポイント5

スタートより約28km地点　**制限時刻 16:00**

補給物資
水　スポーツ飲料　コーラ　塩飴
オレンジ　うめぼし

救護スタッフ2名　簡易トイレあり

※制限時刻をオーバーした選手は、車でゴール地点に送迎します。
送迎する人数が多い場合、エイドで待機してもらう場合がございます。

チェックポイント3

超急斜面です。
ロープ設置してあります。
ゆっくり下ってください。

(注)残置ロープあり

新しいクライミングロープを
設置しています。

歩行区間開始

歩行区間終了

スタート

林道起点

頭巾山登山口

道の駅名田庄
ホテル流星館
暦会館
コンベンションホール

八ヶ峰家族旅行村キャンプ場

荷物返却

トレイルレースコース
歩行区間(約2km)

京都丹波高原国定公園の保護林区間(自然維持タイプ)に該当します。
この区間は、競技性のある行為を禁止されています。
約2kmと長いですが、歩行するようお願い致します。

チェックポイントについて

5箇所あります。【スタッフにゼッケンを見せて、チェックを受けてください。】
自然の尾根を走るため、迷いやすい場所がいくつもあります。
万が一、捜索対象者が出た場合、捜索区間を絞り込むため、必ず通過チェックを受けてください。

このMAPの表示距離は、YAMAPやヤマレコ等、スマートフォンのGPSを使った記録が基になっています。
ランニング専用のGPSウォッチの場合、1km程長い距離データになります。
(Garmin, SUUNTO, COROSで計測した場合、総距離は33.0km～33.6kmくらいになります)

この地図は国土地理院長の承認を得て、同院発行の電子地形図25000を複製したものである。