



## 参加案内書

- ◆ **開催日** 2024年10月5日(土) 前日受付、10月6日(日) サイクリング当日
- ◆ **会場** 富士山樹空の森 (住所: 静岡県 御殿場市 印野 1380-15)
- ◆ **主催** 一般社団法人ルーツ・スポーツ・ジャパン
- ◆ **共催** 御殿場市

※本イベントは、スポーツ振興くじ (toto) の助成を受けて開催します。

### 目次

熱中症対策・・・P2

スケジュール、アクセス、会場マップ・・・P3-5

コース詳細・・・P6

エイドステーション・・・P7-8

注意事項、保険・・・P9-11

イベント情報・・・P12-13

#### ◆ イベント開催可否について

イベントは雨天決行です。荒天等の諸事情による開催中止の場合のみ、  
イベント当日 10月6日(日) 4:30 から公式 WEB サイトで発表します。

公式 WEB サイト: <http://www.tour-de-nippon.jp/series/fujiichi/>



#### ◆ 当日の連絡先: 080-7029-9918 (イベント当日のみ)

#### 【事務局】

ツール・ド・ニッポン事務局 (ルーツ・スポーツ・ジャパン内)

TEL : 03-3354-2300 (平日 10:00~17:30) E-MAIL : [info@roots-sports.jp](mailto:info@roots-sports.jp)

〒160-0002 東京都新宿区四谷坂町 12-21 コモンズビル 7階

## <注意> 熱中症にはくれぐれもお気をつけください！

### 前日にお酒を飲んでいる方、少しでも体調がすぐれない方は、参加を控えてください！

毎年、スポーツ中の熱中症発症、死亡例も報告されています。熱中症対策には、万全の備えでご参加ください。

#### イベント前日までにできること

**point.1** : 体を暑さに慣れさせる体が暑さに慣れるまでの1週間くらいは、短時間で軽めの運動から始め、徐々に運動量を上げていきましょう。また、気温や湿度が高い時には運動量や運動の継続時間を調節してください。

#### **point.2** : 水分摂取の知識をつけよう

運動時は水分を摂取すると同時に、塩分を摂取することが非常に重要です。スポーツドリンクの場合は、100ml 中にナトリウムが40～80mg 含まれているのが理想の目安です。運動量が多い今回の場合は、適度な糖分を含んでいる方が疲労回復に役立ちます。そして、その飲料の温度は、5度～15度が望ましいです。イベント当日はメイン会場、各エイドステーションに皆様へ提供するドリンクを十分に用意しますが、ご自身でもいつもより多めのドリンクをお持ちください。

#### **point.3** : 熱中症対策グッズは万全に

飲み物の準備に加え、保冷剤、うちわ、霧吹き、たくさんを着替え、多めのタオルがあると休憩中に体温を下げるのに効果的です。

#### **point.4** : 前日の飲酒は厳禁！！

前日飲酒をすると、熱中症になるリスクがグンと高くなります！アルコールの摂取は、体の利尿作用をはたかせるため、いつも以上に脱水状態になります。脱水状態は熱中症になるリスクを上げるだけではなく、心筋梗塞や脳梗塞などの重篤な急病のリスクもあげることになります。皆さん、前日は飲みたい気持ちをぐっと抑え、睡眠をしっかり取ってイベントに備えてください。

#### イベント当日にできること

#### **point.5** : 皆で体調チェックをしよう

イベント当日は、参加者同士で体調チェックを行ってください。

もしも、こむらがりや、頭痛、めまい、吐き気、立ちくらみ、倦怠感などが現れていたら、熱中症のサインです。

少しでも異変を感じたら、直ちに運営本部まで連絡をし、走行をやめ、日陰で救護スタッフの到着をお待ちください。

#### **point.6** : エイドステーションでは体のケア！

エイドステーションでの休憩中は「体温を下げる」「水分摂取する」こと。この2点を意識して行ってください。特に体温を下げる効果的な方法は、体幹部（わきの下、首、股）を冷やすことです。体の表面の冷却は、しっかりと汗をふき取った後に霧吹きなどで水をかけ、うちわで扇いであげることが効果的です。

