トレイルランニング大会の規則作成にあたって
― 競技規則の参考例のご紹介 ―

トレイルランニングレースの安全かつ公正な運営を行うためには、競技に関する明確な規則の整備が不可欠です。

ここでご紹介する「トレイルランニングレース競技規則」は、2017年にトレイルランニング会議（当協会の前身）が制定したもので、トレイルランニングの定義からコース設計、安全管理、装備基準、表彰、失格事項に至るまで、競技運営に必要な基本事項が網羅されています。

これから大会の開催を検討されている方、既存のルールの見直しを進める方は、陸連の定める競技規則や安全ガイドラインと一緒に、ぜひこの文書を一つの参考資料としてご活用ください。

トレイルランニングレース

競　技　規　則

第 1 章 総則

第 1 条(目的)

1. 本規則は、トレイルランニングレース(以下、レース)における競技に関する事項を定める。

2. トレイルランニングレースの定義

トレイルランニングとは、登山道や林道などを主とした未舗装路で、登りもしくは登り下りで標高差がある野山で行われるスポーツである。主に山野で開催され、専門的な山岳装備（登攀具など）を使わず行われる健脚を競い順位をつける競技である。

3. シーズン

専門的な山岳装備が必要な積雪期は避ける。

4. コース

コース設計者が魅力的なコースを設定出来るように、主に登山道や林道などの未舗装路で、登りもしくは登り下りで標高差がある野山で行われる競技である。

コースは舗装道も使用する場合があるが、それは他に使用できる道が無い場合であり、その比率は30%を超えないことが望ましい。

5. 公認大会

競技規則を満たし日本山岳協会が特に認めた大会を公認大会とする。

6. 距離

ショートトレイル：20 km 未満

ミドルトレイル：20km 以上、42km 未満

ロングトレイル：42km 以上、80km 未満

ウルトラトレイル：80km 以上

7. 安全管理

レース主催者は、競技者および競技役員の安全を確保しなければならない。

競技者は自らの安全を守るため、最低限の装備を持たなければならない。

8.エイドステーション

主催者または競技者が準備する飲食物は、指定した供給所で摂ることが出来る。指定した場所以外での補給は原則禁止とする。

9.レースの目的

レースは、制限時間内で定められたコースを走破するトレイルランニングレースであり、レースを通じ、自己の限界に挑戦し、安全に、かつ、自然との共存に配慮し、また、他の競技者、役員並びに他のスポーツに対する尊敬と憧憬の念をもって、自然というフィールドで楽しむことを目的とする。

10.アンチドーピング

スポーツの価値を守り、レースの公平さやアスリートの健康を守るためアンチドーピング遵守する。

第 2 条(定義)

1. 本規則において、会場とは、競技のスタート前、フィニッシュ後における、選手の受付、表彰、荷物の預かり等をする施設、場所をいう。
2. 本規則において、コースとは、競技のスタートから、フィニッシュまでの競技が行われる場所、道路、登山道をいう。
3. 本規則において、競技中とはスタートからフィニッシュまでをいう。
4. 競技の中止とは、審判が選手に対し、競技中に競技を中断させ、以後の競技の続行を認めないことをいう。
5. 競技の停止とは、審判が選手に対し、競技中に競技を一時的に中断させ、停止事由が消滅した時は、競技を再開することをいう。

第 2 章 選手

第 3 条(参加資格)

選手はレースに出場するには、以下の各号のすべての要件をみたさなければならない。

(1) 大会当日において満 16 歳以上であること(18 歳以下の参加者は保護者の承諾が必要)

(2) レースの全コースを迷うことなく、制限時間内に完走する自信があること

(3) 山岳保険(山岳共済・JRO 等)に加入していること

第 4 条(優先参加資格)

前条各号の参加資格をみたした者で、以下の各号いずれかの要件をみたす者は、優先参加資格を得ることができる。

⑴招待選手:過去の大会において優秀な成績をおさめた者及び日本山岳協会、レース実行委員会(以下大会実行委員会という)が特に定める者

⑵優先資格保有者:大会実行委員会が定めるレースでの完走、行事への参加、大会でのボランティアなどにより、指定の資格を有する者

第 5 条(参加の申込)

1. 大会に出場を希望する者は、大会実行委員会が定める方法により申し込みを行わなければならない。
2. 大会実行委員会は、前条の優先参加資格を有する者の定員数及びその他の者の定員数を決める。
3. 参加の申込をする者は大会実行委員会が定める参加料を指定の期日までに支払わなければならない。

第 6 条(チーム申込) ※チーム参加規定のある大会のみ

選手は個人の申し込みと合わせて、所定の人数でチーム申込をすることができる。

第 3 章 組織(役員およびその任務)

第 7 条(組織)

