



信州つがいけ高原ヒルクライム2024

参加選手ガイド

大会概要

- 開催日 2024年6月16日（日）
- 開催地 柵池高原特設コース
- 主催 つがいけサイクル実行委員会
- 後援 小谷村 / 小谷村観光連盟 / 小谷村教育委員会 / 柵池スキー学校 / 柵池観光委員会
- 協力 株式会社つがいけゴンドラリフト
- 主管 サイクルジャンボリー実行委員会

※本大会は参加者案内の郵送はございません。ガイドをよく読んで会場にお越しください。

※会場での受付はエントリーリストをご確認のうえ、受付にてお名前とゼッケン番号をお伝えください。

■タイムスケジュール

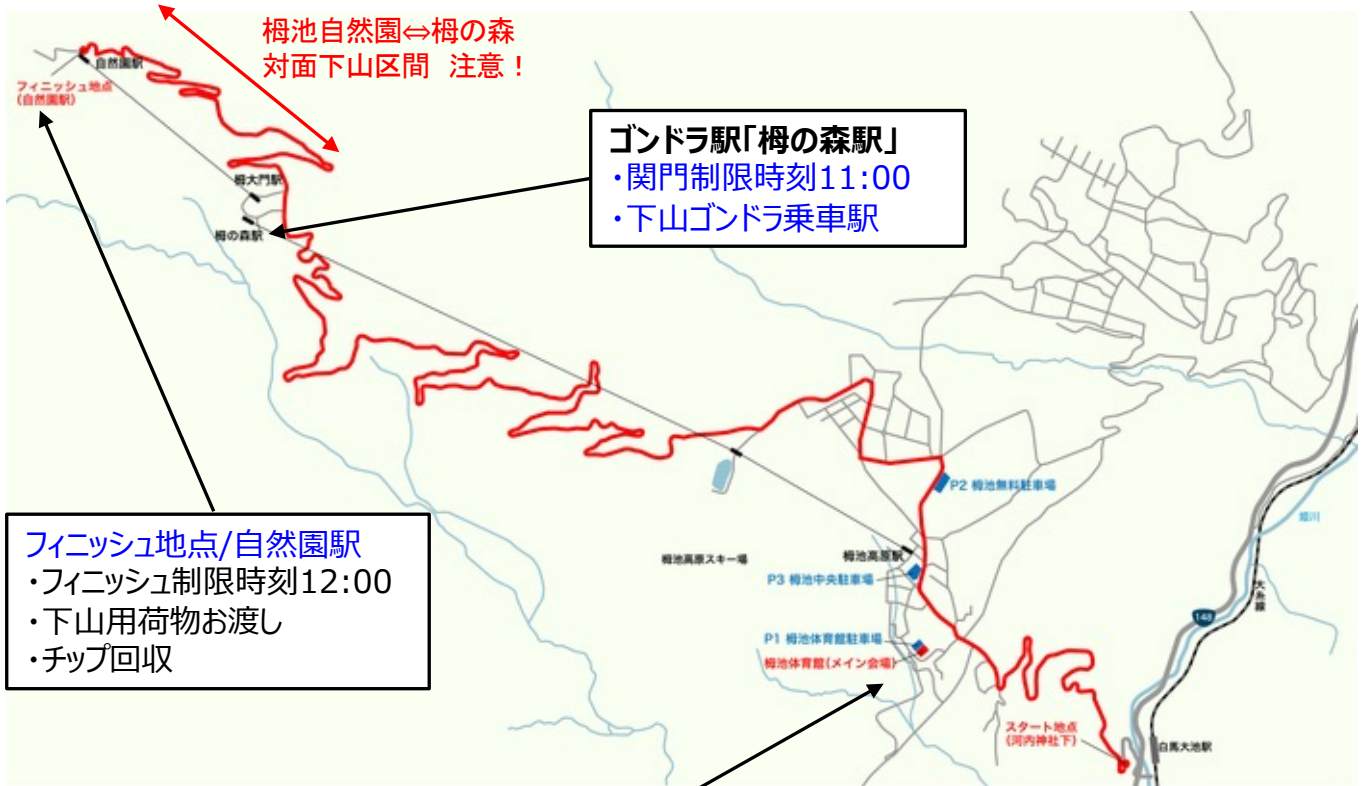
6月15日（土）		
前日受付	13:00 - 16:30	梅池体育館
コース試走	13:30 - 16:30	特設コース
6月16日（日）		
駐車場オープン	6:30 -	P1 P2 P3
選手受付	7:00 - 7:50	梅池体育館
荷物受付	7:45 - 8:40	スタート地点/川内神社下
スタートセレモニー	8:40 - 8:55	スタート地点/川内神社下
レーススタート	9:00 - 各クラス	特設コース
下山開始予定	11:00	フィニッシュ地点/梅池自然園駅
閉門タイムアウト	11:00	梅の森駅
フィニッシュタイムアウト	12:00	フィニッシュ地点/梅池自然園駅
表彰式	13:15 - 14:00	梅池体育館

