

【受付】

- ・1本目のメインコース地図と、Rental SIACを受け取れば受付は完了です。
- ・団体（複数人でのエントリー）の方は配布物封筒を受け取ってください。
- ・欠席連絡、カード番号変更、代走、当日参加については拠点にて口頭で受け付けます。
- ・出走者チェックや未帰還者チェックは行いません。必ず15時のフィニッシュ閉鎖時刻までにフィニッシュしてください。
- ・心配な方は携帯電話を持って出走し、仲間や知人と出走や帰還を確認してください。

【競技の流れ】

- ・計時するすべてのコースでは、SIACをスタートに設置してあるクリア・チェックにパンチしてください。SIACは電池が消耗するので出走直前に行ってください。
- ・スタートステーションに差し込みパンチした瞬間がスタートです。
- ・フィニッシュはSIACでも差し込みです。
- ・フィニッシュ後は拠点にて1コース完了ごとに読み取りしてください。読み取りを忘れてクリアしてしまうと読み出せません。
- ・お帰りの際はレンタルSIACカードを必ず返却してください。2日間参加する方も1日で回収します。
- ・SIACを紛失した場合、12,000円をお支払いいただきます。紛失防止のためにゴム紐をSIACへ結んで腕に繋ぐ方法がおすすめです。

【トレーニングメニュー】

- ・2本目以降のトレーニングメニューは1本目が終了次第、各自で自由に行ってください。
- ・Eコースを走った方が2本目以降でA,Fを走ることや地図販売も可能です。E,A,Fの地図は1枚300円です。
- ・地図の購入が不要であれば、2本目以降のE,A,Fコースの読み取りは無料です。
- ・fashコースは一斉スタート時間を設けていますが、好きな時間にやっていただいて構いません。
- ・参加者全員がすべてのトレーニングメニューを行うことを想定していません。メニュー地図枚数は参加者数の約60%のみ用意しています。早いもの勝ちですが、もし不足した場合は参加者の間で地図を譲り合って、利用時間をずらしてご利用ください。特に大人数の団体は地図の使い回しにご協力ください。

【トレイン利用上の注意点】

- ・ゴミ等は必ず持ち帰ること。
- ・集落や田畑や私有地などの立ち入りが禁止されているエリアには絶対に入らないこと。
- ・人家付近を通行する際は静粛にすること。
- ・道路への飛び出しなど危険行為を行わないこと。歩行者や自動車に十分注意し競技を行うこと。
- ・道路で車の通行を妨げたり、地域住民の利用に迷惑をかけること。
- ・森の中で動物捕獲用罠を見つけた場合は近寄らないこと。壊したり、動作したなどの場合は報告すること。
- ・草刈りや伐採などの作業をしていた場合は危険なので近寄らないこと。その場所を速やかに報告すること。

コース情報の距離はレッグの直線距離合計、登距離はベストルートでのおよその獲得標高です。

【コース情報 0215】

コース名	距離	登距離	コントロール数	枚数(申込数/用意数)
E	5000	260	17	113/120
A	3700	200	13	20/30
F	2900	150	9	4/20
conpiA	2100	-	9	137/80
conpiB	2300	-	10	137/80
fashA	2600	-	10	137/80 (パターンあり)
fashB	2300	-	7	137/80 (パターンあり)

※2/15 は東大 OLK の人数を含む。OLK は読み取りが別の担当者です。

【コース情報 0216】

コース名	距離	登距離	コントロール数	枚数(申込数/用意数)
E	4600	240	12	110/120
A	3600	200	11	20/30
F	2400	150	7	11/20
Longleg	3300	-	8	141/80
ConPi	3200	-	15	141/80
Butterfly	3000	-	12	141/80 (パターンあり)
Phi	2600	-	10	141/80 (パターンあり)

LapCenter ライブ速報があります



<https://mulka2.com/lapcenter/>