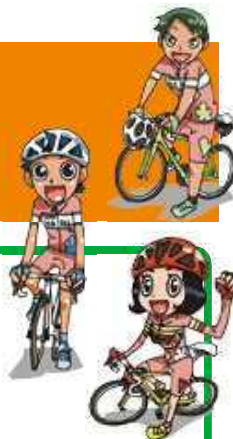




第5回榛名山ヒルクライム in 高崎

参加のご案内



このたびは『ハルヒル』榛名山ヒルクライム in 高崎への参加申し込みをいただきましてありがとうございます。当日のご案内をお送りいたしますので、よくお読みいただき、ご参加ください。

新しい情報は、大会公式ホームページに随時アップしていきますので、ご確認ください。

同封物

- ① 参加のご案内（本紙）
- ② ナンバーカード引換券
- ③ アンケート用紙
- ④ 「高チャリでハルヒルに参加しませんか?!」（初心者コース参加者のみ）

参加案内の読み方

P.1 まずは全体スケジュールについて確認



P.2 ~ 3 出発前の準備と会場へのアクセス方法



P.4 ~ 5 各種サービスと計測・関門について



P.5 タイムトライアルについて



P.6 ~ 9 ヒルクライムレースについて（スタートと下山）



P.10 完走証と特別賞について



P.11 5月21日の駐車場案内図

大会開催可否のお知らせについて

荒天または災害などで大会の開催を中止する場合は、大会当日の午前4時30分頃に大会ホームページ上（<http://www.haruna-hc.jp>）の新着情報に掲載します。

※大会当日、お電話での開催可否確認はご遠慮ください。

スケジュール

■5月20日(土)

- 10:00 ヒルクライムレース参加選手の受付開始
(19:00まで) 場所: 榛名体育館または高崎駅東口
※タイムトライアルレースにエントリーの方は榛名湖多目的グラウンドで8:00~9:00まで受付
- 10:00 タイムトライアルレース(競技開始)
会場: 榛名湖畔
- 12:00 オープニングセレモニー&ウェルカムイベント
会場: 榛名体育館
- 19:00 ヒルクライムレース参加選手の受付終了
場所: 榛名体育館または高崎駅東口

■5月21日(日)

- 4:00 駐車場オープン(指定の駐車場をご利用ください)
- 5:00 各ゴール行き荷物預かり開始(5:50まで厳守)
場所: 榛名中学校周辺
- 6:00 選手集合 榛名中央グラウンド 他
(ゼッケンナンバーごとに指定の場所へ整列してください)
- 6:30 集合場所からスタート地点へ移動開始
- 6:50 スタートセレモニー スタート地点(大森神社前)
- 7:00 ヒルクライムレース(競技開始) 大森神社前
- 9:30 完走証発行 榛名体育館(14:00頃まで)
- 11:30 表彰式 会場: 榛名体育館

競技上のルール

- ①グローブとヘルメットの着用、下山時の防寒着の着用を義務付けます。
- ②各カテゴリーに適さない自転車で参加した場合は、オープン参加として、表彰の対象外とします。
- ③ヒルクライムレース時は、スピナッチ、アタッチメントバー、DHハンドル等の使用を禁止します。



スピナッチ



アタッチメントバー



DHハンドル

走行上の注意

- ①左側(左端走行)とし、センターラインを越えての右側走行は禁止します。
特に右カーブを走行するときは、センターラインによりすぎないように注意してください。
後方からの選手やセンターライン右側を走行する大会関係車両、下山車両、下山選手が走行します。
- ②追い越しは、後ろから声をかけてから行ってください。
お互いが譲り合ったの安全走行にご協力ください。
- ③下山誘導車を追い越したり、後尾車より遅く走行することは禁止します。
- ④主催者が危険と判断した参加者は失格とします。
場合によっては、次年度以降のエントリーをお断りさせていただきます。

