

2023 つくばりんりんロード 100キロウォーク大会

START

5/27 SAT. 12:00 - 13:00

GOAL

5/28 SUN. 13:00



受付 11:00-12:30
つくばりんりんロード筑波休憩所

受付にて事前に郵送したゼッケンをご提示ください。

各自スタート時間30分前までに受付してください。

12:00-13:00 グループごとに一人ずつの時差スタート

<https://www.tsukubarinrin100.com>



主催 2023つくばりんりんロード100キロウォーク大会実行委員会



大会本部 090-7246-8352

- ① 参加条件
 1. 交通ルールを守ること
 2. 交通指導員、スタッフの指示に従うこと
 3. 一般の通行人・自転車、ロードバイクの走行を優先すること
 4. 追い越す時は、声掛けして左から追い越すこと
 5. ゴミを道端に捨てないこと
 6. トイレのマナーを守ること(野外排泄厳禁)
 7. 特に夜間・早朝は、静かに歩くこと。近隣住民から注意を真壁・藤沢休憩所では「私語厳禁」
いただいています
 8. 夜間は、前方にヘッドライト、後方に点滅ライトを使用すること
 9. 大会継続の為、節度ある行動をとること
 10. 大会規約、開催要項、注意事項を守ること

② 開催要項・大会規約



共栄火災行事参加者傷害保険に加入しています。
 補償は規定に基づく範囲内での対応のみとなります。
 死亡・後遺障害500万円。入院日額3000円。通院日額2000円。
 これ以外は自己責任での対応になります。
 不安な方は、ご自身で保険の加入をお願いします。



③ 当日配布物 オリジナル点滅ライト

④ 必携品

- ゼッケン、ゼッケン止め
- バーコードカード
- ヘッドライト
- オリジナル点滅ライト(受付時に配布)
- エントリーの際に登録した携帯電話
- 携帯コップ
- 水・食料(次のエイドステーションまで必要量)
- サバイバルブランケット
- 防寒着(雨・寒さにも対応できる軽量な衣類をオススメ)
- ファーストエイドセット(まめ・靴ずれ対策等)
- 小銭(コンビニ、自販機、食事、交通費等)
- 保険証(コピー不可)
- 北関東三大100キロウォーク挑戦者は完歩認定申請カード

各自の判断で

⑤ 推奨装備品

- 携帯充電器
- 折りたたみ日傘
- ライト用予備電池
- レインジャケット・パンツ
- 予備ライト
- (前日か当日に判断しましょう)
- 日焼け止め
- 参加賞ネックゲイター
- 帽子

- ✔ コース誘導 案内板の指示、別紙のコースマップを精読の上、歩行してください。
- ✔ 計測 チェックポイントでゼッケンに記されたバーコード、またはバーコードカードを読み取ります。チェックポイントは6ヶ所です。バーコードを読み取るため、折り曲げないでください。
- ✔ 完歩証 ゴール後、完歩証を発行いたします。
- ✔ 北関東三大100キロウォーク完歩者には、完歩認定申請カードにハンコを押して一旦回収します。後日、記念品・賞状と一緒に申請カードをお送りします。



