

【CASJ 90k】制限時間 / 注意事項

90k

スタート	0.00km地点	18:00 (7/4)	駒ヶ根ファームス
第1 関門	33.2km地点	4:00 (7/5)	森と水のアウトドア広場体験
第2 関門	65.0km地点	13:00 (7/5)	伊那スキーリゾート
フィニッシュ制限時間	86.7km地点	20:00 (7/5)	駒ヶ根ファームス

▶ 携行品

必須携行品

- ・ドリンク (1,000ml以上)
- ・縫製部分に止水加工のある防水透湿ジャケットとパンツ
- ・エマージェンシーシート
- ・携帯電話 (エントリーの際に番号を届け出た携帯電話)
- ・熊鈴
- ・ヘッドライトと予備バッテリー (ライト2個でも可)
- ・コースマップ(大会HPからダウンロードするか、ランニングウォッチやスマホにダウンロードして携帯してください)
- ・IBUKI GPSトラッキングシステム
- ・ファーストエイドキット (絆創膏、消毒液、痛み止めなど)
- ・マイカップ

推奨携行品

- ・携行食
- ・ホイッスル
- ・手袋

▶ ドロップバックについて

スタート前に大会本部でお預かりし、ドロップバックの受け渡し場所は「伊那スキーリゾート (65km地点)」となります。

ドロップバックの中には貴重品は入れないでください。ドロップバックや中身の紛失は責任を負いかねます。

ドロップバックのサイズは約45ℓ程度とし、受付時に専用の袋をお渡しします (専用袋に入っていない荷物はお預かり出来ません)。

なお、フィニッシュ後のドロップバック返却には搬送の関係上、時間を要する可能性がありますので、あらかじめご了承ください。

▶ ペーサーについて

CASJ 90k出場選手おひとりに対し、ペーサーは1名まで (18歳以上) ペーサーは事前申込みが必要です。

ペーサーは「33.2km地点 (森と水のアウトドア体験広場)」からのスタートになります。選手位置情報は「GPSトラッキングシステム」を活用し、ご自身でご確認ください。

ペーサーの方は、ペーサースタート地点「森と水のアウトドア体験広場」のエイドステーションはご利用になれません。

▶ IBUKI GPSトラッキングシステムについて

長距離に加え夜間の時間帯の走行となります。

安全面を考慮しGPS端末 (IBUKI) を必携装備品に含みます。

GPS端末 (IBUKI) は大会事務局で準備、お貸出しします。

万が一、紛失した場合は実費 (¥19,800) をご負担いただきます。