参加上の注意事項

- ①地震・風水害・事件・事故・荒天(降雪、降雨、強風、雷等)・疫病その他の理由で、大会を中止・中断する場合があります。
その場合の参加料返金の有無、金額等については、その都度主催者が判断し、決定します。
- ②競技中は競技役員の指示に従って、安全に競技に参加してください。
- ③大会開催中のケガ等に関しては、応急の処置のみを行います。必ず、救護テントに申し出てください。
- ④大会開催中のケガ等に関しては、主催者加入の障害保険の範囲内のみ補償になります。
それ以外の補償を希望する方は、事前に各自の責任において保険に加入してください。
本大会では、参加選手に対して以下の傷害保険に加入しています。

- 死亡、後遺障害 200万円
- 入院(日額) 3,000円
- 通院(日額) 2,000円

※レース中に限らず大会当日の自転車(フレーム・パーツ)の破損・紛失・盗難等は、保険対象外です。補償内容に不安がある方は各自で新たに保険に加入されるようお願いいたします。

- ⑤大会参加にあたっては十分なトレーニングを積み、健康状態に留意して参加してください。
また、体調不良の際は無理せず、勇気をもって棄権するように心掛けてください。
- ⑥大会出場中の映像、写真記事、記録のTV、新聞、雑誌、インターネットへの掲載権は主催者に属します。
- ⑦ゴミは各自でお持ち帰りいただくよう、ご協力をお願いいたします。止むを得ずゴミを捨てる場合は、燃えるゴミ/燃えないゴミ/ビン・カン/ペットボトルの分別をお願いいたします。
- ⑧大会期間中に限らず、道路交通法を守り、正しく走行してください。
- ⑨盗難防止のため、警備員が会場内を巡回しておりますが、**自転車から離れる際はカギをかけ**、仲間に一声かけるなどして、自転車の管理に十分ご注意ください。
- ⑩競技中の手持ちのカメラ撮影及び音楽プレイヤー・ラジオ等の使用は禁止します。

持ち物チェックリスト

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> ナンバーカード引換券
※受付時必須! | <input type="checkbox"/> 傘や雨具 ※雨天時 |
| <input type="checkbox"/> 参加のご案内(本紙) | <input type="checkbox"/> 宿泊先予約 |
| <input type="checkbox"/> ジャージ(上下) | <input type="checkbox"/> 財布 |
| <input type="checkbox"/> ヘルメット | <input type="checkbox"/> 保険証 |
| <input type="checkbox"/> グローブ | <input type="checkbox"/> 時計 |
| <input type="checkbox"/> シューズ | <input type="checkbox"/> 携帯電話 |
| <input type="checkbox"/> サングラス | <input type="checkbox"/> 補給食 |
| <input type="checkbox"/> その他レース用衣類 | <input type="checkbox"/> 飲料・ボトル |
| <input type="checkbox"/> 着替え | <input type="checkbox"/> 自転車本体 |
| <input type="checkbox"/> 下山用装備
※次ページに記載 | <input type="checkbox"/> 交換用チューブ |
| <input type="checkbox"/> 宿泊用の衣類 | <input type="checkbox"/> パンク修理キット |
| <input type="checkbox"/> アメニティセット | <input type="checkbox"/> 空気入れ |
| <input type="checkbox"/> ゴミ袋 ※大きめ推奨 | <input type="checkbox"/> その他補修パーツや工具 |
| <input type="checkbox"/> 自転車用カギ | <input type="checkbox"/> 荷物預け用袋
(参加賞袋と兼用) |

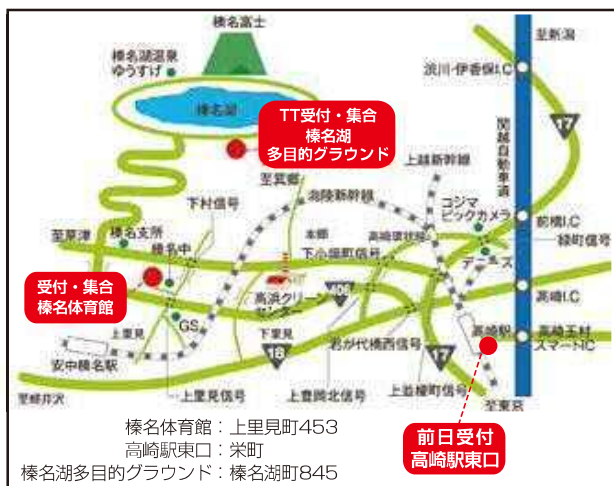
下山時に必要な装備

榛名湖コースのゴール地点周辺は標高が1,100mあり、大会当日に曇りまたは雨天の場合は気温が4~9℃になる予想です。下山の際にぜひ、用意していただきたい持ち物リストを作成しましたので、寒さ対策の準備をお願いします。

