

三原山マウンテンマラソン

MMM Mini 2024

2024年10月27日(日)開催

大会プログラム

大会要項

大会名	三原山マウンテンマラソン大会 (MMM Mini) 2024
開催日	2024年10月27日(日)
主催・協力	主催: アドベンチャーディバズ(株) 協力: (一社)大島観光協会
競技エリア	伊豆大島 三原山周辺(表砂漠・裏砂漠・山頂)
種目・制限時間	ストレート、スコア 制限時間: 3時間
表彰	各クラス上位3チーム
大会会場&アクセス	三原山山頂口／展望避難休憩舎(受付)／三原山レストセンター(スタート・ゴール) 往路: 8:20 元町港発 → 8:45 三原山頂口(大島バス) 復路: 13:40 三原山頂口 → 14:05 出帆港(大島バス) ※車でお越しの場合、山頂口無料駐車場あります。 ※日曜日の東海汽船:大型船 14:30発東京行き、ジェット船 14:45発東京行き、15:45発熱海行き 雨天決行ですが、明らかな悪天により中止とする場合、その判断は前日の午後9時までに 行い、ウェブサイトとご登録されたチーム代表者の方のメールアドレスにお知らせします。

大会スケジュール&当日の流れ

代表者だけでなく、チーム全員こちらの「大会プログラム」を熟読しておいて下さい。

スケジュール	受付 8:45-9:15 スタート 9:15-9:30(両部門含めての随時スタート) ゴール 12:15-12:30(制限時間3時間) 表彰式 13:00-13:15
受付	受付で配布されるもの: ゼッケンと安全ピン ※開会式、競技説明はありません。大会ルールについては、あらかじめ各自が下記の競技説明をよく読んでおいて下さい。直前に発生した重要な伝達事項がある場合は、会場に貼り出しておきますので、そちらもチェックして下さい。

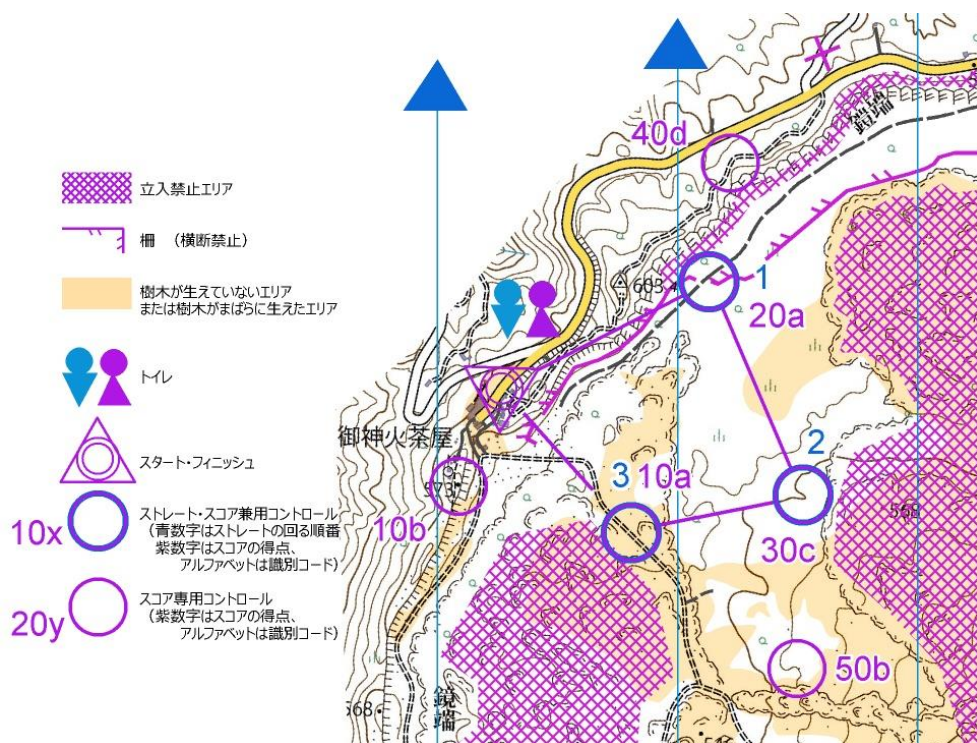
必携装備	コンパス、スマートフォン、デジカメ(写真撮影用/スマホでの撮影もOK)、充電器 ※その他山歩き用装備はご自分の判断でご持参下さい。 ※電池切れを防ぐため、必ず充電器を携行願います。
荷物置場	荷物置場： 8:45～13:15 競技中使用しない荷物や着替えなどは荷物置き場に置いておけます。貴重品は必ず携行して下さい。会場内の盗難、紛失などについて主催者・大会本部では一切の責任を負いかねます。

