第9回甲州アルプス KOSHJALPS

Haute Route Challenge

公式ブリーフィング Briefing

大会実行委員長 小川 壮太

Race Organizer

Sota Ogawa



トピック 1:各カテゴリーコース説明/Course Explanation

トピック 2:スケジュール・制限時間/schedule・Time Limit

トピック 3: 必携品 /Must-have Items for Race

トピック 4: ウェアリングについて/about Wearing

トピック 5: エイド提供品について/Foods & Drinks at Aid Stations

トピック 6: オート・クレーシャのドロップバッグについて/about Drop Bag

トピック 7: オート・クレーシャのペーサーについて/about Pacer









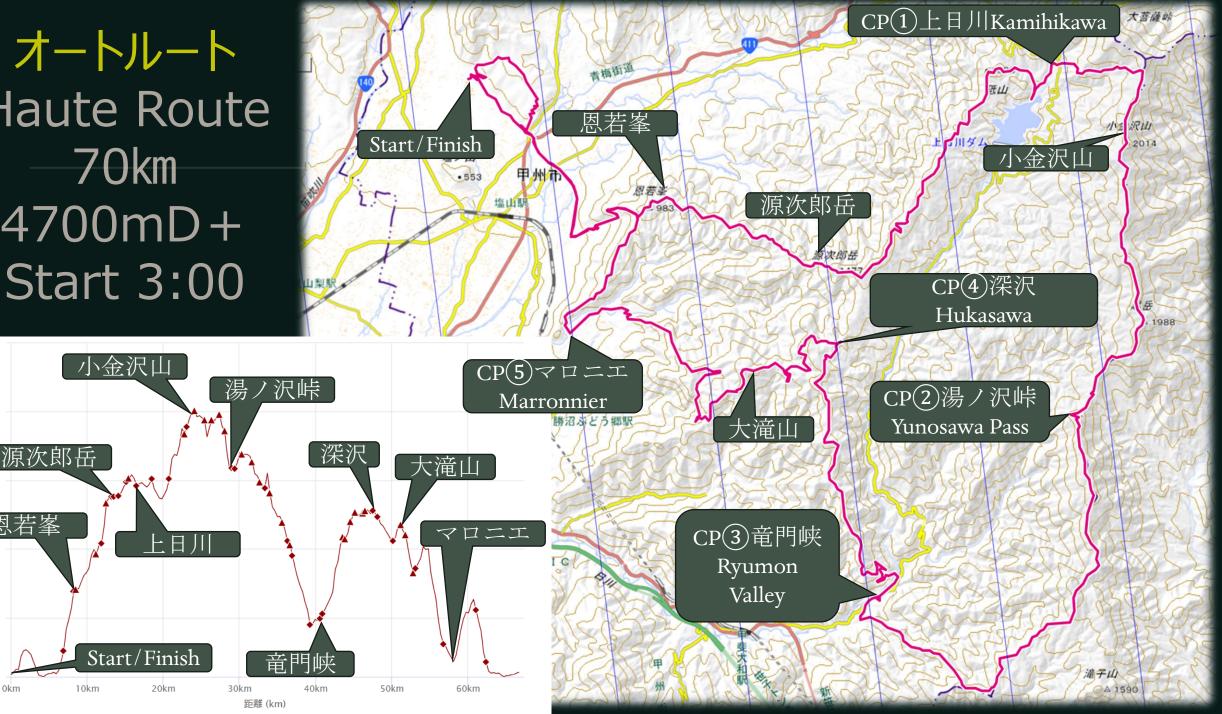


オートルート Haute Route 70km 4700mD+ Start 3:00

2400m

2000m

800m



リリールート Lily Route 55km 3600mD+ Start 6:00

小金沢山