- 防寒用ウインドブレーカー
- 防寒用長指グローブ
- 防寒用シューズカバー
- アームウォーマー
- レッグウォーマー
- ヘッドウォーマー・キャップ
- レインウェア
- 着替え（長袖シャツ等）
- タオル
- ティッシュ
- バックパック（防寒ウェア収納用）



会場アクセス



主要アクセス経路

榛名体育館：高崎市上里見町 453（榛名中学校となり）
関越自動車道前橋 IC から車で約 40 分

高崎駅東口：高崎市米町 上越新幹線で東京駅から50分

榛名湖多目的グラウンド：高崎市榛名湖町 845（榛名湖水質管理センターとなり）

関越自動車道前橋 IC から車で約 50 分、渋川伊香保 IC から車で約 60 分

シャトルバス

5月20日（土）、21日（日）に、次のとおり無料シャトルバスを運行します。なお、「高崎駅東口（7・8番乗場）」「榛名体育館（会場）付近」間運行のシャトルバスについては、自転車運搬用のトラックが併走します。

5月20日（土）

往路：高崎駅東口（7・8番乗場）～榛名体育館（会場）付近

9:00を始発に、18:00最終便まで1時間おきに運行

復路：榛名体育館（会場）付近～高崎駅東口（7・8番乗場）

10:00を始発に、19:00最終便まで1時間おきに運行

※タイムトライアルレース参加に間に合う時間の運行はありません。

5月21日（日）

往路：高崎駅東口（7・8番乗場）～榛名体育館（会場）付近

4:30出発（4:00乗車開始予定）

復路：榛名体育館（会場）付近～高崎駅東口（7・8番乗場）

12:30出発（12:00乗車開始予定）

※エントリー時に申し込みいただいた方がご乗車できます。

受付方法

タイムトライアルレースにエントリーの方

5月20日（土）8時から9時までに、榛名湖多目的グラウンド内の受付に**ナンバーカード引換券**（※）を提出してください。お車でお越しの方は、県立榛名公園ビジターセンターの駐車場等をご利用ください。

※タイムトライアルレースにエントリーした方は、競技終了まで榛名体育館では受付できません。

ヒルクライムレースのみにエントリーの方

5月20日（土）10時から19時までに、榛名体育館または高崎駅東口の受付場所にて**ナンバーカード引換券**を提出してください。お車でお越しの方は、榛名体育館併設の駐車場をご利用ください。

※受付場所の詳細はナンバーカード引換券の裏面をご参照ください。

※エントリー時に申告した場所以外での受付はできません。
※高崎駅東口受付会場には指定の駐車場・駐輪場はありません。公共交通機関をご利用ください。

●ナンバーカード引換券
受付で配布されるもの

- ・ナンバーカード 1枚
- ・安全ピン 4個
- ・計測チップ
- ・計測チップの装着説明書
- ・大会当日駐車券(エントリー時に、駐車券を希望された方のみ)
- ・ヘルメットシール 2枚(タイムトライアル出場者は3枚)
- ・荷物預け用袋(参加賞袋と兼用)
- ・参加賞、等

