

OKAYAMA WAKE ALPS TRAIL 50

WAKE ALPS TRAIL 50

第1回和気町一周トレイルランニングレース

参加のご案内

WAKE ALPS TRAIL 50 にエントリーいただき、ありがとうございます。

注意事項や案内などを記載した本書をよくお読みいただいたうえで、ご参加ください。

和気町は、豊かな自然と交通利便性に恵まれた「ほどよい田舎町」です。

多くの地元民が「何もない」と言うこの町には、低山ながらもダイナミックな絶景とバリエーション豊かな登山コースを有する和気アルプスをはじめ、戦国大名が大規模な山城を築いた天神山、雲海が望める三保高原など、魅力あふれる山々があります。また、雄大な吉井川の流れ、約700枚の棚田が連なる田土、旧片上鉄道の軌道跡を利用した自転車道「片鉄ロマン街道」、山の上のキャンプサイト「和気美しい森」など、地味ながらも人々を魅了する美しい風景と観光資源があります。

私たちはこの町の潜在的な魅力を広く発信すべく、和気町でのトレイルランニング大会の企画を始動しました。

特に、本大会の象徴となる和気アルプスの登山道は、地元有志の方々が長年にわたり手作業で整備してきた大切な地域資源です。これを次世代に引き継ぐために、大会コース上の登山道の整備活動を継続的にを行います。

本大会の開催を通じて、県内外から和気町を訪れる人々や移住者を増やすこと、そして地元の人々に誇りと元気をもたらすことを目指し、和気町の未来に希望の風を吹かせたいと願っています。

WAKE ALPS TRAIL 50 実行委員会

スケジュール

2026年4月11日(土)	2026年4月12日(日)
15:00 前日受付開始(全種目共通) 17:00 前日受付終了	4:30 ロング 当日受付開始 5:30 ロング 当日受付終了 ロング 開会式・ブリーフィング 6:00 ロング スタート 6:30 ミドル ・ショート当日受付開始 8:15 準備運動指導 8:30 ミドル 当日受付終了 ミドル 開会式・ブリーフィング 9:00 ミドル スタート ショート 当日受付終了 ショート 開会式・ブリーフィング 9:30 ショート スタート
 和気ドーム：受付/スタート/ゴール 岡山県和気郡和気町益原681-1	12:30 ショート 表彰式 13:00 ミドル 表彰式 14:00 ロング 表彰式 表彰式の時間は状況により前後します 14:30 ショート 競技終了 16:00 ミドル 競技終了 17:00 ロング 競技終了

◆大会概要



大会名

WAKE ALPS TRAIL 50
第1回和気町一周トレイルランニングレース

開催場所

受付/スタート/ゴール：和気ドーム（岡山県和気郡和気町益原681-1）

開催日

2026年4月12日(日) 当日受付/本大会
※11日(土)15:00~17:00 前日受付可（受付は、大会前日または当日のいずれでも可能です）

競技種目と制限時間

ショートコース：13Km（累積標高800mD+）	ショートコース：5時間（途中関門1か所）9時半スタート
ミドルコース：20Km（累積標高1200mD+）ITRA1ポイント	ミドルコース：7時間（途中関門2か所）9時スタート
ロングコース：46Km（累積標高2800mD+）ITRA2ポイント	ロングコース：11時間（途中関門4か所）6時スタート

競技参加人数

合計：928人(招待選手を含む) ショートコース：316人 ミドルコース：301人 ロングコース：311人

参加資格

◇全競技種目共通◇

トレイルランニングの特性を理解し、ルールやマナーを守り、自然環境への配慮ができる方。
競技中に想定される天候の変化や肉体的・精神的なトラブルに自ら対処できる能力を有する方。
さらに、自己責任のスポーツであることを十分に理解し、全コースを迷うことなく制限時間内に完走できる自信のある方。
年齢制限：高校生以上。未成年者（18歳未満）は保護者の同意が必要

参加費

ショートコース：一般6,000円 22才以下5,000円	年齢は大会当日時点の年齢です
ミドルコース：一般9,000円 22才以下7,000円	和気町民は各種目500円割引します
ロングコース：一般14,000円 22才以下11,000円	申込受付後の参加費の返金はいたしません

