

第2回京都北山わくわくランニングフェスタ

“つなぐ”

最終案内

1. 実行委員長挨拶
2. 実施要項
3. 競技規則
4. エントリー別案内
5. その他のお知らせ

1. 実行委員長挨拶

京都北山は、自然に囲まれ、上品な街並みの穏やかな空間があります。

「京の都は、自然災害から守られている場所」

そのように周りの人達も語り、信じて疑いませんでした。

あの強烈な災害が起こるまでは・・・。

京都市街を囲む山々には、京都一周トレイルという整備された山道が在ります。

近年の山ブームで、歩く人も、走る人も、多くの方が入山するようになっていました。

その山の木々が、山道が、折れ、崩れました。また、市内中心部を流れる一級河川鴨川を囲み見守ってきた木々も、多くの被害を受けました。

私達に何が出来るのか？

走ることは、前向きに進み続けること。

走る人は、前向きに諦めずに行動し続けられる人。

運動すると、人は元気になり、エネルギーが溢れるようになります。

走る人達の energy で、街を元気に！！

走る人達の power で、復興力を！！

大切な仲間や家族と元気に走って、笑顔いっぱいの空間をお楽しみください。

京都北山わくわくランニングフェスタ“つなぐ”実行委員会

実行委員長 木村 克己

2. 実施要項

【コンセプト】 参加者が楽しみ、スタッフも喜び、社会が、地域が元気になり、笑顔が溢れる「三方よしのイベント」を実現する。さらに、街づくり、災害救済事業として、継続的にイベントを実施していきます。

【開催日時】 2019年11月 4日（月・祝日） 小雨決行（荒天中止）

受付開始 7：45～

【集合・受付場所】 京都府立陶板名画の庭（京都市営地下鉄北山駅下車 3番出口を出て東へすぐ）

※各種目スタート45分前には受付を済ませてください。

※受付後、歩いて開催場所まで移動していただきます。（徒歩13分）



【開催場所】 京都市北区 賀茂川河川敷（北山大橋北西公園広場）

※テニスコート北側の広場に集合してください。

【種目およびスタート時間・参加費】

A	30 km シングル	9 : 00	5,000円
B	30 km 駅伝 (3~6名)	9 : 30	3,000円 (一人当たり)
C	10 km シングル	10 : 20	3,500円
D	6 km ペア	11 : 00	5,000円
E	3 km ウォーク & ジョグ	11 : 30	2,500円
F	キッズ障害物走	11 : 40	1,000円

【大会当日スケジュール】

7 : 45 ~ 受付 (各種目45分前までに完了)

8 : 4 0 ~	開会挨拶、ルール説明、体操	
9 : 0 0 ~	A : 3 0 km シングル	スタート
9 : 3 0 ~	B : 3 0 km 駅伝	スタート
1 0 : 2 0 ~	C : 1 0 km シングル	スタート
1 1 : 0 0 ~	D : 6 km ペア	スタート
1 1 : 3 0 ~	E : 3 km ウォーク & ジョグ	スタート
1 1 : 4 0 ~	F : キッズ障害物走	スタート
1 2 : 4 5 ~	表彰式、お楽しみジャンケン大会 (C・D・Eの部)	
1 3 : 3 0 ~	表彰式、お楽しみジャンケン大会 (A・B・Fの部)、閉会式	
1 3 : 4 5	全種目終了時間	
1 4 : 1 5 ~	クリーンラン&ウォーク ※自由参加	
1 5 : 0 0	撤収完了	

主 催 : 京都北山わくわくランニングフェスタ“つなぐ”実行委員会

主 管 : 一般社団法人 日本ランニングファシリテーター協会

協 力 : 北山街協同組合 パトラン京都

特別協賛 : (株) サン・クロレラ

協 賛 : (有) スタイルバイク (株) 日本薬品開発 (株) 大雄産業

(株) リーモ・トロージェン (株) ツータイムズユー

Nadi KITAYAMA FUJITAYA B n B 京都トライアスロンクラブ

3. 競技規則

【エントリー】

- ・本イベントは、キッズ障害物走は1 km 程度、それ以外は3 km を歩く、あるいは走ることができ
る方がエントリーできます。
- ・キッズ障害物走は、子どもたちに走るだけではなく、様々な動きを通じて、身体を動かす楽し
さを体感していただきます。

【スタート】

- ・各種目、スタート 20 分前には、スタート地点へお集まりください。実行委員長挨拶・競技説
明・準備体操を行います。
- ・スタートは、ランファシ方式のスタート方法で実施いたしますので、お楽しみに！
- ・6 km ペアを親子で参加される場合、第一走者は必ず大人の方でお願いいたします。