Start/Finish

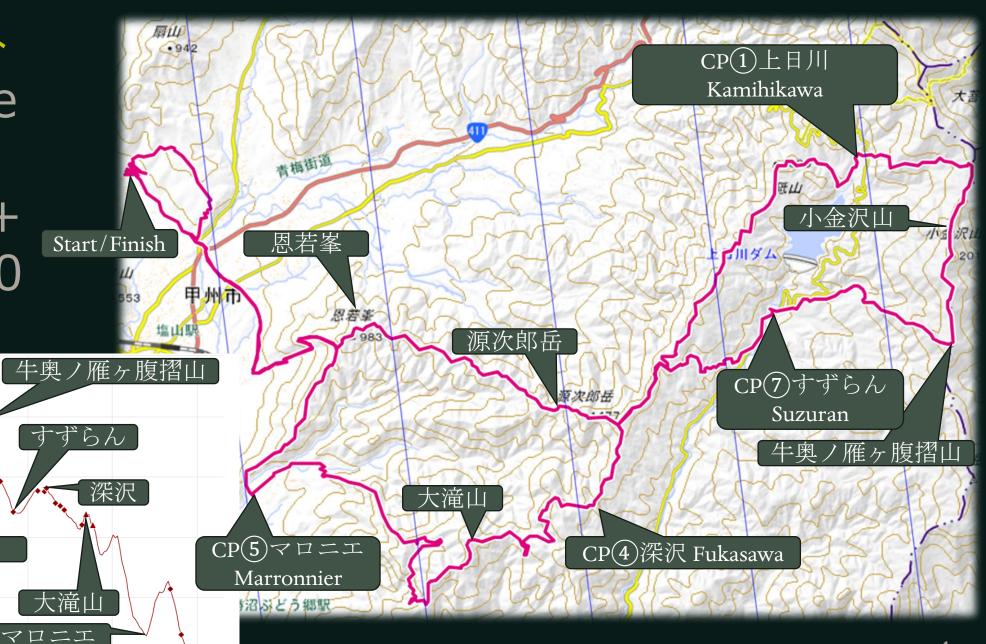
距離 (km)

2000m

800m

源次郎岳

恩若峯



Marronnier
Route
36km
1900mD+
Start 9:00

10km

深沢

距離 (km)

源次郎岳

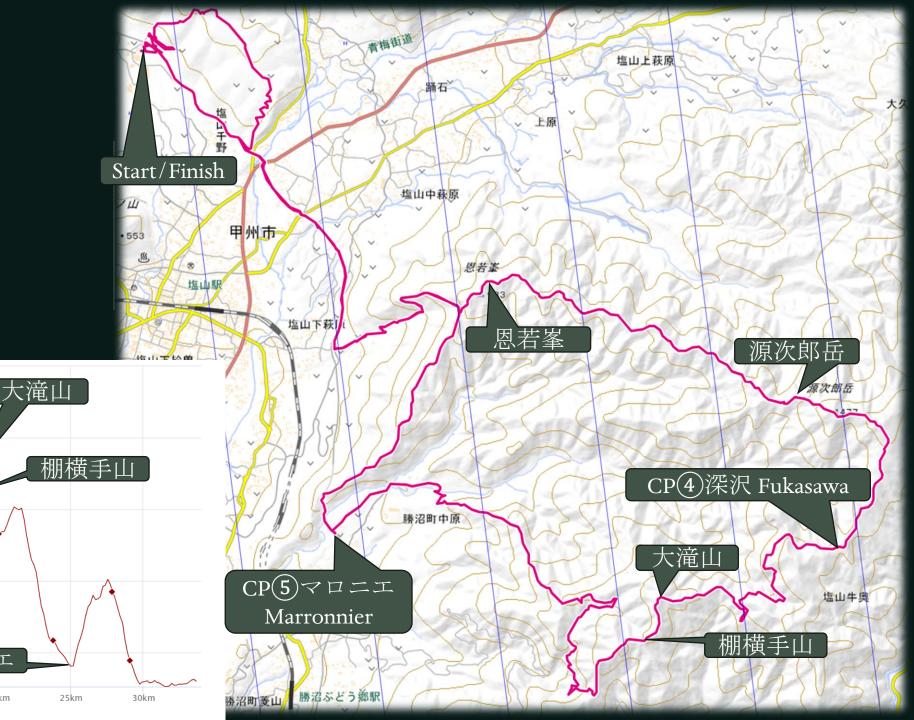
1800m

1500m

900m

600m

Start/Finish



Start/Finish 2周目は公園内 クレーシャ108 コースを登らず1周 青梅街道 目の帰路を恩若峯 Klesha 108km 分岐まで逆走する 6500mD+ 小金沢山 甲州市 CP(6)会場 源次郎岳 塩山駅 Start 3:00 原次郎岳 オートルート +マロニエルート CP4)深沢 Haute70k + Marronnier36k 小金沢山 湯ノ沢峠 CP(5) \forall \Box \Box \Box CP②湯ノ沢峠 勝沼ぶどう郷駅 源次郎岳 源次郎岳 深沢 深沢 大滝山 恩若峯 マロニエ CP③竜門峡 上日川 マロニエ 1200m 甲州市 Start/Finish 竜門峡 20km 60km 70km 80km 90km 距離 (km)

