

# 稲毛選手壮行トレラン走行会

—稲毛選手と一緒に走ろう—

世界選手権代表 稲毛選手とWOCロングに向けたトレーニングを一緒にしてみよう！

## 1. 走行会概要

日程：2023年5月13日(土) 小雨決行・雨天中止

場所：北高尾山稜コース

主催：練馬オリエンテーリングクラブ

集合場所：京王高尾駅 8時30分集合(参加人数により多少変更の可能性あり)

## 2. 走行会内容

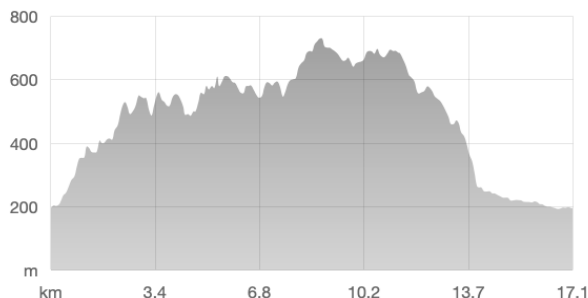
### ① 堂所山往復コース (稲毛選手と同走、メインのコースです)

北高尾山稜コースを駒木野から堂所山までたどり、景信山を経由して戻ってくるコース。  
総距離17.1km Up 1322m (拠点から駒木野までは別に1km。バス利用も可)

堂所山までの8.8km↑1095m コースタイム5時間9分をおよそ100分で走る見込みです。

「稲毛選手と同じペースで走るのちょっと。」という方は少し早めにスタートしたり、休憩時間で追いついたり、別ルートで景信山往復したりといったことも可能です。

コース詳細はこちら(YAMAP) <https://bit.ly/3N9fn8y>



およそのタイムスケジュール (変更の可能性もあります)

|                  |                         |
|------------------|-------------------------|
| 8:50 拠点出発        | 11:15 景信山到着(合流・補給・写真撮影) |
| 9:05 登山道入り口(駒木野) | 11:30 景信山出発             |
| 10:00 狐塚峠        | 12:10 日影沢(ここからバス利用も可)   |
| 10:45 堂所山(10分休憩) | 12:40 拠点帰着              |
| 10:55 堂所山出発      |                         |

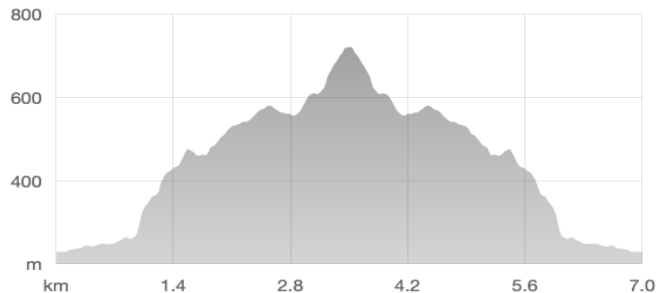
### ② 景信山往復コース (一部バス利用 駒木野⇔日影)

途中バスを利用し、景信山で稲毛選手と合流し戻ってくるコースです

総距離7.0km Up 604m (拠点から駒木野バス停までは別に1km。)

トレイルランニングの経験がほとんどない方、そこそこ頑張りたい方向けのコースです。

コース詳細はこちら(YAMAP) <https://bit.ly/42cSPrZ>



およそのタイムスケジュール (変更の可能性もあります)

|                   |                         |
|-------------------|-------------------------|
| 8:50 拠点出発         | 11:15 景信山到着(合流・補給・写真撮影) |
| 9:15 バス乗車(駒木野)    | 11:30 景信山出発             |
| 9:30 バス下車(日影)登山開始 | 12:30 バス乗車(日影)          |
|                   | 13:00 拠点帰着              |

※各コースに先導・後走がつく予定です。

### 3.参加費

1,500円

別途寄付を受け付けます。もちろん寄付だけでもOKです。

### 4.所持品

トレイルランニングに適した服装等

食料、飲料 他

走行中の荷物以外は拠点（Mt.TAKAO BASE CAMPを予定）のコインロッカーに預けておけます。

### 5.参加および寄付特典

①日本代表の稲毛選手と一緒にトレランできます。景信山で記念撮影予定。

②稲毛選手のWOCへの準備やWOC本戦状況の解説特別動画視聴権

5月下旬に出国し、約1ヶ月半ヨーロッパに滞在しながらWOCに向けたトレーニングを行う予定です。遠征中の様子やレースの感想を、動画もしくは文章の限定公開コンテンツにてお届けします（2回を予定）

### 6.エントリー

・Japan-O-entryよりコースを選択してお申込みください

・締め切り 5月9日(火)

※雨天時は開催中止することがあります。

その際は前日18:00までに参加者にメールでアナウンスします。

参加費はそのまま寄付とさせていただきますのでご了承ください。

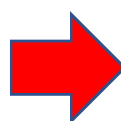
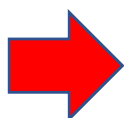
### 7.運営者

新田見俊宣、新田見優輝、渡辺鷹志

### 8.連絡先

新田見俊宣（にたみとしのり）toshi[at]nitami.com [at]→@

## 『稲毛に肉を！』 ー寄付のお願いー



寄付は肉ではなく  
現金でお願いします。

肉は1食4,000円(スイスの肉は世界一高い)