参加賞

大会オリジナルグッズ(手ぬぐい&ソフトカップ)、地元企業提供品(谷尾食糧工業ぜんざい、永谷園のお茶づけ海苔)
トレランマルシェクーポン500円券(和気鶴飼谷温泉売店も使用可能)、和気鶴飼谷温泉入湯200円割引券200円券

表彰

各種目男女1~6位(副賞は男女3位まで)
年代別/各種目29才以下、30代以上、40代以上、50代以上、60代以上 各種目1~3位
(表彰は総合入賞を優先とし、重複はしない)
※年代別入賞者については、表彰状のお渡しのみとさせていただきます

後援

和気町、和気町教育委員会、山陽新聞社、RSK山陽放送、OHK岡山放送、
TSCテレビせとうち、KSB瀬戸内海放送、RNC西日本放送
※本大会は、岡山県備前県民局の補助を受けて行う事業です

協賛

1.プラチナ 谷尾食糧工業株式会社	3.シルバー 和気ライオンズクラブ 株式会社大西商店 印刷部 株式会社横谷工務店 和気神社 お好み焼一休 株式会社インナー・ファクト 有限会社畠中自動車工場 株式会社日本チャンキー 株式会社藤原鐵工所 和気金融協議会	4.ブロンズ 有限会社ビッグモリーズ 岡山ヤクルト販売株式会社 株式会社岡山和気ヤクルト工場 株式会社栄光スポーツ 株式会社 モミジヤ運動具店 有限会社モーターショップ安本 有限会社一級建築士事務所 一般社団法人勸進プロジェクト	医療法人平病院 日下理容店 恒次整骨院 Café B-style いんべ薬局 清水翔太 太田順子
----------------------	--	--	--

大会アドバイザー

プロトレイルランナー 鍋木毅

主催

WAKE ALPS TRAIL 50 実行委員会



◆参加規約



参加条件と基本規則

大会規則および注意事項を理解し、自己の責任を負うことを参加の基本条件とします。
 順位は所要時間の少ない選手から決定します。（定められたコースのコースタイム計測方式とします）
 コースは大会専用ではありません。一般利用者や自然環境への十分な配慮をお願いします。
 コースはマーキングテープや指示看板で誘導しています。これらをたどりルートを維持するのは選手自身の責任です。
 特定のチェックポイントには関門を設けます。制限時間を超えた場合は競技を中止し、主催者の指示に従ってください。
 規則違反や注意事項を守らない場合、またはスタッフの指示に従わない場合は失格やペナルティタイムの加算となる場合があります。

自然保護ルール

ストックの使用は禁止します（木の枝などを代用することも不可）。
 コースのショートカットやトレイルから外れる行為は禁止します。
 自然保護のため、歩行区間を設定する場合があります。その際は必ず歩いてください。
 動植物・岩石・設備物などの採取や損傷を禁止します。
 ゴミは必ず持ち帰ってください。
 火器の使用は禁止します。
 便は指定のトイレを使用してください。やむを得ない場合は携帯トイレを使用し、紙類も必ず持ち帰ってください。

他者と地域への配慮

ケガや病気などで動けない人（選手以外も含む）に遭遇した場合は、救助を優先し、速やかに大会本部へ連絡してください。
 ハイカーなど一般利用者の通行を妨げないでください。
 追い越す際は必ず挨拶をし、安全な場所で歩いて追い越してください（一般利用者優先）。
 ボランティアや地元の方々への敬意と感謝を忘れないでください。
 指定されたコース以外には立ち入らないでください。

必携品

以下は必ず装備・携行してください。

両肩で担ぐザック・バックパック（片掛けや紐状のナップサック不可）
 エントリー時に登録した携帯電話（十分に充電し、緊急連絡を受けられる状態）
 150cc以上の携帯コップ（参加賞をお使い頂けます）
 水分（スタート時および各エイド出発時に1ℓ以上）
 行動食
 ゼッケン（衣類等で隠れないよう装着）
 サバイバルブランケット（エマージェンシーシート）
 ファーストエイドキット（絆創膏、虫刺され用軟膏、常備薬など）
 ホイッスル
 レインジャケット上（ロング/ミドルのみ）
 ショート種目については当日の天候を十分配慮し持参の有無を判断して下さい
 ※その他、走力や天候に応じて必要な装備を各自で判断してください。