#### 自転車の整備について

イベント当日はスタート地点にメカニックブースを設けておりますが、全てのトラブルに対応ができません。

**イベント当日までに必ず自転車店などで点検・整備を受けてからのご参加を推奨しております。**

## スケジュール

### ■ 受付

本イベントでは、受付日を2日設けております。イベント前日および当日のお好きな日程で受付をお済ませください。

※エントリー時に申請している受付予定日と変更となっても、事務局へのご連絡は不要です。

### 受付実施場所：富士山 樹空の森（前日・当日どちらも同じ場所）

・エントリー時にご登録いただいた住所宛に、参加カード（はがき）をお送りしています。

参加カード裏面の参加チェックシートを必ず記入してご提出ください。

・受付では参加カードと引き換えに、ゼッケン等をお渡しいたします。

・「参加カード」をお持ちいただければ、代理の受付は可能です。

### ● 前日受付

**10月5日（土）【全グループ共通】13:00～16:00**

前日受付にて、「参加カード」と引き換えに、ゼッケンをお渡しいたします。

前日受付を行った方は、イベント当日に**受付へお越しいただく必要はございません。**（下記「当日受付」不要。）

各グループのスタート時間に合わせてスタートエリアへお越しください。

### ● 当日受付

**10月6日（日）**

**【Aグループ】5:00～5:45      【Bグループ】5:00～6:15**

**【Cグループ】5:00～6:45      【Dグループ】5:00～7:15**

### ■ スケジュール

#### ▼ 10月5日（土）

13:00 駐車場オープン ※駐車場の詳細は、P4「アクセス・駐車場」よりご確認ください。

13:00～16:00 前日受付

16:30 駐車場クローズ

#### ▼ 10月6日（日）

4:30 駐車場オープン

**【Aグループ】**5:00～5:45 受付 / 5:15～ 整列 / 5:45～ 注意事項アナウンス / 6:00～ スタート

**【Bグループ】**5:00～6:15 受付 / 5:45～ 整列 / 6:15～ 注意事項アナウンス / 6:30～ スタート

**【Cグループ】**5:00～6:45 受付 / 6:15～ 整列 / 6:45～ 注意事項アナウンス / 7:00～ スタート

**【Dグループ】**5:00～7:15 受付 / 6:45～ 整列 / 7:15～ 注意事項アナウンス / 7:30～ スタート

17:00 ゴール制限時間(全グループ共通)