オートルート (悪天候時) Haute Route 【Bad condition】 68.5km 4073mD+

1800m

1500m

10km

距離 (km)





	第9回甲州アルプスオートルートチャレンジ(2025年11月2日開催)選手通過予想タイム						
	ポイント/コース		オート・クレーシャ		リリー		マロニエ
	会場	距離	3:00スタート	距離	6:00スタート	距離	9:00スタート
	フルーツライン出合	3.5km	3:15~3:35	3.5km	6:15~6:35	3.5km	9:15 ~ 9:40
	渡邊フルーツ農園エイド	6.5km	3:30~4:00	6.5km	6:30 ~ 7:00	6.5km	9:30 ~ 10:15
	キリガ尾根分岐	13km	4:30~5:30~6:00	13km	7:30 ~ 9:00	13km	10:25 ~ 12:30
	源次郎分岐	14km	4:45~5:50~6:30	14km	8:45 ~ 9:30	14km	10:40~13:00
	NTT電波塔前分岐	16km	4:55~5:10~7:00	16km	7:55 ~ 10:00	\downarrow	
	上日川峠	19km	5:20~6:00~7:45	19km	8:20~10:45	\downarrow	
Kamihikawa	CP1 上日川峠エイド	20km	5:25~6:10~8:00/ 8:00関門	20km	8:25~11:00/ 11:00関門	\downarrow	_
	天狗の抜道入口	22km	5:50~6:40~8:20	22km	8:50~11:20	\downarrow	_
	狼平	23km	6:05~7:10~9:00	23km	9:05~12:00	\downarrow	_
	小金沢山頂	24km	6:15~7:30~9:20	24km	9:15 ~ 12:20	\downarrow	_
	牛奥ノ雁ヶ腹擦山頂	26km	6:35~8:00~10:00	26km	9:35 ~ 13:00	\downarrow	_
	日川林道出合	\downarrow	_	28km	9:45 ~ 13:30	\downarrow	
Suzuran	CP7 すずらんエイド	\downarrow	_	29km	9:55~13:50/ 15:30関門	\downarrow	
	NTT電波塔前分岐	\downarrow	_	31.5km	10:15 ~ 15:45	\downarrow	
Yunosawa	CP2 湯ノ沢峠エイド	29km	7:10~8:50~11:30/ 11:30関門	\downarrow	_	\downarrow	_
	米背負峠	32km	7:30 ~ 9:40	\downarrow	_	\downarrow	
	曲沢峠	38km	8:15 ~ 11:10	\downarrow	_	\downarrow	
Ryumon	景徳院分岐・登山口	41km	8:35 ~ 11:40	\downarrow	_	\downarrow	
	CP3 竜門峡エイド	42km	8:40~11:55~15:00/ 15:00関門	\downarrow	_	\downarrow	_
-Valley	大志戸口	44km	9:00 ~ 12:30	\downarrow	<u> </u>	\downarrow	
Fukasawa	CP4 深沢エイド	49km	9:55~14:00~17:30/ 17:00関門	34km	10:50~16:30/1 7:00関門	15km	10:50~14:00/ 17:00関門
	深沢峠登山口	51.5km	10:00~14:20~15:35	37.5km	11:00 ~ 16:35	18km	11:00 ~ 15:00
	富士見台分岐	54.5km	10:30~15:00~16:30	40.5km	11:30~16:00~17:30	21km	11:30 ~ 16:00
Marronnier	CP5 マロニエエイド	61km	10:55~15:40~20:00/ 19:30関門	46km	11:55~18:30/ 19:30関門	27km	12:55~19:00/ 19:30関門
	渡邊フルーツ農園Wエイド	65.5km	12:00~18:30~19:00	50.5km	13:00~19:30~20:00	31.5km	13:00 ~ 19:10
	CP6 会場	70km	12:20~19:00~21:20/ 21:00関門	55km	13:20~20:00~21:00/ 21:00関門	36km	13:20~20:30/ 21:00関門
	OF O	クレー	シャ→2周目は15:00までに出発				
	渡邊フルーツ農園Wエイド	74.5km	12:50~15:40			,	
Fukasawa(2)	CP4 深沢エイド	86km	14:30~19:45/ 19:30関門		関門タイム	$/\mathrm{Tim}\epsilon$	e Limit
Marronnier(2)	CP5 マロニエエイド	98km	15:00~20:00/ 19:30関門				
	渡邊フルーツ農園Wエイド	103km	16:00~20:50	-			9
	会場	108km	16:30~21:20/ 21:00 関門				