招待選手：山本諒馬選手

推奨品（各自の判断で装備・携行が望ましい物）

トレイルランニングシューズ（運動靴では滑落する危険があります）	テーピング用テープ
コースマップ（印刷物またはダウンロードした端末）	防寒着（ダウンやフリース等）
手袋	健康保険証またはマイナ保険証
スマホ充電用バッテリー	ヘッドライト

障害保険

主催者加入の障害保険補償内容：
 ・死亡・後遺障害：200万円
 ・入院日額：3,000円
 ・通院日額：1,000円
 不足がある場合は各自で保険に加入してください。

禁止事項

レース中のイヤホン使用（骨伝導イヤホン含む。ただし補聴器は事前確認のうえ可）
 裸足やサンダル等、素足を露出したシューズでの出走
 コンビニ等の利用（トイレ利用も含む）
 上記以外で大会の安全や公正を損なう行為

大会内容の変更について

大会内容は状況により変更される場合があります。
 変更が生じた際は、大会ホームページ、公式Facebook、SMS、各エイドにてお知らせします。

大会中の映像等について

大会中の映像、写真、記事、記録、選手の氏名等の新聞、雑誌、インターネット等の掲載権及び肖像権は主催者に属します。
 選手・ボランティア・応援の方による撮影は私的使用に限り認めています。
 私的利用を越えて使用する事はできません。

◆ゼッケン及びエイド



ゼッケンの色と番号

ロング	青	男性：100～392	女性：400～424
ミドル	黄色	男性：500～754	女性：800～848
ショート	ピンク	男性：1000～1218	女性：1300～1414

注意事項

ゼッケンは折り返したりせず体の前面に番号が確認できる位置に装着してください
 縦向きに装着した場合、計測されません
計測タグはレース終了まで取り外さないでください
 ゴール後は回収スタッフへ必ず返却ください
ご返却がない場合、実費を請求させていただきます



各エイドで左下のバーコードを読み
通過チェックを行います

通過速報はゼッケン右下のQRコード
のホームページでリアルタイムで確認
できます

選手通過速報



<https://timesync.jp/wat50/260412/>

4. エイド関門

エイド4か所全てに関門時間を設定しています
 関門の通過確認は、計測チップとスタッフによるゼッケン目視で行います。
関門時間までに到着できない場合、また**関門時間+15分以内に出発**できない場合は失格となります。
 レースをリタイアする場合は、必ずエイドステーションのスタッフに申告してください（計測チップを回収します）。

エイド	ロング		ミドル		ショート	
	距離(km)	関門	距離(km)	関門	距離(km)	関門
S 和気ドーム	0	6:00	0	9:00	0	9:30
A1 学び館サエスタ	14	10:00				
A2 高原の宿口マンツェ	23	12:00				
A3 和気美しい森	33	13:30	7	11:15		
A4 和気町武道館	40	15:00	14	13:30	7	12:00
F 和気ドーム	46	17:00	20	16:00	13	14:30

エイド提供品 (予定)

A1	塩むすび プチドーナツ	バナナ オレンジ	梅干し 飴 ポテトチップ 塩分補給タブレット	水 コカ・コーラ 麦茶 アクエリアス オレンジジュース
A2	野菜カレー あんぱん	バナナ パイ	梅干し 飴 ポテトチップ 塩分補給タブレット	水 コカ・コーラ 麦茶 アクエリアス オレンジジュース
A3	藤の花ご飯おむすび 重ね煮味噌汁 あんぱん	バナナ フルーツポンチ	梅干し 飴 ポテトチップ 塩分補給タブレット	水 コカ・コーラ 麦茶 アクエリアス オレンジジュース
A4	藤の花ご飯おむすび 塩むすび お茶漬け プチドーナツ ぜんざい	バナナ オレンジ	梅干し 飴 ポテトチップ 塩分補給タブレット	水 コカ・コーラ 麦茶 アクエリアス オレンジジュース