18:00 駐車場クローズ

## アクセス

### ■会場までのアクセス

会場：富士山樹空の森（〒412-0008 静岡県御殿場市印野 1380-15 TEL：0550-80-3776）

### ●お車でお越しの場合

- 東名高速道路「御殿場 I.C.」より車で約 20 分
- 東名高速道路「裾野 I.C.」より車で約 25 分

### ●電車・バスでお越しの場合

- JR 御殿場線「御殿場駅」より「印野本村」行きバスで約 20 分「富士山樹空の森」下車

※「印野本村」行きバス 御殿場駅発 時刻表：9:10、10:30、12:05、14:15

### ■駐車場

事前申込み不要で、参加者専用駐車場をご用意いたします。駐車証も不要ですので、スタッフの指示に従って駐車してください。

●10月5日（土）駐車場「富士樹空の森駐車場」会場まで 0km 13:00 駐車場オープン/16:00 駐車場クローズ

●10月6日（日）駐車場「高塚駐車場」会場まで 1.8km 4:30 駐車場オープン/18:00 駐車場クローズ

※10月6日（日）イベント当日、富士山樹空の森の駐車場は一般利用者専用の駐車場になります。

富士山一周サイクリング参加者の駐車は禁止です。

※メイン会場駐車場・参加者専用駐車場での車中泊はお断りしております。

### ●駐車場場所

駐車場場所については右記 QR コード、または下記 URL よりご確認ください。

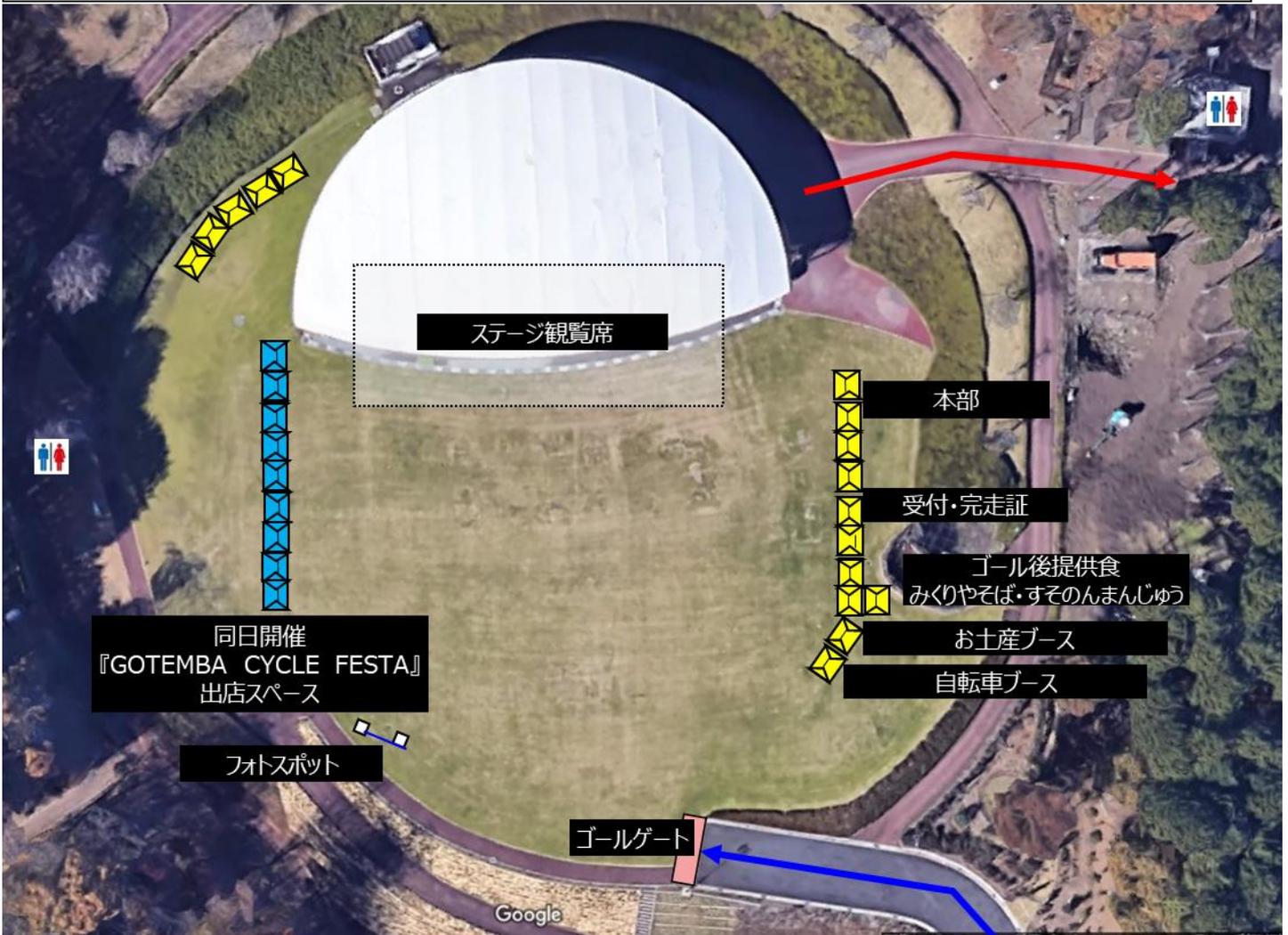
#### ▼URL

<https://www.google.com/maps/d/u/0/viewer?mid=1oU8aBTQMr4OBRx7MWADfk1oLfj9Ue0U&ll=35.29553398246155%2C138.87469425&z=16>



## 会場マップ

### ■ 富士山樹空の森 「ふれあい広場」



### ■ 会場内注意事項

#### ▼更衣室

ご用意はございません。

#### ▼荷物預かり

輸行でお越しの方に限り、スタート/ゴール会場の「受付テント」にてお預かりします。貴重品は各自で保管してください。  
なお、お車でお越しの方はお車の中で荷物を保管してください。