必携品

Must-have items

Cocoheri(gps)

Bear Bell

Course Map

Cell Phone

First Aid Kit

Lamp and battely(or two Lamps)

Whistle

Your Cup(no cups in Aid Stations)

Rainwear top and bottom

Long Sleeve Shirt

Glove(no fingerless)

Cap or Headband

at least 1 litter of water

Foods your favorite

We'll check your Cocoheri, Lamps, and rainwear when you come to reception, so please bring those items.

【クレーシャ108、オート、リリー、マロニエ】

Klesha, Haute, Lily, Marronnier

ココヘリ※、熊鈴、コースマップ(GPS機能付きウォッチ、携帯、紙いずれも可)、携帯電話、ファーストエイドキット(絆創膏、固定テープ、ポイズンリムーバー、エマージェンシーシート等)、ライトと予備バッテリー(ライト2個でも可)、ホイッスル、マイカップ、レインウエア上下(ゴアテックスか同等の防水機能を有するもの)、長袖の上着、上着3レイヤー(レースウエア、長袖の上着、レインウエアを含む)、下着2レイヤー(レースウエア、レインを含む)、グローブ、キャップまたはヘッドバンド、水1L以上、携行食

※ココヘリがない方は、受付時にレンタル機を借りてください。

The runners who don't have Cocoheli GPS, please rend it at reception.

〇推奨品/Recommend

予備ライト、ポール(保護キャップの着用推奨)、サングラス、トレイルラン専用のシューズ、チェーンスパイク(降雪・凍結時)

受付での必携品チェックは行わず、CP等でのチェックを行います。

第8回大会では、受付時に<mark>必携品チェックは行いません</mark>が、必携品は必ず全て携行してください。エイド通過時・フィニッシュ時に必携品を携行していない方 は失格となります。各エイドにて、必携品の提示を求められた場合は必ず提示をお願いします。<mark>提示できない場合は失格</mark>となります。

Runners must have items as a regulation. The runners who don't have those items, they are going to be disqualified. Please be careful for it! Those items are checked at Aid stations. Runners will be disqualified if they fail to show those items to the official.

★スタート前に以下の項目をセルフチェックしてください。Self check before start.

☆ココヘリ: ①バッテリーチェック ②ココヘリサーチに反応するかの動作チェック →受付にて行います。

☆レインジャケット:①ゴアテックスか同等の防水性能を有する 耐水圧20000mm、透湿性15000g/㎡以上 ②シームレス加工

Your rein jacket must be 20000mm of water resistance and 15000g/m of moisture permeability.

☆ライト:①点灯チェック ②バッテリー交換後の点灯チェックまたは2つ目のライト点灯チェック

Check your head lamps or hand lights work. And your battery also works.





ウェアリング

例年だとスタート時の気温は0℃ 以下、源次郎岳で-3℃、小金 沢山で-5℃くらいです。今年は 気温高め、曇天・雨予想です。

長期予報11月2日(日) 甲州市街地(標高450m) ● 晴れ 時々 雨 降水確率 50% → 最低9℃ ↑最高20℃

小金沢山(標高2,014m) 登山指数【C】曇り 時々 雨 微風/light wind(1m/s) ↓最低6℃ ↑最高12℃

Wearing / Regulation

上着3レイヤー/3 layers on your top

(レースウエア、長袖の上着、

レインウエアを含む)

例:レースウェア、必携の長袖の上着、必携のレ

イン (ミニマム)

