

沖縄やんばる・世界自然遺産の豊かな森の息吹を感じる

第9回

# 国頭トレイル

## ランニング大会

2023.12.9(土)

メイン会場：  
国頭村森林公園



申込締切先着順!!

2023年9月30日(土)

後夜祭4年振り復活。  
国頭村ソウルフード「ハイケイ」



kunigami-trail.org

お問い合わせ先 〒905-1411 国頭村辺土名119-6  
(一社) スポーツツーリズム沖縄内 国頭トレイルランニング大会事務局  
TEL 0980-43-5531 (月～金：10時～17時)  
E-mail: kunigamitrailrun@gmail.com  
facebook 「国頭トレイルランニング大会」で検索

- 主催 …………… 国頭トレイルランニング大会実行委員会
- 共催 …………… 株式会社沖縄タイムス社
- 主管 …………… 一般社団法人スポーツツーリズム沖縄
- 後援 …………… 沖縄県、国頭村、(財) 沖縄観光コンベンションビューロー、北部広域市町村圏事務組合、国頭村教育委員会、国頭村体育協会、国頭村商工会、(一社) 国頭村観光協会
- 大会スーパーバイザー …… トレイルランナー 山田 琢也

# KUNIGAMI TRAIL RUNNING

OKINAWA, JAPAN

トレイルランニングは  
不整地やオフロードを走りながら  
自然の変化や豊かさを感じ  
ヒトが本来持っている五感が  
研ぎ澄まされていく  
新しいランニングスタイル。  
沖縄で唯一「森林セラピーコース」に  
認定された与那覇岳周辺の森を  
中心に走る沖縄初の  
トレラン大会です。

※一部の種目は、締切2週間前に定員オーバーしますので、ご注意ください。募集延長は一切致しません。

種目	制限	参加料	定員	参加資格	開始
18km 個人ペア 団体3名1組	4時間 30分	7,000円 ※13,000円 ※19,500円	400名 ※35組(70名) ※20組(90名)	16才以上の健康な男女 フルマラソン 又はトレイルラン 12km以上の 完走経験者	12:00
13km 個人ペア	3時間 30分	7,000円 ※13,000円	530名 ※30組(60名)	ハーフマラソン 以上の距離を 完走経験者	12:00
8.6km トレイル ウォーク 記録計測無	3時間 30分	3,800円	500名	小学生以上 1時間以上 ウォーキング できる方	8:00
国頭村民粋 トレイルランの部 トレイルウォークの部	上記の 各競技規定 と同じ	トレイルランの部 6,500円 トレイルウォークの部 3,500円	先着 60名	上記の 各種目規定 と同じ	上記の 各競技規定 と同じ

※参加料は、大会運営費、傷害保険料、参加費、国頭クーポン券を含む。 ■ふるさと納税枠：各種目共通3万円(各種目5名まで)  
※トレイルウォークは、ナンバーカード・参加賞、事前送付代金を含む。 ■国頭村民粋：トレイルランの部6,500円/トレイルウォークの部3,500円

- ※上記に加えて、以下のルールと必携品持参を承諾の上、申込できる方
- 大会主旨・本大会の要項・注意事項・規約・誓約事項に同意し、申込時に携帯番号・メールアドレス(携帯メール原則不可。Gmail推奨)を必ず登録できる
  - 大会HPまたは大会公式Facebookによる情報発信を自らその都度確認できる
  - 更衣室はフィニッシュ後のみ利用できることを了承し、来場前に当日参加するウェア着用できる方
  - 国頭村内で宿泊予約する際に「大会参加または同伴」の自己申告を必ずすること
  - コース上の大半(クロカンコース除く)は撮影禁止。イヤフォン装着禁止の遵守
  - 必携品を持参できること(全参加者共通です!!)