自転車預かり

シャトルバスをご利用の方や、大会当日の会場入りの際に自転車の持ち込みを避けたい方は、榛名体育館にて、自転車をお預かりいたします。

詳細は、会場内の案内看板をご確認いただくか、会場内の係員におたずねください。

前日(20日)荷物預かり

ご希望の方は、各ゴール行きの荷物を前日受付会場で預けることができます。詳細は受付会場の係員におたずねください。

※荷物預かりの時間や数量などの状況によっては、お預かりできない場合がありますのでご了承ください。

更衣室

榛名体育館内に更衣室がございます。また、各コースのフィニッシュ地点に用意します。スタート前または下山前にご利用ください。

応援バス

各コースのフィニッシュ地点へバスで移動します。5月20日(土)に、榛名体育館内または高崎駅東口受付会場にてお申し込みをしてください。詳細は、会場内の案内看板をご確認いただくか、会場内の係員におたずねください。

各フィニッシュ地点は大変冷え込みます。防寒着をご用意ください。

大会当日駐車場

5月20日(土)の受付時に、大会当日駐車券をナンバーカードと共にお渡しいたします。(エントリー時に駐車場を希望された方のみ)。駐車券に記載されている駐車場名および位置を予め確認しておいてください。

5月21日(日)午前4時に各駐車場が開場となります。

す。駐車場へ入場時に、駐車券を車内のダッシュボード等、外から係員が見やすい位置へご提示ください。

指定された駐車場以外では駐車券は無効となります。ご注意ください。

大会当日駐車場の利用時間は15時までです。時間内での退出にご協力をお願いいたします。

表彰について

11時30分から榛名体育館内特設ステージにて表彰式を開催します。各カテゴリー「優勝、準優勝、第3位」はステージ上にて賞状、副賞を授与します。4位から8位は、式典ブースにて賞状、副賞を贈呈します。

□COPPA DI HARUNA

タイムトライアルレースとヒルクライムレースの合計タイムにより順位を決定し、男女それぞれ第1位の人を表彰します。

- ・第1位：賞状、副賞、チャンピオンジャージ

□弱虫ペダル杯

榛名神社コースの中学生男女それぞれ第1位の人を表彰します。

- ・第1位：人気漫画「弱虫ペダル」とコラボレーションした記念品

初心者コースの小学生男女それぞれ第1位の人を表彰します。

- ・第1位：人気漫画「弱虫ペダル」とコラボレーションした記念品

□ヒルクライムレース個人の表彰
①榛名湖コース

各カテゴリーの第1位から第8位まで賞状、副賞を授与、優勝者にはチャンピオンジャージを贈呈します。

②榛名神社コース

- ・男子高校生以上・女子高校生以上の第1位から第8位まで賞状、副賞を授与します。
- ・男子中学生・女子中学生の第1位から第3位まで賞状、副賞を授与、優勝者には弱虫ペダル杯を贈呈します。

③初心者コース

- ・男子中学生以上・女子中学生以上の第1位から第8位まで賞状、副賞を授与します。
- ・男子小学生・女子小学生の第1位から第3位まで賞状、副賞を授与、優勝者には弱虫ペダル杯を贈呈します。

□ヒルクライムレースチーム戦(団体戦)の表彰

各コース第1位から第3位までのチームを表彰します。

・第1位～第3位：賞状、副賞

□タイムトライアルレースの表彰

男女それぞれ第1位から第3位までの人に賞状、副賞を授与、優勝者にはチャンピオンジャージを贈呈します。

■特別賞

完走証の裏に賞名の印刷があれば該当の賞品をプレゼントします。※10ページ参照

リタイアについて / バスで下山する方

競技中、何らかのトラブルでリタイアする場合は、コース上の係員に申し出てください。リタイア時は収容車に乗り換えての下山となります。その際、お待ちいただくこともありますのでご了承ください。ゴール行き荷物預けに預けた荷物は、榛名体育館（大会本部）でお返しします。

制限時間

①榛名湖コース

第1関門=榛名神社付近(11.5km地点)午前9時40分
競技終了時間=午前10時05分

②榛名神社コース・初心者コース

競技終了時間=午前9時40分

関門時間までに通過できない場合、及び競技終了時間までにゴールできない場合は、そこで競技中止となります。係員の指示に従い、速やかに競技を中止し収容バスに乗り込んでください。競技中止となった方の自力での下山は禁止とします。