本大会の準備、運営及び審判は、以下の委員会及び各部が分担する。

(1) 大会実行委員会

(2) 大会本部

(3) 運営部

(4) 輸送部

(5) 審判部

(6) 広報部

(7) 救護部

(8) 競技部

(9) 財務部

第 8 条(大会実行委員会)

1. 大会実行委員会は、実行委員長、副実行委員長のほか、(公)日本山岳協会を含む各種後援団体の代表、各部の代表者で組織する。
2. 大会実行委員会は、本大会の開催の日時、会場、コース、申込方法等を定め、本大会の事前の準備および大会中、大会後の実務運営主体となる。
3. 前項の大会に関する競技関連事項は、(公)日本山岳協会が公認し、都道府県山岳連盟(協会)が主管する。

第 9 条(大会本部)

1. 大会本部は、大会会長、大会実行委員長、大会事務局で組織する。
2. 大会会長は、大会当日において本大会を代表する。
3. 大会実行委員長は大会運営の総責任者として大会会長を補佐し、大会会長が欠けるときは、会長を代行する。

第 10 条(運営部)

1. 運営部は、会場において、選手が円滑に競技に臨めるよう、選手の誘導、受付、開会式の運営、表彰式の運営、控室の準備、片付け等、競技の前後に選手を補佐する。
2. 運営部は、備品の管理を行う。
3. 運営部の担当業務の詳細、組織等は、別に定める運営部実務要項に委任する。

第 11 条(輸送部)

1. 輸送部は、大会役員並びに機材の搬送、リタイア選手の搬送及び駐車場の管理を行う。
2. 輸送部の担当業務の詳細、組織等は、別に定める輸送部実務要項に委任する。

第 12 条(審判部)

1. 審判部は、審判部長及び副審判部長でこれを組織する。
2. 審判部は、選手が公平に扱われ、かつ競技規則を遵守していることを競技中及び競技の前後において審判し、各選手の記録を判定する。
3. 各大会の全役員は、審判部の指示に基づき、前項の審判、判定を行う。
4. 審判部の担当業務の詳細、組織等は、別に定める審判部実施要項に委任する。

第 13 条(広報部)

1. 広報部は、大会の広報を行うための写真の撮影等を行う。
2. 広報部の担当業務の詳細、組織等は、別に定める広報部実務要項に委任する。

第 14 条(救護部)

1. 救護部は、コース上の所定のポイントに常駐し、あるいはコース上を移動して、レスキューマーシャル(救護役員)・本部並びに救護部相互の無線連絡、及び事故発生時に本部への連絡を行い、その指示に従い、要救護選手の救護、搬送を行う。
2. 救護部の担当業務の詳細、組織等は、別に定める救護部実務要項に委任する。
3. 救護部は有事の事故の際は本部の指示によりレスキューマーシャルを統括する。
4. 救護部の元に医療室を設置する。

第 15 条(競技部)

1. 競技部は、フィールドマーシャル(コース配置役員)を中心にコース上の所定のポイントに常駐、あるいはコース上を移動して、競技が公正、公平、円滑かつ安全に行われるように、選手を誘導、応援、並びに競技規則に則った補佐を行う。
2. 競技部役員のポイントにおけるリーダー・サブリーダーをレスキューマーシャルと呼ぶ、救護部から救護の援助の要請があった場合、あるいは要救護選手を確認した場合は、レスキューマーシャルは選手の救護にあたり、本部との連絡を行う。
3. 選手マーシャルは、競技部に所属し、選手として競技に出場しながら、かつ、他の役員への連絡、審判の任務を負う。
4. 競技部の担当業務の詳細、組織等は、別に定める競技部実務要項に委任する。

第 16 条(財務部)

1. 財務部は、本大会の経理を担当し、本大会の収支の管理並びに出納を行う。
2. 財務部の担当業務の詳細、組織等は、別に定める財務部実務要項に委任する。
3. 本大会における役員の謝金、交通費の支払いは財務部の定める財務部実務要項に従う。

第 4 章 競技の場所と施設

第 17 条(会場)

1. 競技会場の場所ならびに使用する施設は、大会実行委員会が定める。
2. 競技会場の設営、施設の管理は、運営部が担当する。
3. 競技会場の詳細は、別表 1 の通りとする。

第 17 条(コース)

1. 競技のコースは、定められたコースを用い、複数のチェック地点を通過する。
2. コースの詳細は、大会実行委員会において決定する。
2. 競技コースの整備、施設の管理は、競技部が担当する。
3. 競技コースの詳細は、別表で定める。
4. 競技コースには、関門および予備関門を設ける。
5. 競技コースの適切なポイントに、点滅灯及び矢印表示等の設置を行う。

第 5 章 競技

第 18 条(競技の日時)

競技の日時は、大会会場及び競技コースを管轄する行政区域との調整の上、大会実行委員会がこれを定める。

第 19 条(選手の服装および装備)