必携品リスト	推奨品リスト
リュックサック 目安容量 6~15L 腰と胸にベルト あるタイプ推奨	GPS ウォッチ GARMIN
防寒・防水 ウインド ブレーカー	手袋 18kmの 部は崖を よじ登る
行動食 ナントウ・ おにぎり等	ネック バンドナ または タオル
水筒 水1L以上 ※ペット ボトル可	ヘッドライト 雨天時 かなり 暗いため
レジャー (チリ拾い用)	機能性 タイツ 2XU
止血用 テープ または ビニールテープ	虫よけ スプレー
主催者が 配布する ゼッケン・ 安全ピン	濡れ ティッシュ
携帯電話 (au推奨) マイcup (ランのみ)	ハットタイプ 帽子

● 今大会は、一部危険箇所を走行・歩行する「山岳スポーツ」です。万が一の遭難に備え、止血用の備品もご持参ください。

推奨シューズ アウトソールがグリップ力のあるトレイルランシューズ サロモン、HOKA、モントレイル、ブルックス、ニューバランス、カルパなど

購入から1年以上になるシューズでの参加は、靴底が取れるトラブルが毎年発生してしますので、できるだけ2ヵ月以内に購入した新品シューズでご参加ください。

● 大会当日に履くシューズは、外来種植物対策のため、必ず靴底を洗浄して来場してください。

コースの危険箇所・環境保全箇所は「歩行専用」・「追い越し禁止区間」があり、無理な追い越しをしないこと。走行・歩行した場合は失格の対象となります。



手袋あったらいいな



滑りやすい箇所ちゅーい!



やんばるふんばる



トレイルウォークは家族で参加しよう



後夜祭のご案内

- 時間 18:30~20:30
  - 会場 国頭中学校体育館
  - 参加料 3,500円 (飲物3杯分込)
  - 定員 先着300名
  - 申込 大会申込と一緒に申し込みにください。
- ※村内は飲食店が限られていますので、ぜひご利用ください。



## 募集 ボランティア

大会運営に協力いただけるボランティアを募集します。

**【募集内容】 10:30~17:00**

- 固定 監査 10名・20歳以上の男性
- 最後尾監査 2名・18歳以上
- ※昼食券・大会オリジナルTシャツを支給します。
- ※スタート前フィニッシュ後に簡単な軽作業があります。

**申込締切 11月7日(火)まで**  
大会事務局までお問合せください。

### 参加賞

やんばるふんばるTシャツ  
トレイルラン完走者は完走証  
トレイルウォークは完歩証

### 表彰

各種目男女別総合3位迄表彰  
ペア・団体の部は1位まで表彰

### 申込方法

- ①大会専用申込パンフレットの専用郵便振替用紙
- ②大会公式HP・フェイスブック
- ③沖縄県内スーパースポーツゼビオ(宜野湾店、うるま店、イース豊崎店)

## 重要!お申し込みについて

今大会は、ロードレースと違い、やんばるの森の中の不整地(トレイル道)を走る自然のコースです。コース上には、水道や住宅もなく救助に時間を要します。また路面も滑りやすく、ロードレースより気をつかいます。参加するにあたっては森の中に入る危険度を承知の上、十分なトレーニングと参加資格に定めた必携品を準備して自己責任による自覚をもって、大会にお申込みしてください。(私有地があるため、事前試走は厳禁です)

- 健康に留意の上、自己責任においてお申し込みください。
- 県外・離島から参加する方は、大会当日沖縄本島入りですと、会場での選手受付時間に合いませんので必ず前泊入りしてください。
- お申し込み後の自己都合による登録者の変更、修正、キャンセルはできません。
- 申込用紙の記入漏れ・不備があった場合、失格になる場合があります。
- 団体の部は、代表者が他のメンバー分まとめてお申込みください。団体の部のみ、メンバー変更は、大会2週間前まで可能です。(Tシャツサイズ変更不可)
- Tシャツサイズの記入漏れはすべて「Mサイズ」とさせていただきます。
- 定員オーバーした場合は、返金手数料 560円を差し引いて参加料を返金いたします。