#### ▼コインロッカー

ご用意はございません。

#### ▼喫煙

会場内は全面禁煙です。喫煙は所定の喫煙コーナーをお願いします。

#### ▼ペット

会場内へのペットの連れ込みは出来ません。

※10/5（土）は受付のみとなります。

「GOTEMBA CYCLE FESTA」、「お土産・自転車ブース」は10/6（日）のみの出店となります。

## コースマップ



### ■ コースプロフィール

距離 : 116.2 km / 獲得標高 : 1,922m

### ■ RIDE WITH GPS

▼コースについては下記の URL または右記の QR コードからご確認ください。

<https://ridewithgps.com/routes/33897024>



### ■ 通過制限時間

**【AS5】富士山こどもの国 <16 : 15>**

※制限時間内にエイドステーションを出発できない方は、収容車へ乗車していただきます。

### ■ ゴール制限時間

**富士山樹空の森 <17 : 00>**

ケガ・体調不良などを含む途中リタイアや、制限時間までにゴールできなかった参加者は、原則収容車へ乗車していただきます。

※収容車は、ゴール制限時間に合わせて運行するため、会場への到着が 17:30 頃になる予定です。予めご了承ください。

### ■ サポートカーによるゴールサポートピストン輸送

富士いち最後の難関と言われる富士山こどもの国の直前に現れる約 12 km の上り坂の一部区間でサポートカーによるこどもの国までピストン輸送を行います！

区間内をマイクロバスとハイエースに乗っているスタッフが皆様へ声掛けをしながら往復しております。乗車を希望される場合は、スタッフへお声がけください。自転車と一緒にこどもの国まで輸送いたします。

※こどもの国まで乗車した場合でもゴール後の完走証・完走記念メダルをお渡します。

詳細はこちら : <https://www.tour-de-nippon.jp/series/fujiichi/topics/3091/>

## エイドステーション

### エイドステーション 1 : 道の駅すばしり (10.3 km地点)



OPEN 6:20 CLOSE 9:00

提供品：御殿場コシヒカリのおにぎり 1 個

もちもちでおいしい食味ランキング特 A のお米「ごてんばこしひかり」に富士山をモチーフとしたかわいい海苔♪ 小山町を流れる須川で採れたおいしい鱒を具に使用した絶品富士山ごうりきおむすびです！

### エイドステーション 2 : ほうとう蔵歩成 (34.1 km地点)



OPEN 7:30 CLOSE 11:00

提供品：黄金ほうとう 1 杯

山梨県といえばほうとう！

ほうとう選手権 3 連覇・殿堂入りしている「歩成（ふなり）」さんのほうとうを召し上がりください！

### エイドステーション 3 : 富岳風穴 (53.2 km地点)



OPEN 8:20 CLOSE 12:30

提供品：あまずっパイ・カチコチブルーベリー

山梨県鳴沢村産のブルーベリーを使用したあまずっパイと冷凍ブルーベリー！

調味のとれた酸味と甘さを味わえます！

### エイドステーション 4 : 富士ミルクランド (75.2 km地点)



OPEN 9:20 CLOSE 14:00

提供品：富士宮焼きそば・飲むヨーグルト

富士宮といえば富士宮焼きそば！もちもちの麺にふりかけをかけていただくおいしい焼きそばと

富士ミルクランドでとれたての鮮度の高い、のむヨーグルトです！

### エイドステーション 5 : 富士山こどもの国 (99.8 km地点)



OPEN 10:30 CLOSE 16:15

提供品：富士山ひらら

富士山ひららは、地元産の米 100%を使用した、紙のまち富士市をイメージさせる短冊のような形の麺です。つけ麺・お鍋・カレー・パスタ・汁物などの料理に茹でて使えば、つるつる・もちもちの食感が楽しめます。