計測について

受付時に渡される計測用チップを指定の位置に装着してください。装着しないと「記録なし」となります。タイムトライアルレースに出場の選手は、翌日のヒルクライムレースでも同じ計測チップを使用しますので、大切に保管してください。

タイムトライアルレースは、ネットタイム計測です。

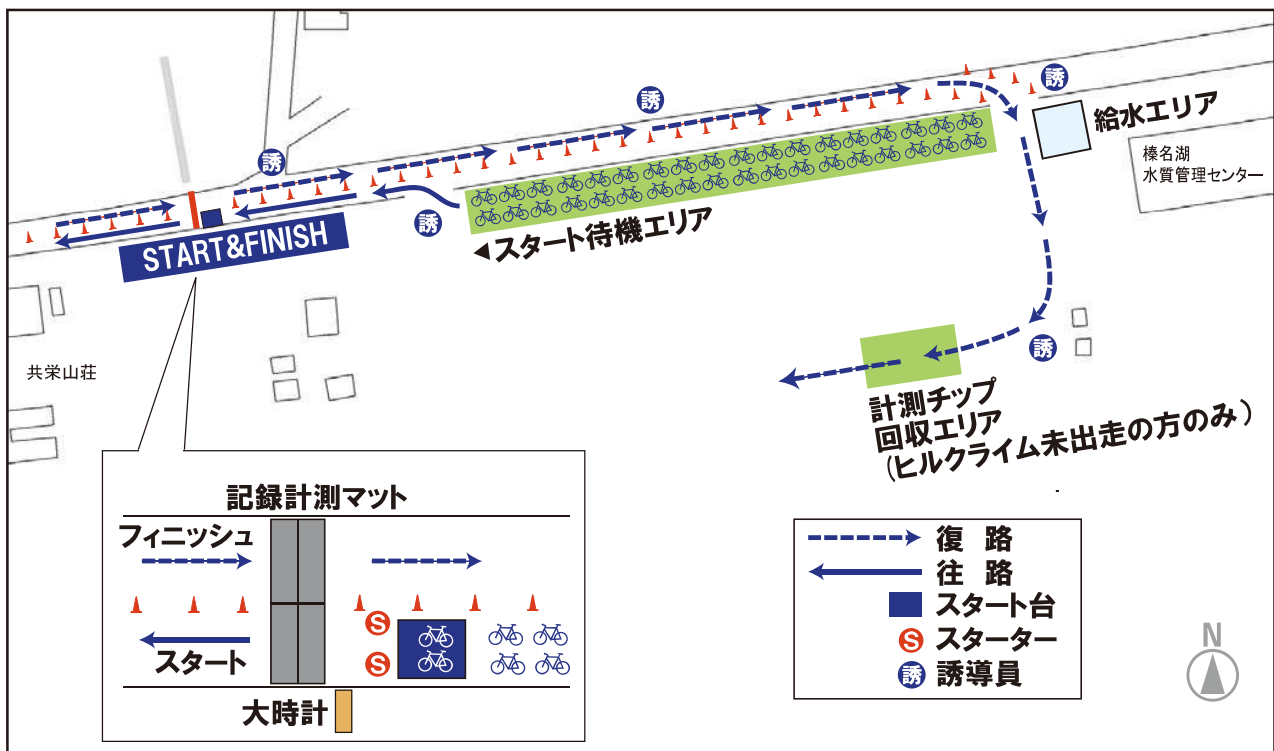
ヒルクライムレースは、エキスパートクラスのみグロスタイム計測、その他のクラスはネットタイム計測です。

計測終了後、計測チップを、必ず、係員にご返却ください。未返却または紛失された場合は、弁償代として5,400円(税込)を徴収いたします。

グロスタイム計測とは：同一グループの先頭選手が計測開始地点(群馬バス榛名営業所前)からフィニッシュ地点までの時間

ネットタイム計測とは：各個人が計測開始地点(群馬バス榛名営業所前)からフィニッシュ地点までの時間

5月20日(土) タイムトライアルレースのスタート&フィニッシュ(榛名湖多目的グラウンド)





榛名体育館周辺会場図