競技ルール(必ずお読み下さい)

共通ルール	<p>【共通ルール】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 制限時間はスタートから3時間です。 ・ スタート・ゴールは三原山レストセンター前です。 ・ チェックポイント通過証明および計測は「NabiTabiアプリ」と「写真撮影」を併用して行います。詳細は「NabiTabiアプリについて」および「写真撮影について」をご覧ください。 ・ チームのメンバーは、スタートからゴールまで常に一緒に行動して下さい(概ね30m以内)。スタッフがそれ以上離れたチームを発見した場合、失格にすることがあります。 ・ 事故等の理由でメンバーのうちの一人でも競技を続けられなくなった場合、その時点でチームは棄権となります。 ・ 自力以外の移動手段は利用禁止です。ただしリタイヤ時は大島バスを利用して下さい(三原山温泉～三原山頂口間)。 ・ スマートフォン等の地図機能で現在位置を確認することは禁止します。 ・ 制限時間から15分以上の遅れが予想される場合は、本部へその旨ご連絡下さい。なおゴールを通過せずに帰宅された場合は行方不明者として検索される場合があります。棄権や失格のチームも、必ずゴールを通過するようにして下さい。 ・ 立入禁止の場所への立ち入りが発覚した場合は失格としますのでご注意ください。
スタート (共通)	<ul style="list-style-type: none"> ・ 準備が出来たらスタートエリアに集合して下さい。 ・ 3分前になったらスタッフの指示に従い、地図を受取ってスタートレーンに順番に並んで下さい。 ・ 3分間は作戦タイムです。スタートレーンに入ったら地図を見て構いません。コースの見方、CP特徴物の詳細はスタート3分前以降およびスタート後に質問可能です。 ・ スタート時間になったら、スタッフの指示に従い「NabiTabiアプリ」をスタートさせて下さい。スタートから3時間後が制限時間です。

<p>ストレート クラス</p>	<p>【基本ルール】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 地図に記載されたチェックポイント(CP)を順番通りに回り、そのタイムを競います。 ・ CPを回り切れなかった場合は1か所につき20分のタイム加算がつくペナルティがあります。 ・ 制限時間を超えたら失格とします。 <p>【ストレートコースの進め方】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ ストレートクラスのCPは紫と青の円で示しており、CPは円の中心です。またストレートのコースは紫の線で結んでおり、青字で順番を示しています。 ・ CPについたら「NabiTabiアプリ」でパンチし、地図裏面にあるCP一覧表で指定された特徴物を写真撮影して下さい。 ・ 紫円のスコアクラスのCPも地図に記載されていますが、回ってもパンチできません。
<p>スコア クラス</p>	<p>【基本ルール】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 地図に記載されたチェックポイント(CP)を自由に巡り、獲得した得点を競います。全部のCPを回る必要はありません。 ・ 制限時間は3時間。制限時間を超えたら1分につき30点減点のペナルティがあります。また15分以上超えたら失格とします。 <p>【スコアコースの進め方】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ ストレートクラスのCPは紫と青の円で示したストレートクラスのCPに加え、紫の円のCPも含まれます。いずれのCPは円の中心です。 ・ <u>紫字で書かれたCPコードの数字が得点</u>です(例: 10aは10点、50bは50点)。 ・ CPについたら「NabiTabiアプリ」でパンチし、地図裏面にあるCP一覧表で指定された特徴物を写真撮影して下さい。
<p>フィニッシュ (共通)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ ゴールに着いたら「NabiTabiアプリ」の「フィニッシュ」ボタンを押し、続けて「完了」を押しして下さい。 ・ フィニッシュ後はスタッフの指示に従いタイムの計算、確認をお願いします。
<p>地図について</p>	<p>【地図・縮尺】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 今回使用する地図は国土地理院発行の電子地形図25000を基にしています。縮尺は1:15,000、等高線間隔は10mです。磁北線が記載されています ・ 地図記号は地形図と同じです。非樹林帯を黄色に塗っていますが必ずしも正確とは限りません。 ・ 地図に示された<u>立入り禁止区域への立ち入りを禁止</u>します。また<u>柵の横断を禁止</u>します。

