

第8回信越自然郷・五高原ロングライド サイクリング

【大会イメージコピー】

“サイクリングは人生に新たな扉を開く”

(ツール・ド・フランス覇者・グレッグ・レモン)

【大会テーマ】

千年の豊穡の地、信越自然郷を堪能する日本屈指の絶景&難コース。今回は斑尾高原スタートと妙高高原スタートの2地点発着のショットガンスタート方式。曼荼羅伝説の斑尾高原、山と湯の神が鎮座する妙高高原、森に妖精が飛ぶ黒姫高原、パワースポット・神々降臨の地・戸隠高原、そして豊穡な農を育む飯綱高原、これら変幻自在の信越五高原を巡るハイレベル・サイクルロード。くいもの、のみものにも驚くなかれ、これぞ信越の豊穡のうまさ。こころも、からだも生まれ変わらぬわけがない。信越自然郷のランドスケープと大地を吹き抜ける風が、あなたの人生に新しい扉を開くにちがいない。

【大会要項】

■大会名称

第8回 信越自然郷・五高原ロングライド サイクリング

■開催日

2017年10月8日(日)・9日(祝・月)

■参加申込締切

2017年9月10日(日)

■募集定員

700名 (斑尾地区350名・池の平地区350名)

■参加資格

高校生以上の健康な方で、本コースを指定時間内に完走できる方、実行委員会の定める参加規約、大会規約を遵守できる方、未成年者の参加には保護者の承諾が必要です。

■参加費用 (斑尾高原スタート・池の平スタート 90km 120km 共通)

●参加費用のみ ¥7,000円

●参加費用+交流パーティセットプラン ¥10,500円

※宿泊パックはございませんが、指定宿をご利用の場合は宿に直接お申し込みの際に「信越自然郷・五高原ロングライド」の参加の旨を告げていただくと特別料金でご利用が可能です。

■参加申し込み

1) インターネット申込

日本サイクリング協会 J エントリー「<http://j-entry.com/>」よりインターネットで応募

2) 郵便での申し込み

大会 HP より参加申込書・誓約書をプリントアウトし、必要事項を記入、参加費を同封の上、現金封筒にて事務局宛郵送ください。

■大会期間受付

※大会当日のスタート前受付は混雑が予想されます。スタート時間にずれ込む可能性もあります。できるだけ前日に受付を済まされるようにご協力をお願いします。

- ・前日／10月8日（日）13:00～16:00
- ・当日／10月9日（祝・月）5:00～6:30

■主催 : 信越自然郷・五高原ロングライド実行委員会

(NPO法人信越サイクリング協会/公益財団法人日本サイクリング協会)

■後援 : 飯山市、信州いいやま観光局、斑尾高原観光協会、中野市、信州なかの観光協会、

妙高市、妙高市観光協会、

池の平温泉観光協会、飯綱町、飯綱町観光協会、戸隠観光協会、

飯綱高原観光協会、信州しなの町エコツーリズム観光協会、

新潟県交通安全協会新井支部、新潟県交通安全協会妙高支部、

新潟県交通安全協会妙高高原支部

■協力 : 信越9市町村広域観光連携会議、信越自然郷ディスカバリー、
荒井アンドアソシエイツ株式会社、株式会社黒姫和漢薬研究所、
株式会社 サンクゼール、NPO 法人ふるさとづくり妙高

(以上予定)

■運営 : 信越自然郷・五高原ロングライド実行委員会

■大会ホームページアドレス

: <http://shinetu5ride.org/> 「信越自然郷・五高原ロングライド」で検索

■前泊宿泊案内について

●前日宿泊を希望される方には大会協力宿の協力により特別料金にてご案内いたします。

- ・大人1名（2名以上で1部屋利用の場合）：1泊朝食付き¥5,000円
(サービス料、消費税込)
- ・大人1名（1名で1部屋利用の場合）：1泊朝食付き¥6,000円
(サービス料、消費税込)
- ・子供1名（2名以上で1部屋利用の場合）：1泊朝食付き4,000円
(サービス料、消費税込)
- ・斑尾高原ホテルプラン大人1名（2名以上で1部屋利用の場合）
：1泊朝食付き9,000円
(サービス料、消費税込) 入湯税150円別

- ・斑尾高原ホテルプラン大人 1 名（ツインルームシングルユーズの場合）
 - ：1 泊朝食付き 11,000 円
 - （サービス料、消費税込）入湯税 150 円別
 - ・斑尾高原ホテルプラン子供 1 名（2 名以上で 1 部屋利用の場合）※親同室
 - ：1 泊朝食付き 4,000 円
 - （サービス料、消費税込）入湯税 150 円別
- ※夕食や後泊などについては各宿にて相談ください。

希望される方は以下の事項を選択ください。

- 1) 宿泊地区：2 地点発着方式ですので、斑尾地区か池の平地区かを選択してください。
- 2) 両地区の大会協力宿は公式 HP「<http://shinetu5ride.org/>」にてご確認し直接電話をお願いします。尚、ご予約の際『信越自然橋五高原ロングライド参加』を伝えて下さい。
- 3) 特に希望のない場合は事務局にメールをもしくは電話連絡で、宿泊希望「一任」をご連絡をお願いします。ご紹介を致します。
- 4) 協力宿ご利用の方は募集定員オーバーの際お断りすることはございません。
- 5) 交流パーティー参加希望の方は、エントリーとセットエントリーをお願いします。