◆受付・荷物預かり・イベント



| 受付時間・荷物預け時間

11日(土)	15:00~17:00 前日受付 (全カテゴリー)	12日(日)	4:30~5:30 ロング受付 6:30~8:30 ミドル受付 6:30~9:00 ショート受付
--------	---------------------------	--------	--

| 必携品チェック~選手受付

1. 受付票誓約書と必携品をもって、必携品のチェックを行う

2. 必携品チェックOKで受付へ行く

※販売所にて必携品の販売あり
販売時間は受付終了時間まで

3. 受付にて受付票誓約書と交換でゼッケン及び参加賞を配布

ゼッケン及び安全ピン

大会オリジナルグッズ(手ぬぐい&ソフトカップ)

地元企業提供品 (谷尾食糧工業ぜんざい、永谷園のお茶づけ海苔)

トレランマルシェクーポン500円券、和気鶴飼谷温泉入湯200円割引券200円券

和気町のリーフレット

| 荷物預かり

1. 選手は荷物タグにゼッケン番号を記入し荷物に付けて、荷物置き場に行く
2. 荷物置き場入り口でゼッケン番号と荷札番号を確認してもらい、荷物置き場の該当する場所へ荷物を置く
 - ・荷物の大きさ、数に制限はありません
 - ・貴重品は各自で管理をお願いします

| 荷物受け取り

1. 選手は荷物置き場入り口でゼッケン番号を確認してもらい、荷物置き場の荷物を探して持ち出す
2. 荷物置き場出口でスタッフにゼッケン番号と荷札番号を確認してもらい荷物置き場から退出する

| 準備運動のレクチャー

8時15分より、萩原聖人さんによる準備運動のレクチャーを開催します
スタート会場の和気ドームで、どなたでもご参加いただけます
これに伴い、ミドル&ショートコースの受付は6時30分から可能としました