【コース表記例】



緊急連絡

- ・ 競技中のトラブル(怪我など)で自力での行動が不可能な場合には、下記の緊急連絡先(地図にも記載があります)に電話するか、近くにいるスタッフや他のチーム等に救助を求めて下さい。救急の場合は直接119へ連絡し、その後大会本部へも連絡をお願いします。
- ・ 電波がなく電話がつかない場合は温泉ホテルや三原山山頂付近に近づき電波を捉えるか、都道(一周道路)上にて待機して下さい。
- ・ 棄権する場合も、必ず大会本部またはスタッフに申し出て下さい。

緊急連絡先電話番号：080-6700-7171

NabiTabiアプリについて

- ・ 事前に「NabiTabiアプリ」をインストールし、ユーザー登録の上ログインして下さい。位置情報、カメラなどの権限許可を求められる場合はすべて承認して下さい。


※不明な点は会場でご質問下さい



- ・ **大切：事前にスマートフォンの充電を十分にしておき、モバイルバッテリーも用意して競技中携帯下さい。**

	<p>スタート前</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 「三原山マウンテンマラソン2024」のイベントを選択して下さい。 ・ 出場するクラスを選択して下さい。「ストレートお試し」「スコアお試し」で事前に動作確認を行えます。 ・ 「コースを回る」を選択して下さい。 ・ 「エントリー番号(必須)」にゼッケン番号を入力して下さい。 ・ 「コース情報」が表示されます。クラスに誤りがなければ「OK」して下さい。 <p>スタート</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ スタート時間になったら「スタート」を押して下さい。 ・ 「ライブトラッキング有効でスタート」を押して下さい。計測がスタートします。 <p>競技中</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ CPに近づいたら画面下の「パンチ」を押すことができます。パンチするとともに、CP特徴物の写真も別途撮影して下さい(NabiTabiアプリではなく普通のカメラアプリやデジタルカメラでの撮影でもOKです)。 ・ ストレートクラスでCPを飛ばす場合は「オプション(三のアイコン)」から「次のスポットをスキップ」を押して下さい。 ・ 「NabiTabiアプリ」では現在地を表示できない設定になっています。 <p>ゴール</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ ゴールする際は「フィニッシュ」を押し、続けて「完了」を押して下さい。
<p>CPでの写真撮影について</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ CPに到達したら「NabiTabiアプリ」でパンチするとともに、地図裏面にあるCP一覧表に示された写真と同じアングルでその場所の写真を撮影して下さい。 ・ CPは道標や火山観測機器などの人工物、オリエンテーリングフラッグ、指定の形に置いた石などです。 ・ 写真には必ず、撮影者を除くチームメンバー全員が写るようにして下さい。自由なポーズで楽しい写真を撮影して下さい。 ・ ソロチームの場合は風景のみ撮影して下さい。 ・ 工事などでCP場所に近づけない場合はもっとも近寄れる場所の写真を撮って下さい。ストレートコースの場合は「NabiTabiアプリ」にてスキップして下さい。
<p>留意事項</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ コース内の安全性には十分配慮していますが、自然の中には予測が難しい危険も数多くあります。常に周囲に注意して行動して下さい。また各自の体力や力量を考え、無理をしないで下さい。 ・ 交通法規を遵守して下さい。歩道がある場所では必ず歩道を通行して下さい。 ・ ハイカーや地元の人へは挨拶を心がけ、譲り合いをお願いします。

