



MIZUKAMI MOUNTAIN Party

【参加案内】

日程 2025 年 6 月 7 日 (土)
会場 スタート / フィニッシュ 高城公園
後夜祭 たけのこ工場
主催 水上村マウンテンスポーツ実行委員会
協賛 PUMA、熊本県企業局、(株)ヤマップ、(株)インナーファクト、合資会社大石酒造、大塚製薬(株)、(有)阿部牧場、Ladder、(株)アレラ、(株)エス・エム・ジェイ、TEAM outside、ジョンソンヴィル・ジャパン合同会社、カルビー(株)、コールマンジャパン(株)

スケジュール

ロングコース

時間	概要
4:00 ~ 4:30	手荷物預かり (湯山小学校)
4:40	開会式
5:00	スタート
14:00	男子の部 表彰式 (予定)
16:00	女子の部 表彰式 (予定)
17:00	制限時間

ショートコース

時間	概要
6:00 ~ 6:30	手荷物預かり (湯山小学校)
6:40	開会式
7:00	スタート
13:00	表彰式 (予定)
15:00	制限時間

後夜祭

時間	概要
18:00	後夜祭開始

アクセス

・車でのアクセス

九州自動車道・人吉 IC からフルーティロードを經由して 40 分

熊本市より約 2 時間 / 鹿児島市より約 2 時間 20 分 / 宮崎市より約 2 時間 20 分 / 福岡市より約 3 時間 20 分

鹿児島空港より約 1 時間 30 分 / 熊本空港より約 1 時間 40 分 / 宮崎空港より約 1 時間 50 分 / 福岡空港より約 3 時間

・公共交通機関

特急かわせみ・やませみは令和 2 年豪雨の影響による肥薩線不通に伴い運休中

人吉駅からタクシー・レンタカー利用で約 40 分

会場付近図

WEB ページにて会場周辺図を公開中です。
駐車場、手荷物預かり、スタート会場など記載しております。
以下の URL をタッチもしくは QR よりご確認ください。
周辺図：<https://x.gd/Gk0DI>



駐車場・シャトルバス

・選手駐車場は、「汗の原親水公園駐車場」となります。

【行き】「汗の原親水公園公衆トイレ前」から無料シャトルバスを運行します。

【帰り】「消防団詰め所横」から無料シャトルバスを運行します。

各シャトルバスの乗降エリアは会場付近図にてご確認ください。運行時間については、随時行います。

・後夜祭の会場はたけのこ工場になります。

主な宿泊施設から近いので、シャトルバスはございませんのでご注意ください。

受付

・本大会は混雑緩和のため、受付は行いません。

計測タグ付きのゼッケンを参加賞を含め、事前に郵送いたします。

当日忘れた場合は、「湯山小学校体育館」にて再発行いたします。

手数料として 2,000 円が必要となりますので、お忘れの無いようご注意ください。

出走しない方はゼッケンの返却は必要ありません。

手荷物預かり

・手荷物の預かりを「湯山小学校体育館」にて行います。

・手荷物をご自身でバッグ・袋などに 1 つにまとめて頂くようご協力をお願いします。

事務局で用意するタグにゼッケンナンバーを書き込み、お預かりします。

・貴重品についてはお預かりできません。ご自身での管理をお願いします。



必携品

- | | | | |
|-----------|----------------|-------------------|-----------|
| 1. コースマップ | 5. 携帯食料 | 9. 携帯トイレ | 13. ホイッスル |
| 2. 携帯電話 | 6. ファーストエイドキット | 10. トレイルランニングシューズ | |
| 3. マイカップ | 7. ライト | 11. 手袋 | |
| 4. 1ℓ以上の水 | 8. エマージェンシーシート | 12. レインジャケット | |