★大会実行委員会事務局からのお願い★

高低差・アップダウンありのロングコースであることから、前日の宿泊をお勧めしています。また、この大会は地域の有志の手作りイベントです。実施するにあたり宿泊施設関係者には多大なる支援をいただいております。事情の許す限り、協力宿に宿泊をしていただけるようお願い申し上げます。

■開催場所&コース

●120 km 五高原周回コース

- ・長野県斑尾高原スタート（飯山市）

斑尾高原スキー場第 7 駐車場→妙高ふれあいパーク（妙高市）→
池の平イベント広場（妙高市）→ 黒姫えんめい茶（信濃町）
→戸隠高原（長野市）→飯綱高原（長野市）→斑尾高原スキー第 7 駐車場

- ・新潟県池の平スタート（妙高市）

池の平イベント広場（妙高市）→黒姫えんめい茶（信濃町）
→戸隠高原（長野市）→飯綱高原（長野市）→斑尾高原スキー場第 7 駐車場
→妙高ふれあいパーク（妙高市）→池の平イベント広場（妙高市）

※安全確保のため最終 FINISH 時刻を 16:00 と設定します。時間内に周回できないと予想される方は 95km コースを選択ください。また 120km・95km 分岐地点には通過設定時刻があります。間に合わない方は 95km コースへご案内させていただきます。あらかじめご了承ください。

●95 km四高原周回コース

上記コースの内、戸隠抜きの四高原周回
(コースは気候状況により変更される場合があります)

■大会スケジュール

10月8日(日)

- ・前日受付 13:00~16:00
- ・受付場所 斑尾高原スタート/まだらお高原山の家
池の平スタート /池の平イベント広場
- ・交流パーティー 場所検討中 決定次第ホームページで告知いたします。

10月9日(祝・月)

- ・大会開会式 6:30
- ・スタート時間 7:00 (ゼッケン順に時間差のスタートとなります)

●指定ポイント AS 通過最終時刻 ※AS=エイドステーション

斑尾高原スタート 最終通過時刻 池の平スタート 最終通過時刻

斑尾高原 AS (スタート) 7:00

※先頭スタート 池の平 AS (スタート) 7:00

※先頭スタート

妙高ふれあいパーク AS 10:00 黒姫えんめい茶給水所 8:50

池の平 AS 11:50 大座法師池 AS 11:00

黒姫えんめい茶給水所 12:40 サンクゼール AS 12:10

大座法師池 AS 13:30 斑尾高原 AS 13:20

サンクゼール AS 14:30 妙高ふれあいパーク AS 14:30

斑尾高原 AS (ゴール) 16:00 池の平 AS (ゴール) 16:00

最終通過時刻は天候等の理由により変更になる場合があります。

■大会規約:

コースの大半は上信越国立公園内および信越自然共生圏内にあるので、環境保全に注意を払って走行して下さい。当大会はレースではなく参加者がそれぞれのサイクリングを楽しむことを目的にしたイベントです。道路は交通規制されていないので、交通規則を遵守し、安全第一を守って走行して下さい。

1) 交通規則を守ること。

- 一時停止場所、赤信号では確実に停止して下さい。
- 左側を一列で走行して下さい。

- 自転車運転中は携帯電話を使用しないで下さい。
 - 前走者とは適度に距離を保って走行して下さい。
 - 前走者を追い越す場合は、後方確認の上、右から声をかけながら追い越して下さい。
- 2) スタッフの指示に従うこと。
- 大会期間中は、スタッフの指示に従って下さい。
 - リタイアする場合は、必ずスタッフ又は大会本部にご連絡下さい。
- 3) 自転車と装備のこと
- 自転車の種類はロードバイク、MTB等のスポーツバイクをお薦めします。普通自転車(ママチャリ)、リカンベント、タンデムは受け付けられません。
 - 検車はありませんので、前後ブレーキを装備し、整備されたスポーツバイクでご参加下さい。
 - 安全のため、必ずヘルメットを着用して下さい。
 - 安全に自転車走行ができる服装でご参加下さい。
- ★パンク等のメンテナンスは各自で対応してください。(メンテナンス車両は並走しません)
- 4) 未成年者の参加について
- 未成年者が参加される場合は、保護者の同意が必要です。
- 5) 大会の中止または短縮について
- 悪天候により、大会が中止または短縮される場合があります。その場合、参加費は返却されませんので予めご了承下さい。
- 6) エイドステーション(AS)のこと
- ASにはトイレ、水道などの設備、飲料・食料が用意されています。参加者は無料で利用できます。
- 7) 指定通過最終時刻のこと
- 各ASには通過最終時刻が設定されています。事前に把握して置いて下さい。
 - 指定通過時刻を過ぎた場合、ピックアップさせていただきます。
- 8) 注意事項
- 参加者全員に対して、傷害保険に加入していますが、大会当日以外については適用されません。
 - 健康保険証をご持参下さい。
 - ゴミ等は各自持ち帰って下さい。
 - コースは国立公園の中にありますのでむやみにコース外の場所に立ち入らないようお願い致します。
- 9) 大会駐車場に関して
- 斑尾高原スタート地点及び周辺部は駐車禁止です。また、参加者用駐車場(斑尾高原スキー場第7駐車場)は当日朝4:00からの利用となりますのでご協力お願いします。

●池の平スタート地点及び周辺部は駐車禁止です。また、参加者用駐車場（池の平温泉スキー場駐車場）は当日朝4：00からの利用となりますのでご協力をお願いします。