【エイドステーション】

- ・交代エリア地点付近 1 か所に、エイドステーションを設けます。
- ・水、スポーツドリンク、お菓子などを用意いたしますが、各自必要に応じて補給食をご準備
ください。
- ・マイカップ制を導入いたしますので、マイカップご持参にご協力をお願いいたします。

【救護】

- ・エイドステーション付近に、救護を設置いたします。待機する看護師は応急的な処置のみ行います。
- ・AED の設置をいたします。万が一の場合は、お近くのスタッフにお声かけください。
- ・体調がすぐれないと感じたときは無理をせずに休憩をとる、棄権するなどの対策をとるよう心がけてください。異変に気付いたら早急に周囲へお声かけください。

【襷】

- ・当イベントの参加者だとわかりやすくするために、皆様に一本ずつ襷をお渡しします。レース中は必ず肩から下げて走行してください。
- ・30km シングルおよび駅伝、10km シングルの方は、次が最終周という場面になりましたら、エイドステーションで今から最終周を走る旨を自己申告してください。

【表彰】

- ・本イベントは順位での表彰はありませんが、当日お楽しみ表彰があります。

【荷物引き渡しについて】

- ・受付にてお預かりした荷物は、ご本人様確認のためにゼッケンと照合させていただきます。お忘れになりませんようご注意ください。

- ・荷物の引き渡し最終時間は、14時とさせていただきます。時間内に受け取りにきていただきますようご協力をお願いいたします。

【クリーンラン&ウォークについて】

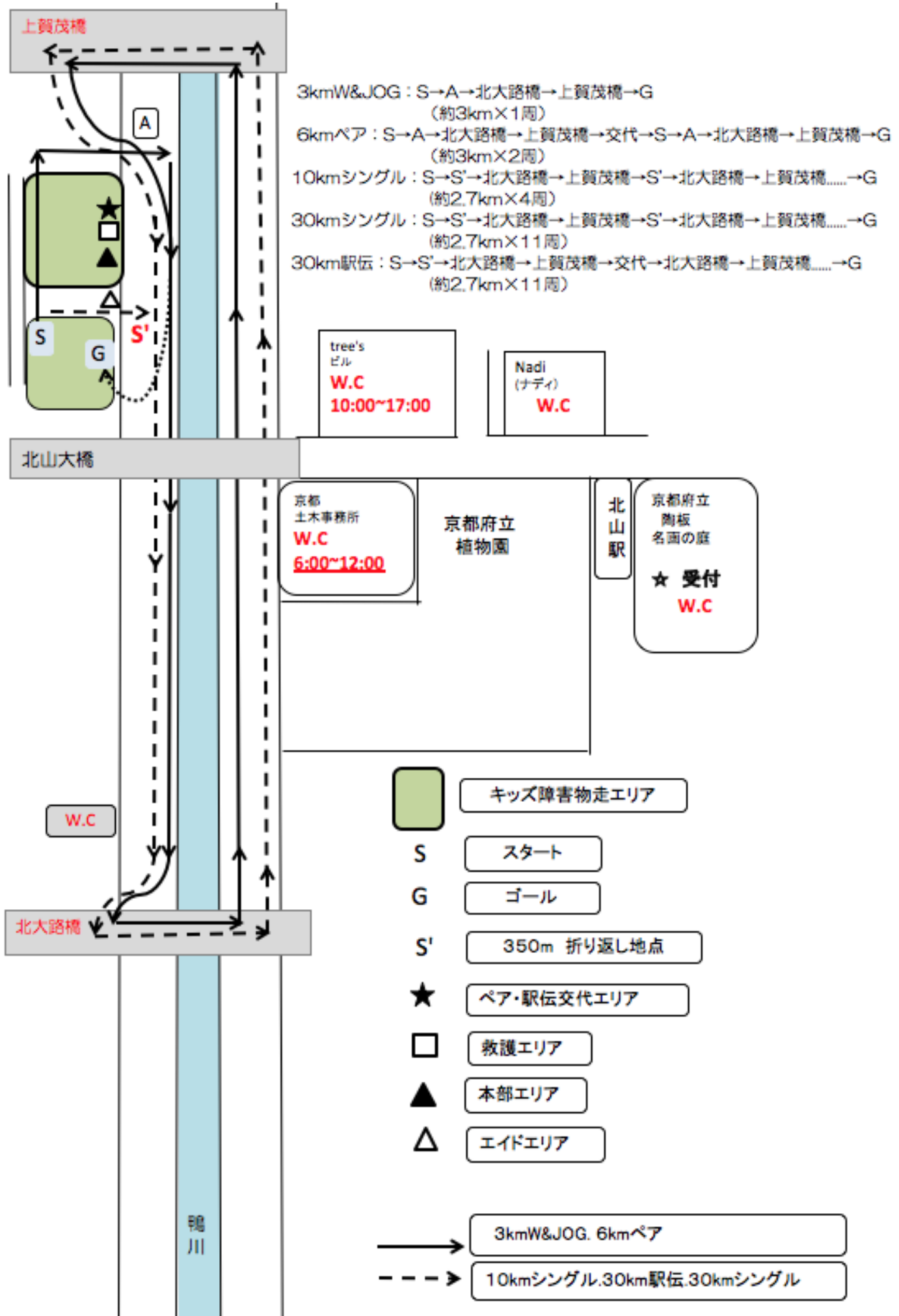
- ・全種目終了後、まちや自然に感謝をしながら清掃活動を行います。参加は自由ですが、積極的にご参加頂けると大変嬉しいです。