グループ別 スタート予定時刻

グループ	スタート時刻	クラス	区分・年齢	ビブナンバー	人数
1	9:00	男女混合レジェンドクラス	70～	1 ~ 15	15
2	9:01	女子	年齢区分なし	101 ~ 109	9
2	9:01	女子MTB	年齢区分なし	201 ~ 206	6
3	9:02	男子 G	50～54	301 ~ 338	38
4	9:03	男子 H	55～59	401 ~ 444	44
5	9:04	男子 I	60～69	501 ~ 546	46
6	9:05	男子 F	45～49	601 ~ 627	27
7	9:06	男子MTB	年齢区分なし	701 ~ 721	21
8	9:07	男子 A	中学生～22	801 ~ 814	14
9	9:08	男子 E	40～44	901 ~ 913	13
10	9:09	男子 D	35～39	1001 ~ 1017	17
11	9:10	男子 C	30～34	1101 ~ 1114	14
12	9:11	男子 B	23～29	1201 ~ 1209	9
13	9:12	e-BIKE	年齢区分なし	1301 ~ 1305	5

合 計 278

■コースマップフルコース

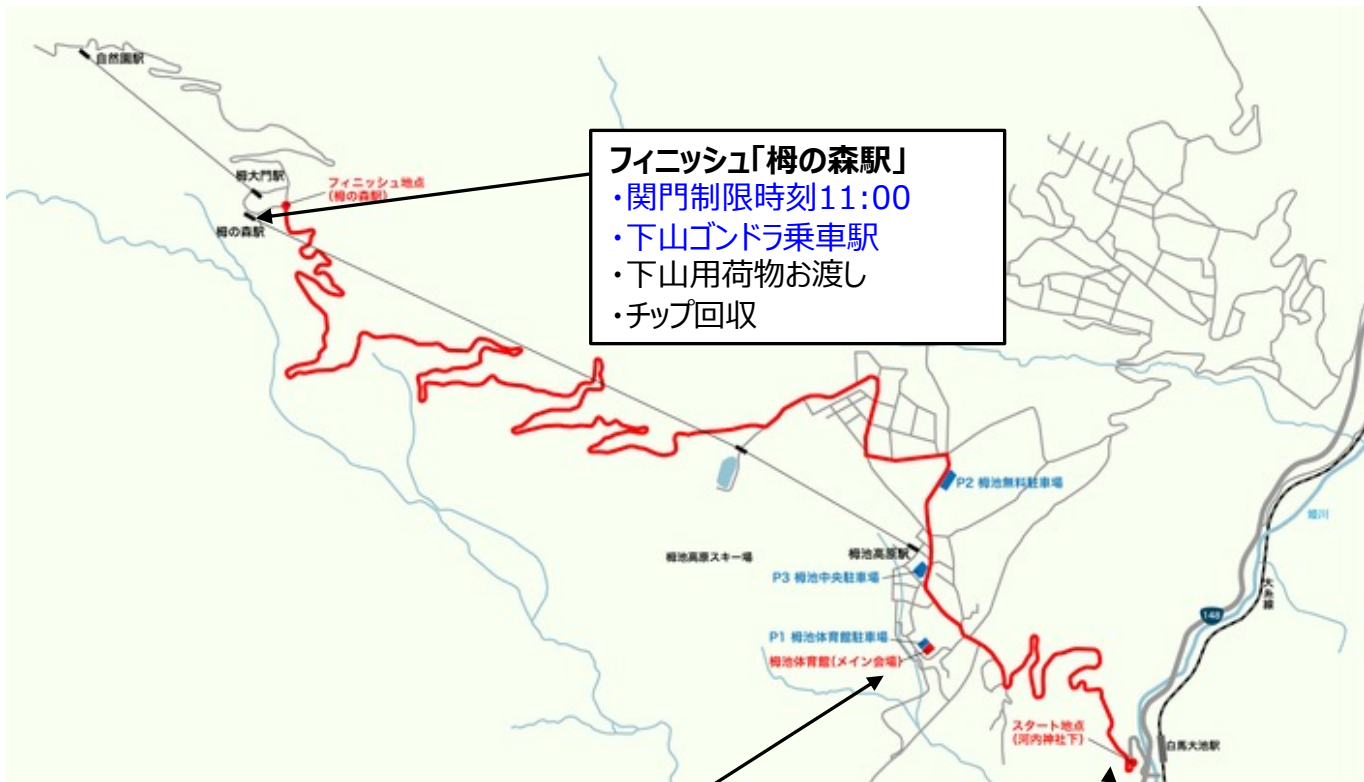


メイン会場/桐池体育館
長野県北安曇郡小谷村千国乙226
・前日・当日受付
・表彰式/完走証お渡し
・救護

スタート地点/川内神社下
・下山用荷物預かり
・メカニック
・トイレ

コース距離17.1km
獲得標高1200m

■ 荒天時ショートコース



フィニッシュ「梅の森駅」

- ・関門制限時刻11:00
- ・下山ゴンドラ乗車駅
- ・下山用荷物お渡し
- ・チップ回収

メイン会場/梅池体育館

長野県北安曇郡小谷村千国乙226

- ・前日・当日受付
- ・表彰式/完走証お渡し
- ・救護

スタート地点/川内神社下

- ・下山用荷物預かり
- ・メカニック
- ・トイレ

荒天予報時のショートコース判断は

一次判断 15日18時

二次判断 16日5時

体育館前貼りだし、HP、Xにて告知します。

■ 駐車場MAP

P3 樽池中央駐車場

※有料1000円
※開門7:00～

P2 樽池無料駐車場

※無料
※24H



P1 樽池体育館駐車場

長野県北安曇郡小谷村千国乙226
※無料
※開門6:30～

■メイン会場 柵池体育館



○前日受付/柵池体育館

6月15日(土) 時間 13:00~16:30

○当日受付/柵池体育館

6月16日(日) 時間 7:00~7:50

○表彰・完走証/柵池体育館

6月16日(日) 時間 13:15~13:45

表彰対象：各クラス6位まで

**体育館前に張り出されるインフォメーションは必ずチェックしてください。
荒天時のショートコースなど重要な情報を掲示します。**

■スタート地点



下山用荷物預かり

時間 7:45～8:40

場所 スタート地点付近