払込取扱票		振替払込請求書兼受領証	
00 福岡	口座記号番号 01700-3-126854	金額 千 百 十 万 千 百 十 円	口座記号番号 01700-3-126854
国頭トレイルランニング 大会事務局		料 金	加入者名 国頭トレイルランニング 大会事務局
加入者名	氏名 (留名欄) 私は誓約項目に同意の上、大会に参加します。	性別 男・女	金額 千 百 十 万 千 百 十 円
ご依頼人・通信欄	チーム名 (職場名) (8文字)	生年月日 年 月 日 歳	おなまえ 様
	後夜祭申込み 大人 3,500円 × ( ) 名 中高生 1,500円 × ( ) 名 小学生 500円 × ( ) 名	TEL 日中連絡先 緊急時連絡先	ご依頼人 日 附 印
	種目(○で囲む) ・18km ・18km(ペア・3名) ・13km(個人・ペア) ・トレイルウォーク	備考	料 金 円
	Tシャツ 2人目 Tシャツ SS・S・M・L・LL・3L 氏名	日 附 印	備考
	Tシャツ 3人目 Tシャツ SS・S・M・L・LL・3L 氏名		

裏面の注意事項をお読みください。(ゆうちょ銀行) (承認番号福第11534号)  
これより下部には何も記入しないでください。

この受領証は、大切に保管してください。

## 会場アクセス



## 会場直行バスのご案内

### 国頭村宿泊者限定：半地・奥間・桃原・辺土名地区限定

#### 往路

くんじゃんサバクイ号12/8(金)  
名護バスターミナル 16:30  
→ 国頭村役場前まで

ノグチゲラ号12/9(土)  
県庁前 8:00  
→ くいなスポレク公園

#### 復路

くんじゃんサバクイ号12/10(日)  
国頭村役場前 8:00  
→ 名護バスターミナル行き

かぎやで風号12/10(日)  
国頭村役場前 13:00  
→ 名護バスターミナル行き

村内に宿泊される方に限り、「大会前日」、「大会当日」、「大会翌日」に名護バスターミナルから国頭村内宿泊施設(半地・奥間・辺土名)まで直行バスを運行します。(片道1,000円。各出発時間先着26名。県庁前当日便のみ先着26名)沖縄県内の方も利用可能です。大会事務局メールにて「氏名・申込種目・希望便名」を入力してお申し込みください。(申込期限:9/30迄。スポーツエントリー申込のみ。先着順)

※メイン会場内において前日車内乗り入れ泊、テント泊は出来ません。

・会場までは、公共機関のアクセスが限られております。各自レンタカーが自家用車等で出来るだけ参加者同士相乗りで移動をお願いいたします。  
・大会当日は、くいなスポレク公園内および周辺エリアに大会専用駐車場を設け、そこから会場までアクセスできるシャトルバス(無料)を運行します。

## 競技規定

- ①本コースの大半は、国立公園を走る・歩く自然道および登山道です。トレイルランは気温変化が激しく、危険な箇所を含む不整地(トレイル)を走る・歩くことを前提とした山岳スポーツです。各自安全に留意し、ウェア・シューズを準備してください。鳥ぞうり・サンダルタイプでの参加は禁止です。
- ②トレイルウォークは、エイドステーションはありません。各自で必ず水筒持参ください。
- ③必携品を忘れた方は、失格扱いとなり、完走証を発行しません。(表彰対象外になります)
- ④トレイルランの部はエイドステーション2箇所(18km:4回、13km:2回)で水を用意しま

す(ペットボトルによるカップ併用は厳禁)。コース監察員は救護搬送を目的に待機していますので、コース誘導は行いません。当日配布するコースマップおよび矢印看板をめやすに歩行または走行してください。

- ⑤トレイルランヘア・団体の部はレース中は原則縦列走行で行い、フィニッシュ時は全員が半径2m以内で同時にフィニッシュしてください。
- ⑥制限時間内に完走・完歩できなかった方、自己判断によるリタイアは、安全管理上、各自で下山せず必ずコース監察員へ連絡してからメイン会場へ移動してください。コースの大半が車両進入できないトレイル道になるため、リタイアしてもすぐに収容・搬送ができないことを理解して、体調を整えて参加してください。レース