【コース上の注意】

- ・コースは未舗装路（不整地）です。
- ・上賀茂橋と北大路橋を渡ります。橋の上は安全のため、歩行をお願いいたします。特に、上賀茂橋は歩道の幅が狭いので、一列励行をお願いいたします。
- ・ランナー同士、または他に散策されている方に衝突しないよう「左側通行」「横一列に並ばない」「無理な追い越しはしない」など、安全走行をお願いいたします。賀茂川河川敷は当イベント参加者以外の方も多く散策されていますので、留意の程よろしくをお願いいたします。
- ・キッズ障害物走は、広場近くの不整地内で行い、A地点とB地点を折り返す周回コース（一周約300m）となっています。

【コース図】

・以下に提示いたします。



- 3kmW&JOG：S→A→北大路橋→上賀茂橋→G
(約3km×1周)
- 6kmペア：S→A→北大路橋→上賀茂橋→交代→S→A→北大路橋→上賀茂橋→G
(約3km×2周)
- 10kmシングル：S→S'→北大路橋→上賀茂橋→S'→北大路橋→上賀茂橋.....→G
(約2.7km×4周)
- 30kmシングル：S→S'→北大路橋→上賀茂橋→S'→北大路橋→上賀茂橋.....→G
(約2.7km×11周)
- 30km駅伝：S→S'→北大路橋→上賀茂橋→交代→北大路橋→上賀茂橋.....→G
(約2.7km×11周)

tree's
ビル
W.C
10:00~17:00

Nadi
(ナディ)
W.C

京都
土木事務所
W.C
6:00~12:00

京都府立
植物園

北
山
駅
京都府立
陶板
名画の庭
**★ 受付
W.C**

W.C

- キッズ障害物走エリア
- S スタート
- G ゴール
- S' 350m 折り返し地点
- ★ ペア・駅伝交代エリア
- 救護エリア
- ▲ 本部エリア
- △ エイドエリア

- 3kmW&JOG. 6kmペア
- - - -> 10kmシングル.30km駅伝.30kmシングル

4. エントリー別案内

【エントリー別タイムスケジュール】

	A 30km シングル	B 30km 駅伝	C 10km	D 6km ペア	E 3kmW&J	F キッズ
受付〆切	8:15	8:45	9:35	10:15	10:45	10:55
集合時間	8:35	9:05	10:00	10:30	11:10	11:20
スタート時間	9:00	9:30	10:20	11:00	11:30	11:40
表彰	13:30	13:30	12:45	12:45	12:45	13:30
クリーン活動	14:15	14:15	14:15	14:15	14:15	14:15

【A 30km シングル】

- ・ 8:35 にはスタート地点付近に集合してください。
- ・ 8:40 から挨拶・競技説明・準備体操をいたします。
- ・ スタートは 9:00 です。
- ・ スタートの仕方は当協会独自のスタートを取り入れますので、どんな形になるかお楽しみにしてください。
- ・ コースは、スタート→S'→北大路橋→上賀茂橋→S'を一周とし、それを 11 周します。
11 周終わったらゴールへ向かってください。
- ・ コースを何周したかを数えるために輪ゴムをお渡しします。エイドステーションの前に箱をご

用意いたします。一周回る毎に輪ゴムを一本ずつ箱に捨ててください。輪ゴムは皆様が周回を数える際にわかりやすくするためのものです。ご不要の場合は受付の際にお申し出ください。

- ・ ラスト一周になったときは、タスキを手に持って走っていただき、ゴールに向かいます。
- ・ 13:30 より表彰式、お楽しみジャンケンがありますので、是非ご参加ください。