会場(筑波休憩所)→駐車場(ゲート)への送迎

28日0:00~14:00 30分毎に運行

21km地点でのリタイアの方は、スタッフにお声がけください。スタッフが送迎します。



会場にて荷物棚を設置しています。

・貴重品類はお手元をお願いします。

・お荷物の出し入れは自由です。

・自己責任にて管理をお願いします。



女性用のみ更衣室(テント式)をご用意しています。



チェックポイント▶リタイアの申告、ゼッケン番号とお名前をお伝えください。

コース上▶緊急時・ケガ・自力歩行ができない場合は大会本部にご連絡ください。

各関門時間30分後に筑波休憩所までマイクロバスにて送迎します。



早くお戻り希望の方は自助にてお願いします。

参加者の安全のため、スタッフ、アンカー等の判断で歩行を

090-7246-8352

中断・中止するよう求められたときは、指示に従ってください。

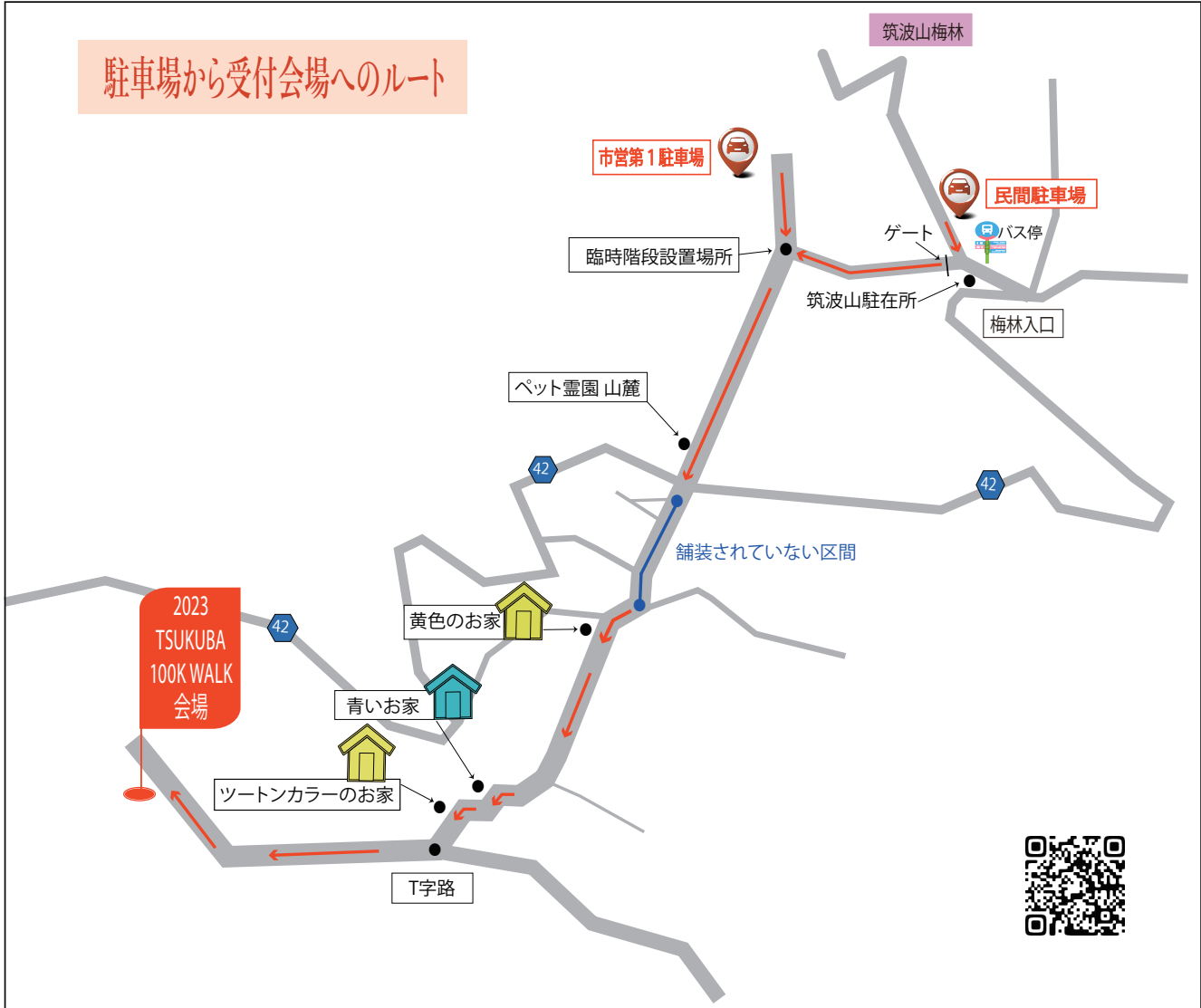


熱中症・低体温症・雨・夜間対策

・こまめな水分補給をしてください。十分な水分を装備して歩行してください。また、水分補給できる場所の事前確認をお願いします。

・旧大会時には大雨開催もありました。また夜間歩行困難時、汗による低体温症の危険もございます。保温、寒さ対策にも十分注意してください。

駐車場から受付会場へのルート



筑波休憩所・受付会場 START / 21km / 61km / GOAL



筑波温泉ホテル

松屋製麺所

スタート・21km地点
筑波休憩所

第1ステージルートマップ 21km

つくばわんわんランド

白井

神郡

ローソン

波国際カントリークラブ

左側歩行区間

平沢

つくばワイナリー

フードマーケットカスミ

平沢官衙遺跡

ウエルシア

北条

北条大池

大池公園

自家製麺-名無し

山口

泉

山木

ゆにろーずつくば店

小田城跡歴史
ひろば案内所

宝篋山小田休

小田城

ファミリーマート

うなぎ村

大穂

2023つくば100キロウォーク ルートマップ

2023年5月27日(土)12:00~28日(日)13:00

エイドステーション
・筑波休憩所
・岩瀬休憩所
・土浦休憩所

- ①第1ステージ → つくば古道(21km)
- ②第2ステージ → 筑波休憩所→岩瀬休憩所(41km地点)
- ③第3ステージ → 岩瀬休憩所→筑波休憩所(61km地点)
- ④第4ステージ → 筑波休憩所→ローソン土浦(80.5km地点)
- ⑤第5ステージ → ローソン土浦→筑波休憩所(100kmゴール)

車でお越しの方
駐車場から会場(筑波休憩所)まで歩いてお越しください。
下り坂約1.5km

市営駐車場 P₁ 5:00-20:00
市営第1駐車場(筑波山梅林)500円/1回
カーナビをご利用の方は「筑波山梅林」で検索
帰りの際、マイクロバスはゲートまでの送りとなります。
ゲートから駐車場所までかなり歩きますので、覚悟してください。

民営駐車場 P₂
民営駐車場(市営第1駐車場ゲート右手すぐに位置する)200円/1日
帰りの際、マイクロバスが駐車場近くまで横付けできます。



① 第1ステージルートマップはGoogleマップからご覧ください。

筑波休憩所にて12時から
順次スタート!
筑波休憩所は
21km 61km 100km 地点
翌日13時までにはゴールしましょう!
待ってるよ!

チェックポイント(バーコード読み取り)

制限時間 info. (到着時間)
21km 筑波休憩所 ~17:00
41km 岩瀬休憩所 ~21:30
61km 筑波休憩所 ~翌日 2:30
80.5km ローソン土浦 ~28日 7:30
100km 筑波休憩所ゴール ~28日13:00



夜間静かに!
右側歩行!

夜間静かに!
右側歩行!