8:45～ スタートセレモニー

9:00～ スタート

関門でタイムアウトとなられました選手につきましては、ゴール地点よりスタッフが荷物をお運び致します。

下山について 自走orゴンドラ利用が可能



本年度は下山誘導の指示で自走下山となりますが
選手の皆様は下希望される方はゴンドラでの下山が可能です。
※**栂の森駅**で乗車券を購入しゴンドラをご利用ください。

■選手下山ゴンドラ利用

○ゴンドラ（栂の森駅⇒栂池高原駅）

大人片道 1,240円（現金）

※**栂の森駅**で**自身で乗車券を購入**してゴンドラご利用ください。

※**ゴンドラ搭乗時は前輪を外し**一般利用のお客様のご迷惑とならないよう配慮下さい。

■応援者ゴンドラ・ロープウェイ利用 8:00～

○ゴンドラ（栂池高原～栂の森駅）

○ロープウェイ（栂大門～自然園駅）

大人片道 2,000円

小児片道 1,100円

※**ロープウェイは選手利用不可**

※ゴンドラ始点「栂池高原駅」で乗車券をご購入下さい。

■ 諸注意

■ 車両規則について

- 前後輪に制動器を備えたフリー式の自転車を使用してください。
 - スタンド等の突起物や脱落するおそれのある付属品はレースに際しては取り外してください。
(サドルバック、ライト、ベル、サドル下のお守りなど)
 - ディスクブレーキはお使いいただけます。
 - DHバーなど、補助ハンドルはご遠慮ください。
 - バトンホイール・ディスクホイールはご遠慮ください。
 - スポーツカム等、撮影機材が車体にしっかりと固定されているものは搭載を認める。
 - 撮影機材のヘルメットおよび身体への装着（チェストバンドなど）は、大会本部が認めた場合を除きご遠慮ください。（大会特別規則）
- eBIKEクラスは型式認定車種を表彰対象とします。**
高出力の非認定車はオープン扱いと致します。

■ 服装規則について

- JCF認可のヘルメットを着用してください。（アゴひもは肌に沿うくらい緩みなく着用してください。）
- グローブ、ソックスを着用してください。
- サイクルジャージを着用してください。

■ その他

-前日試走-

前日の試走に関しまして、コース途中のゲートが16:30に施錠致します。16:30までには下山するようお願い致します。**前日はコースを設営車両が走りますのでご注意ください。**

-スタート地点ウォーミングアップ-

スタート地点のウォーミングアップですが、川内神社下の国道に出て、をーミングアップする事は絶対にお止めください。

-計測チップ返却-

計測チップ返却はフィニッシュ地点で行います。必ずご返却ください。
返却の確認が取れず万が一紛失した場合には15000円ご請求させていただきます。
忘れずにご返却をお願い致します。

-表彰式・リザルト・完走証-

表彰式は13時～柵池体育館で行います。
ネットタイム計測の為、確定版リザルト掲出は大会翌日を予定しております。
完走証は柵池体育館にて随時印刷致します。