【B 30km 駅伝】

- ・ 9:05 にはスタート地点付近に集合してください。
- ・ 9:10 から挨拶・競技説明・準備体操をいたします。
- ・ スタートは 9:30 です。
- ・ スタートの仕方は当協会独自のスタートを取り入れますので、どんな形になるかお楽しみにしてください。
- ・ コースは、スタート→S'→北大路橋→上賀茂橋→交代→・・・を一周とし、それを 11 周します。
11 周終わったらゴールへ向かってください。
- ・ タスキは交代エリアで受け渡してください。その際、前走者が戻ってくるまでに余裕を持って待機してください。待機する際は、他のランナーを盛り上げ、声援を送りながらお待ちください。交代は周りの待機者やランナーと接触がないようにご注意ください。
- ・ 最終走者を見送った後、他のメンバーはゴール付近に移動をお願いいたします。ゴールは、メンバー全員揃ってとなります。
- ・ 13:30 より表彰式、お楽しみジャンケンがありますので、是非ご参加ください。

【C 10km シングル】

- ・ 10:00 にはスタート地点付近に集合してください。
- ・ 10:05 から挨拶・競技説明・準備体操をいたします。
- ・ スタートは 10:20 です。
- ・ スタートの仕方は当協会独自のスタートを取り入れますので、どんな形になるかお楽しみにしてください。
- ・ コースは、スタート→S'→北大路橋→上賀茂橋→S'を一周とし、それを 4 周します。
4 周終わったらゴールへ向かってください。
- ・ コースを何周したかを数えるために輪ゴムをお渡しします。エイドステーションの前に箱をご用意いたします。一周回る毎に輪ゴムを一本ずつ箱に捨ててください。輪ゴムは皆様が周回を数える際にわかりやすくするためのものです。ご不要の場合は受付の際にお申し出ください。
- ・ ラスト一周になったときは、タスキを手に持って走っていただき、ゴールに向かいます。
- ・ 12:45 より表彰式、お楽しみジャンケンがありますので、是非ご参加ください。

【D 6km ペア】

- ・ 10:30 にはスタート地点付近に集合してください。
- ・ 10:35 から挨拶・競技説明・準備体操をいたします。
- ・ スタートは 11:00 です。
- ・ スタートの仕方は当協会独自のスタートを取り入れますので、どんな形になるかお楽しみにしてください。
- ・ コースは、スタート→A 地点折り返し→北大路橋→上賀茂橋→交代→スタート→A 地点折り返し→北大路橋→上賀茂橋→ゴールとなります。

・親子で参加の場合、第一走者は大人の方、第二走者がお子様とします。未就学児が走られる場合は保護者同伴でお願いいたします。お子様は大人の方を見送った後、交代ゾーンにスタッフが誘導いたします。

・12:45 より表彰式、お楽しみジャンケンがありますので、是非ご参加ください。

【E 3km ウォーク & ジョグ】

・11:10 にはスタート地点付近に集合してください。

・11:15 から挨拶・競技説明・準備体操をいたします。

・スタートは11:30 です。

・スタートの仕方は当協会独自のスタートを取り入れますので、どんな形になるかお楽しみにしてください。

・コースは、スタート→A 地点折り返し→北大路橋→上賀茂橋→ゴールとなります。

・12:45 より表彰式、お楽しみジャンケンがありますので、是非ご参加ください。

【F キッズ障害物走】

・11:20 には本部裏側付近の不整地に集合してください。

・11:25 から挨拶・競技説明・準備体操をいたします。

・スタートは11:40 です。

・コースは、A 地点と不整地内の B 地点を周回するコースとなります（約 300m）。

・13:30 より表彰式、お楽しみジャンケンがありますので、是非ご参加ください。

5. その他

- ・ 保険証のコピーをご持参いただき、イベント参加中は携帯してください。
- ・ 忘れ物の保管期間は1ヶ月です。
- ・ ゴミは必ず各自で持ち帰ってください。最寄駅構内のゴミ箱にも捨てないでください。
- ・ 更衣室・荷物預かり場所は設置いたします。ただし、貴重品の管理は各自でお願いいたします。
- ・ 仮装について、走行に支障のない程度でお願いいたします。
- ・ 保険に加入いたしますが、補償には限りがあります。各自任意の保険にご加入されることをお勧めいたします。
- ・ 大会開催中に撮影された写真などの肖像権は大会主催者が保有します。印刷物やホームページなどで使用することがあります。
- ・ 事故などでイベントの継続が困難な事象が生じた場合は、全走者の走行を中止し、しかるべき措置の後、復旧の確認ができた時点で再開いたします。その他、競技規定に定めない事項で重大な変更を余儀なくされる場合は、大会執行部の協議を経て実行委員長が対応を決定いたします。
- ・ イベント実施の可否については、イベント当日の7時に警報が発令されている場合、参加者の安全が確保できない場合はイベントを中止する可能性があります。イベント関連ページで最新情報をご確認ください。なお、イベントが中止の場合でも参加費は返金いたしませんので予めご了承ください。
- ・ 会場に駐車場はございません。お越しの際は交通機関をご利用ください。