### ゴールふるまい : 富士山樹空の森 (116.5 km地点)

OPEN 11:20 CLOSE 17:00



提供品 1 : みくりやそば

そばのつなぎに「山芋」や「自然薯」を使うのが特徴で、のどごしの良さと素朴な味わいを兼ね備えています。

提供品 2 : すそのんまんじゅう

裾野市のマスコットキャラクターすそのんの焼き印の入ったまんじゅうです。

## 注意事項

### ■ ヘルメットシールとゼッケンの取付け

#### 【ヘルメットシール】

ヘルメットの**前面**に貼り付けをお願いします。

#### 【ゼッケン】

後ろから確認できるように**背面**に、付属の安全ピンにて取り付けてください。バックを背負う場合はバックに取り付けて、必ず視認できるようにお願いします。

### ■ 車両規定

1. 参加者は、各自、使用する自転車が車両規定に適合していることを確認し、安全に走行ができるよう所定のチェックリストに基づき整備・点検をして参加ください。また、整備・点検済みであることの確認のため、会場での受付時に「参加チェックシート」の確認、署名をして提出してください。「参加チェックシート」とは「参加カードの裏面」を指します。
2. 参加可能車両は、前後にブレーキを備えた一人乗り用自転車とします。（無人・貨物用であっても、トレーラーを牽引しての出走は禁止します。）
3. リカンベント、セミリカンベント、ハンドサイクル、ピスト（固定ギア）、タンDEM自転車での参加は禁止します。一般的に公道で走る事が認められていても安全な運営のために参加可能車種を規定させていただきますのでご理解ください。なお、前後のブレーキが装備されたフリーハブを装備したシングルギア車での参加は可能です。
4. 軽快車（いわゆるママチャリ）、E-BIKEでの参加も可能です。  
ただし、E-BIKEの場合は充電のサービスは行っておりませんので、ご自身で管理をしてください。
5. DHバーやクリップオンハンドルは禁止します。ただし、フラットバーハンドルのバーエンドは装備可能です。
6. 必ずヘルメット（カスクは不可）を着用して走行してください。  
※ヘルメットブランド「Kask」のヘルメットは使用可能。

### ■ 装備・服装について

1. コースの全行程は一般公道の走行となりますので、道路交通法に基づく走行は勿論、法定部品であるライト、リフレクターは装着してください。また、防寒具・雨具なども忘れずに携行してください。
2. 安全規格をクリアした自転車用ヘルメットとグローブの着用は必須です。ヘルメットが経年劣化やヒビ・キズがある場合は取り替えてください。
3. ドリンクボトルを必ずお持ちください。各エイドステーションでの給水は、各自持参のボトルとなります。
4. メカニックも走行しますが、万が一のパンク・トラブルに備え「予備チューブ」・「アーレンキー」等の準備をお勧めします。メカニックおよびサポートライダーからチューブ等提供する場合は、有料となります。
5. 自転車の整備・点検などは各自の責任で行ってください。
6. 直射日光やアスファルトの照り返しで、気温の上昇が想定されます。必ず日除け対策および水分補給用ボトルを用意すると共に、天候状況によっては気温が非常に低くなることや降雨も予想されますので、身に着ける防寒衣服、雨具、手袋等を背負えるバッグ等に入れて用意されることをお勧めします。
7. エイドステーションなど、あらかじめ設定したサービス以外の利用は、参加者各自の負担となりますので、事前に準備してご参加ください。
8. 健康保険証のコピーを必ずお持ちください。
9. 視界や手足の動作が十分確保できないような過度なコスプレなど、安全な自転車走行に支障を生じる恐れがある服装での参加はご遠慮ください。
10. サイクリングでは電動アシスト自転車の参加を禁止はしませんが、バッテリー充電等のケア・サポートはイベント側では行いません。コースの特徴（距離、地域）を考慮して各自のご判断で選択してください。充電が切れた電動アシスト自転車は重量が重いため

の自転車になるため、距離が長いコースでは推奨いたしません。

※安全な運営に支障がある、または、参加者ご自身の安全の確保ができないと主催者が判断した場合は、参加をご遠慮いただく場合があります。

■走行方法（本コースは、道路規制を行っていない一般道を使用しています。必ず交通法規を遵守して走行してください。）

1. 自転車は軽車両です。原則、車道を走行してください。
2. 一時停止場所では確実に停止してください。
3. 並列走行を避け、左側を一人で走行してください。
4. 自転車運転中は携帯電話を使用しないでください。
5. 自転車同士の車間距離を十分に空けて走行してください。
6. 前走者を追い越す場合は、後方確認の上、右から声をかけながら追い越してください。
7. その他、交通事故を誘発するような危険な走行は絶対にしないでください。
8. 本イベントはスピードを競い合うレースではありません。スピードの出し過ぎや無理な走行は絶対におやめください。危険な走行をする参加者を発見した場合、サイクリングへの参加をお断りさせていただきます。
9. 長時間のサイクリングですので、必ず十分な水分とエネルギーを補給してください。
10. エイドステーション内、横断歩道や歩道においては、歩行者を最優先してください。
11. 十分休憩を取るために必ず全てのエイドステーションに立ち寄ってください。
12. 当日整列した順に約 20～30 名単位のグループでスタートします。