継続が困難と役員が判断してリタイア勧告する場合は、係の指示に従ってください。その際、ゼッケンに装着している計測チップは回収します。

- ⑦レース中に荒天になった場合は、コース変更または大会を中止することがあることを承諾してご参加ください。距離表示は、5km毎・残り5kmより1km毎に表示します。
- ⑧山の天気は変わりやすく、コースの半分は携帯電話の電波状況が悪いエリアです。遭難対策のためにも必携品は必ず持参してください。
- ⑨コース監察・移動監察員が確認しやすい様になるべく安全対策として目立つ色の派手なウェア着用をお願いします。
- ⑩コース上で救護搬送が発生した場合は救護スタッフ・救護車両の移動を最優先し、走者への

搬送協力・レースの一時中断をしていただくことがあります。

- ⑪コース上で一部道幅が狭い箇所があり、渋滞が発生します。追い越し・追い越される側双方の安全を最優先し無理に追い越さない事。
- ⑫トレイルランの部でスタート直後から5km以上歩き続ける方は、関門前でも移動監察スタッフが明らかに完走出来ないと審判した場合は、交通規制・安全面の観点より、関門前でも失格となります。
- ⑬【各種目共通禁止事項】を行った場合、失格となり、次年度以降の参加を認めませんのでご注意ください。

## コースについて

- 今大会のコースは、国頭村民・先人達が長年に渡り、生活の場として、また環境保全のために守られてきた場所で開催されます。国指定特別天然記念物のヤンバルクイナ始め、数多く希少動植物が生息しておりますので、コース上でのチリやモノを絶対に捨てないでください。マナーの悪

いランナーは即失格となり、次年度以降の参加を認めません。

- スタートから約2km地点迄はコースの一部が狭く、渋滞しますので予めご了承ください。
- 前方走者を追い抜く時は周囲に声掛けを必ず行って走行してください。
- スタート時間に遅刻した方は、遭難対策の観点から「失格」になります。

- リタイア収容所はコース上1か所(大国林道ポイント)に設置します。関門以降は、最後尾ランナー・歩行者の後ろからガードランナーが伴走・伴歩しますので、関門以外でリタイアした場合はメイン会場迄歩いて移動となります。ご了承ください。ただし、歩行困難な場合は、近くの監察員が移動監察スタッフへ声をかけてください。この場合、救護車両を手配します。

### 【各種目共通禁止事項】

- ・大会前後にコースや私有地になっているコースへ侵入した場合
- ・自然保護に違反する行為、レースで使用する靴底洗浄を事前にしなかった場合(鳥草履禁止)
- ・主催者およびスタッフの指示に従わなかった場合
- ・ナンバーカード未着用(折り曲げ厳禁)
- ・コース上へのチリ等の投棄、指定されたコース上歩行限定区間・追い越し禁止区間のルールを遵守しない場合

次の行為をした方は失格となります。

- 【トレイルウォークの部】・先導スタッフを追い越した場合(完歩証は発行しません) ●



(ご注意)

- ・この用紙は、機械で処理しますので、金額を記入する際は、枠内にはっきりと記入してください。また、本票を汚したり、折り曲げたりしないでください。
- ・この用紙は、ゆうちょ銀行又は郵便局の払込機能付きATMでもご利用いただけます。
- ・この払込書を、ゆうちょ銀行又は郵便局の渉外員にお預けになるときは、引換えに預り証を必ずお受け取りください。
- ・この用紙による、払込料金は、ご依頼人様が負担することとなります。
- ・ご依頼人様からご提出いただきました払込書に記載されたおとこと、おなまえ等は、加入者様に通知されます。
- ・この受領証は、払込みの証拠となるものですから大切に保管してください。

収入印紙  
5万円以上  
貼付

印

この場所には、何も記載しないでください。

参加誓約事項および各種注意事項、大会参加に  
関わる重要な事前承認の内容などについては、  
HP 大会要項にて必ずご確認ください。