下着 2 レイヤー/2 layers on your bottom

(レースウエア、レインを含む)

例:レースウェア、必携のレイン(ミニマム)

体温が下がるとパフォーマンスも低下するので、しっかりとした防寒対策をお願いいたします。

エイド 提供予定品

Foods & Drinks at Aid Stations

WA: **渡辺農園**(全カテゴリー、帰路のみ) 水、コーラ

CP1:上日川峠(20km地点、オート、リリー、クレーシャのみ) 水、お湯、コーラ、ミルクティー(粉)コーンポタージュ(粉)、インスタント味噌汁、スポーツ飲料、クエン酸コンク パン、バナナ、塩タブレット、せんべい、ようかん、チップスター

CP2:湯ノ沢峠(29km地点、オート、クレーシャのみ) 水、お湯、コーラ、ミルクティー(粉)コーンポタージュ(粉)、インスタント味噌汁、スポーツ飲料、クエン酸コンク パン、バナナ、塩タブレット、せんべい、ようかん、チップスター

CP3:竜門峡(42km地点、オート、クレーシャのみ) 水、お湯、コーラ、ミルクティー(粉)コーンポタージュ(粉)、インスタント味噌汁、スポーツ飲料、クエン酸コンク うらじろまんじゅう、塩タブレット、ミニカップヌードル、せんべい、チョコ、チップスター

CP4:深沢(オート・クレーシャ①49km地点、リリー34km地点、マロニエ15km地点、クレーシャ②86km地点)水、お湯、コーラ、ミルクティー(粉)コーンポタージュ(粉)、インスタント味噌汁、スポーツ飲料、クエン酸コンクパン、塩タブレット、せんべい、チョコ、ようかん、山梨のぶどう(シャインマスカット)

CP**5**:マロニエ(オート・クレーシャ61km地点、リリー46km地点、マロニエ27km地点、クレーシャ②98km地点) 水、お湯、コーラ、ミルクティー(粉)コーンポタージュ(粉)、インスタント味噌汁、スポーツ飲料、クエン酸コンク うらじろまんじゅう、バナナ、塩タブレット、せんべい、チョコ、チップスター

CP6:会場(クレーシャのみ70km地点)水、お湯、コーラバナナ、ようかん、豚汁

CP7:すずらん(29km地点、リリーのみ) 水、お湯、コーラ、ミルクティー(粉)コーンポタージュ(粉)、インスタント味噌汁、スポーツ飲料、クエン酸コンク パン、バナナ、塩タブレット、せんべい、チョコ、チップスター

オート、クレーシャのドロップバッグについて Drop Bags for Haute and Klesha Runners

クレーシャ参加選手のみ1周目終了後、スタート会場(CP6・70km地点)にてドロップバッグを使うことができます。 クレーシャ選手でドロップバッグを使用する選手は、スタートゲート横にある『クレーシャ選手休憩テント』へお持ちいた だき、各自で管理をお願いいたします。

オートルート、リリールート、マロニエルートの選手は、ドロップバッグの使用はできません。携行をお願いいたします。

Klesha runners are able to use a drop bag at the CP6, the Start area. Klesha runners must put one drop bag on "Klesha Tent", near the start gate. The runners who run another categolies are not able to use bags. Please bring all stuffs you need.





ペーサーについて about Pacer

・ペーサーは、竜門峡エイドもしくは会場(クレーシャのみ)から帯同が可能です。ペーサーは受付時に配布されるペーサー用ナンバーカードを着用します。クレーシャのペーサーは会場で別の選手に交代できますが、必ずペーサー用ナンバーカードも引き継いで着用してください。

・ペーサーの受付は選手と一緒でも別でも大丈夫です。ペーサーのナンバーカードは、受付でお預かりすることも選手に渡すこともどちらも可能ですが、ペーサーは必ずナンバーカードを受け取ってから移動をしてください。

Haute runners can go with your pacer from CP3, Ryumon valley.

Klesha runners can go with your pacer from CP3 or CP6, the Start area.

Klesha runners are able to change your pacer at CP6. The next pacer must have the number card that the other pacer used.

Haute and Klesha runners can get their pacer's number card at reception. Don't forget you have to give the Pacer's number card to your pacer.