	<ul style="list-style-type: none"> ・ 地図に書いていない道に動物捕獲のワナや電流柵が設置されている場合があるので、十分注意して下さい。 ・ 競技中は公衆トイレを使用して下さい。トイレの場所は地図に記載してあります。 ・ ごみは各自持ち帰って下さい。
<p>異常天候時 などの対応</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ 強風時、濃霧時が予想される場合は、開催を中止します。 ・ 急な天候の変化で強風、濃霧が発生した場合は途中で競技を中断し速やかにフィニッシュへ戻って下さい。 ・ 噴火やその兆候が見られた場合はただちに噴火口から離れて下さい。
<p>本大会に参加することで 生じるリスク と対応</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ 岩による怪我 大島全域でざらざらとした溶岩や噴石があり、素手で触ると手を切るなど怪我をしやすいです。転倒時には特に大きな怪我につながる場合があります。手袋を着用する、肌を覆う服装をするなどすることで怪我の度合を低減できます。 ・ 転落 深く切れ込んだ亀裂(谷)や穴が多数あります。足元に注意して慎重に進めば回避できます。万一転落した場合に備え、チームメイトと離れず行動することも心がけて下さい。経験の浅い参加者がソロ出走する場合は森の中へ単独で入ることを回避することも検討して下さい。 ・ 目の怪我 灌木林(背の低い樹木)に覆われた場所があり、枝が目刺さるなどして最悪の場合失明に至ります。アイウェアを着用する、そのような場所では慎重に進むことで発生を抑えることができます。 ・ 熱中症 三原山・裏砂漠エリアには日差しを遮る場所がほとんどありません。気温がそれほど高くなくても熱中症になる場合があります。十分な水分を持ち、適宜補給して下さい。好天時には帽子の着用も効果的です。自動販売機で購入することもルール上許されています。 ・ 低体温症 冬に向かって寒くなる時期の開催なので、雨に濡れ続けると低体温症に陥る場合があります。特に三原山・裏砂漠エリアでは風雨を凌げないため低体温症になりやすいです。雨具の着用である程度防ぐことができます。装備に不安がある参加者や経験の浅い参加者はそのような気象条件では参加を回避することも検討して下さい。 ・ 落雷 どの場所でも起こり得ますが、特に三原山・裏砂漠エリアでは落雷から身を守る場所がありません。雷鳴が聞こえた場合はシェルターや建物がある場所へ向かい、収まるまで避難して下さい。

	<ul style="list-style-type: none"> ・ 道迷い どの場所でも起こり得ますが、特に道から外れた森の中で現在地を見失った場合は慎重な行動が求められます。むやみに下ると崖に直面し身動きが取れなくなる場合があります。基本的には最初にいた道に戻るようして下さい。どうしても戻ることができない場合は地図アプリ等を利用して現在地を確認して下さい。ルール上は失格となるためゴール後に申告をお願いします。なお裏砂漠エリアでは全キャリアで通話・データ通信ができません。ナビゲーションスキルが十分ではない人は三原山山頂付近から遠くに行かないことも検討して下さい。 ・ 他者との衝突 今回のコースは通常自動車の通行はありませんが稀に通ることもあります。気を付けて下さい。また一般の登山者、観光客も歩いています。衝突しないよう周りに気を配って通行して下さい。
運営スタッフ	<p>大会運営： 大会ディレクター： 北村ポーリン(アドベンチャーディバズ) 競技ディレクター/コースプロデュース： 小泉成行(O-Support) サポート： 小原久典、桜井剛、大島観光協会、他</p>
お問合せ	<p>アドベンチャーディバズ株式会社 (大会企画運営、大会事務局) メール: info@izuoshima-rogaining.com</p> <div style="text-align: right;">  Adventure Divas </div>