萩原 聖人 (はぎわら まさと) 氏

※ミドルコースにオープン参加されます

青山学院大学 陸上競技部 トレーナー

箱根駅伝の常連校・青山学院大学駅伝チームのコンディショニング部門を担うスペシャリスト

自身も「選手と同じ苦しみを共有する」ことを信条とする現役ランナーであり、

超絶過酷なレースとして知られる『TAMBA100アドベンチャートレイル2025』100km部門において、

見事「総合優勝」を果たしたトップクラスのトレイルランナーでもあります

今大会では、レース前に萩原氏による「パフォーマンスを最大限に引き出す準備運動」のレクチャーを実施いたします

プロトレイルランナーも実践する、怪我を防ぎ効率的な走りを生み出す秘伝のメソッドを直接体験できる貴重な機会です

世界レベルの走り理論を兼ね備えた「走るトレーナー」と共に、和気の険しくも美しいトレイルを駆け抜けましょう！



| トレランマルシェマルシェ

当日は和気ドーム内でトレランマルシェ (飲食の出店) が開催されます。フィニッシュ後にご利用下さい

トレランマルシェは一般の方もだれでもご利用できます

受付でお渡ししたトレランマルシェクーポン (500円券) がご利用できます

トレランマルシェクーポンは会場内のマルシェを含め下記施設・店舗でもご利用できます

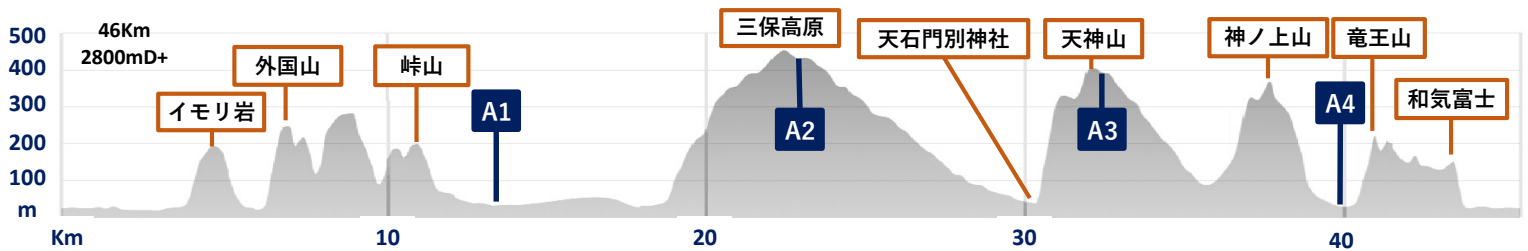
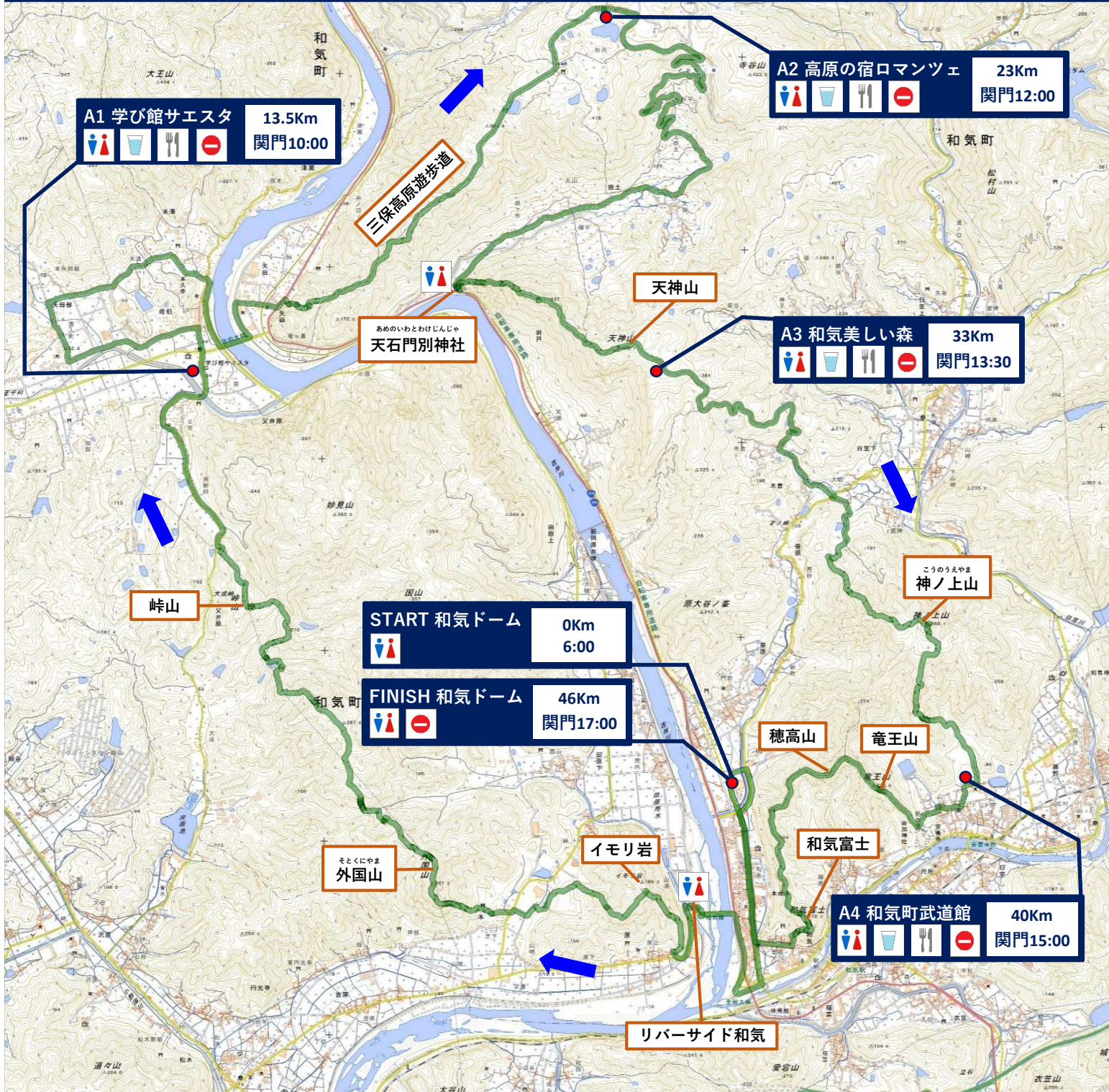
- ・トレランマルシェ出店者全店
- ・和気鶴飼谷温泉 大浴場 (入浴割引券と併用可)
- ・和気鶴飼谷温泉 レストラン・カフェ
- ・和気鶴飼谷温泉 売店
- ・お好み焼一休 (和気町福富644 JR和気駅南側)