■その他の注意事項

1. 走行中に悪天候や自転車の故障、あるいはご自身の希望により自転車での走行を行わない場合は、収容車等（隊列最後尾を走行）に乗車できますので、お近くのスタッフに声をかけていただくか、ご案内している本部までお電話ください。  
※本部連絡先は、受付でお配りするコースマップに記載されています。
2. 事故・トラブル等を発見した場合は、スタッフへ伝えるか本部へご連絡をお願いします。
3. スタート・ゴール会場、サイクリング中の自転車等、私物の管理は各自の責任で行ってください。万一、盗難や破損などが発生した場合であっても、主催者は責任を負いません。
4. 走行中に車、参加者と接触した場合に関しては当事者間で解決をお願いします。
5. 本イベントは、順位やタイムを競う競技ではありません。また、特別な交通規制も行っていないので、十分注意して走行してください。
6. 警察官・交通指導員・スタッフの指示には絶対に従ってください。
7. コース上には立哨員がおります。また、何かあった際は立哨員に声をかけてください。
8. 参加者と一緒にサポートライダーが走行します。ケガ、体調不良や機材トラブルなど些細な事でも声をかけて止めてください。状況次第では本部に連絡をして、対応します。
9. 二人乗りはキャリアの有無に関係なく一切禁止します。
10. 集合場所までの事故、解散後の事故・傷害に関する治療費等は、全て本人の負担となります。
11. 天候等の事情により、ルートの変更・縮小やイベントを中止にする場合があります。
12. 万全の体調でイベントに臨めるよう最大限の配慮をし、イベント当日の体調が思わしくない場合には、参加について適切な対応や慎重な判断をお願いします。
13. ゴミ等は各自持ち帰ってください。

## 保険について

### 主催者加入の保険適応範囲

イベント中サイクリングの接触・落車などで、イベント参加者以外の介入のない事故による怪我

### 【以下は主催者加入の保険適用外となります】

- ・主催者側の責によらない第3者（参加者・関係者・スタッフ以外の一般車両・歩行者・観戦者等）との接触による事故等
- ・スタート～ゴール制限時間以外の会場外での事故（会場への移動等）
- ・自転車（フレーム・各種パーツ）や付属品、所有物の破損・紛失・盗難等

### 【注意事項】

- ・補償内容に不安がある方は、各自で保険に加入してください。ご自身で保険に加入された場合は、必ず事前に補償内容・適応条件等をご自身でご確認ください。
- ・主催者の責によらない自身の過失による相手方の怪我・自転車や付属品の破損については、当事者間で処理をしてください。危害を被った場合も同様に当事者間で処理をしてください。

### ■補償内容

【死亡、後遺障害】最高 300 万円

【入院（日額）】3,000 円 ※限度日数 180 日

【通院（日額）】2,000 円 ※限度日数 180 日

### ■補償される特定疾患

急性心疾患（心筋梗塞、急性心不全等）、急性脳疾患（くも膜下出血、脳内出血等）、急性呼吸器疾患（気胸、過換気症候群等）、熱中症（日射病、熱射病等）、低体温症、脱水症

※自転車の破損・紛失・盗難等は保険対象外となりますので予めご了承ください。

### ■保険会社

Chubb 損害保険株式会社

### ■保険の詳細についてのお問合せ先

Chubb 損害保険(株)代理店（有）ワイコーポレーション 045-664-3070（平日 9:00～17:00）

### ■もしケガをしてしまったら・・・

イベント終了後、すみやかにイベント事務局までご連絡ください。

【ツール・ド・ニッポン事務局】 電話：03-3354-2300（平日 10:00～17:30）

※保険申請手続き等の詳細につきましては、ご連絡いただきました際にご案内します。

※ご不明な点は、イベント事務局までご連絡ください。



## ステージイベント

ゴール会場では、13:30 より地元御殿場市の空手の団体による演舞、15:00 より滝ヶ原自衛隊による雲海太鼓のパフォーマンスが行われます！



詳細はこちら：<https://www.tour-de-nippon.jp/series/fujiichi/topics/3103/>

## 参加特典

### 参加特典 1：御胎内温泉健康センター入浴割引

富士山一周サイクリング参加者限定でイベント前日・当日の2日間限定で100円割引で利用することができます。ご利用の際に、施設スタッフに「富士山一周サイクリングのゼッケン」をご提示ください。



### 参加特典 2：「Funari GELATERIA」のジェラート 100円引き

エイドステーションにもなっている「ほうとう蔵 歩成（ふなり）」さんが2023年にオープンしたジェラート専門店の商品が100円引きになります。

ご来店の際に、お配りするチラシを店舗スタッフにご提示ください。