ナンバーカード

- ・体の前面（胸・腹）に横向きに装着してください。
- ・ナンバーカードには計測用のICタグが取り付けられており、誤った装着方法だと正確に計測ができない場合があります。
- ・省資源のため安全ピンは同封しません。市販のナンバーカード留めやベルト、ご自宅にある安全ピンをご活用ください。どうしても必要な方にはスタート会場で配布します。

コース案内

- ・山間部、作業道や林道には以下の目印コーステープ（白色）を設置します。
分岐点や分かりにくい箇所には複数のテープを設置するほか、矢印看板や誘導スタッフがコースを指示します。
目印を見失わないよう周囲に気を配りながら走行してください。
- ・5分以上コーステープが見つからない場合はコースを間違えている可能性があります。
速やかに来た道に戻ってコースに復帰してください。

見本



MIZUKAMI MOUNTAIN Party

エイドステーションおよび関門時間

ロングコース

拠点名	略称	距離	関門
高城公園	START	—	—
上米良大平線峠	AS1	13km	—
水上学園前	AS2	20km	10:00
白蔵線	WS	32km	—
江代防災拠点	AS3	41km	15:00
高城公園	FINISH	53km	17:00

ショートコース

拠点名	略称	距離	関門
高城公園	START	—	—
上米良大平線峠	AS1	13km	11:00
高城公園	FINISH	25km	15:00

- ・コース上にエイドステーション（以下、AS）が設置されます。
水・スポーツドリンク及び補給食（地域特産品など）が提供されます。
- ・AS に紙コップの用意はありません。各自でカップやボトルを携帯してください。
- ・AS にはそれぞれ関門時間が設定され、選手は同時刻までに AS を出発しなければなりません。
関門時間を過ぎてから AS に到着した選手、関門時間を過ぎてでも出発できない選手はその場で競技終了となります。

記録

- ・計測はナンバーカードに装着された IC タグで行います。
所定の装着方法を守り、競技終了まで取り外さないようにお願いします。
- ・IC タグおよびナンバーカードは、競技終了後は返却の必要はありません。
- ・完走証はフィニッシュした選手に順次お渡しします。順位は後日、WEB サイトにて公開するリザルトをご確認ください。
- ・男女の上位 3 名を表彰し、副賞を進呈します。ロングコースは年代別表彰状を後日郵送します。

リタイア

- ・コースはトレイル（登山道・遊歩道）が多いため、車両で搬送できるエイドステーションのみです。
ウォーターステーションではリタイアすることはできません。
スタート地点まで自力で戻る体力を勘案してリタイアを判断してください。
- ・やむを得ずリタイアする場合は最寄りのスタッフに申告するか、大会本部に電話連絡をして指示に従ってください。
連絡がない場合は遭難扱いとなり捜索隊が出る場合があります。捜索費用は有償です。
- ・ケガや体調の不良により自力で動けない場合は、最寄りのスタッフまたは大会本部にその旨を伝え指示に従ってください。
また走行中に動けない選手や体調不良者を見つけた場合は走行を中止し、本部と連携して救助に協力をお願いします。

怪我をしたときは

- ・大会中の転倒などによるケガや熱中症・低体温症・急性心疾患等は、主催者が加入する傷害保険の対象となります。
【補償金額】死亡・後遺障害：300 万円 入院日額：2,500 円 通院日額：1,500 円
- ※既往症による受診や遭難時の捜索・救助費用は対象外です。
捜索・救助費用は高額になる場合もあります。
日常的にトレイルランや登山をされる方には山岳保険の個人加入を強くお勧めします。

大会中止の判断

- ・会場周辺で大雨、防風などの気象警報や土砂災害警戒情報が発令された場合や、地震や噴火など災害が発生した場合は大会の中止や縮小、内容の変更を判断する場合があります。
レース中の中止や協議内容の変更を判断した場合は、各エイドステーションにて案内を行います。
- ・状況は大会 WEB サイトにて随時案内をいたしますので、個別のお問い合わせは極力ご遠慮ください。