※マルシェクーポン券はお釣りは出ません。換金はできません



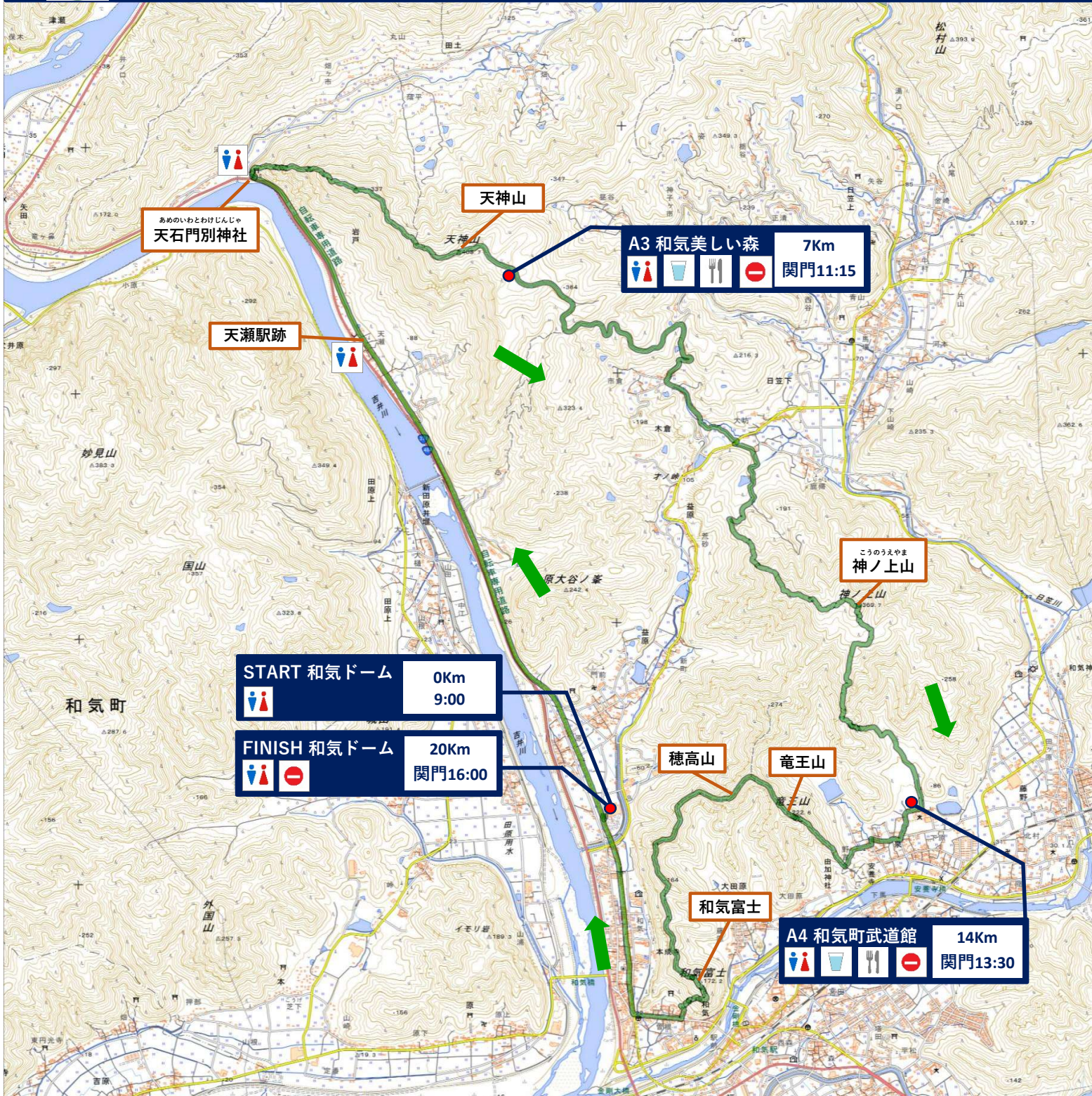


Wake Alps Trail 50 2026 ロングコースマップ





Wake Alps Trail 50 2026 ミドルコースマップ





Wake Alps Trail 50 2026 ショートコースマップ