1. 選手は、全コースを安全に完走できる服装で、かつ他の選手、役員、一般のコース利用者に迷惑のかからない服装を着用しなければならない。
2. 選手は、大会受付で渡されたレースナンバー及び計測器具を装着しなければならない。

3. 前項の計測器具は、競技終了後若しくは競技中止後、これを大会役員に返却する。競技に参加しない場合も同様とする。
4. 選手の装備品は、水 2 リットル以上（バックパック収納型のハイドレーションシステム）、防寒具兼用の雨具、行動食、ライト（予備アルカリ･リチウム電池）を推奨する。
5. 前項の必要装備品のほか、選手自身が必要とする装備品は制限しない。
6. 前項の規定にかかわらず、ストック並びにこれに代わる杖等は実行委員会が使用を認めた区間のみで使用できる。その区間以外では、ストック並びに杖等はザックに装着するものとし、手に持って走行することは禁止する。

第 20 条(種目)

1. 本体の競技種目は個人単位で参加し、全コースを制限時間以内に走破するもののみとする。
2. 表彰に関する事項は、別に定める。

第 21 条(制限時間)

1. 競技には定められた関門及びフィニッシュ地点に制限時間を設ける。これを超えた選手はレースを中止し、役員の指示に従い下山しなければならない。

第 22 条(順位の決定)

1. 第 17 条に定めたコースを完走するのに要した所要時間の少ない選手から順位を決定する。
2. 所要時間は計測器具にて百分の一秒まで計測する。
3. 所要時間は、スタート時間から計測を開始し、フィニッシュ地点を通過するまでの時間をいう。
4. 所要時間が同じ選手がいた場合、同着とし、それ以降の選手の順位は、同着選手の人数分これを繰り下げる。

第 23 条(スタート)

1. 本大会において、選手のスタートの時間は、スタートの合図がされた時間とする。

2. 選手はスタート前に、自己の予測される所要時間に従い、スタート地点の指定された場所に、役員の指示に従い、整列しなければならない。

第 24 条(フィニッシュ)

本大会において、選手のフィニッシュの時間は、フィニッシュラインをRSタグが通過した時間とする。

第 25 条(補給)

1. レースは、完全な自律方式(途中にエイドは無い)が理想的だが、安全にレースを運営するために大会主催者側は、最低限必要なエイドを設けることが出来る。
2. 定められたエイドのほか、選手は、水分並びに食糧の補給を、他の選手、役員、応援者などから受けることができない。選手自身による水分並びに食糧の補給も同様とする。

第 26 条(補助行為、助力行為)

1. 選手は、他の競技者、役員、応援者など他者からの競技を行う上で不正に有利になる補助行為並びに助力行為を受けることができない。
2. 前項の補助行為並びに助力行為については、審判部実施要項に定める。
3. 前 2 項の規定にかかわらず、選手の安全を第 1 に置き、事故、傷病における救助、救護行為は、必要最小限のものに限り、これを受けることができる。

第 27 条(走行の方法)

1. 選手は定められたコース以外、走行してはならない。
2. 休憩、仮眠、治療など、安全のため止むを得ずコースを離れなければならない場合は、不正に有利にならないように、コースを離れた場所から再び走行を開始する。

第 28 条(リタイア)

1. 選手は傷病、その他競技の続行ができないと自ら判断した場合、競技をリタイアすることができる。
2. 選手が競技をリタイアする場合は、コース上の役員にリタイアの意思を申し出なければならない。

3. コース上の役員は、リタイア選手の氏名、レースナンバーを確認し、計測器具を回収し、大会本部、審判部長もしくは副審判部長に対し、直ちに報告する。

第 29 条(失格)

1. 故意または過失により、次の各号の一つに該当する選手は、失格となる。
   (1) ゴミをレース中に投棄した選手
   (2) レースナンバーを着用しなかった選手
   (3) 自然保護に違反する行為があった選手
2. 理由のいかんによらず、次の各号の一つに該当する選手は、失格となる。
   (1) 条件を偽って参加した選手
   (2) 競技規則に違反した選手
   (3) 審判および役員の指示に従わなかった選手
   (4) 規定の時間を超えて関門に到着した選手および最終制限時間を超えた選手
   (5) 第 25 条に定める水場(自然水)以外での水補給及び食料等の補給を受けた選手
   (6) 第 26 条の補助行為、助力行為を受けた選手
   (7) 不正行為があった選手
3. 役員は、前 2 項各号の失格となる選手に競技の中止を命じなければならない。

第 30 条(競技の中止)

1. 役員は、選手が競技中、次の各号の一つに該当する場合、競技の中止を命じなければならない。
   (1) 選手が前条の失格に該当する場合
   (2) 選手が傷病その他の事情により競技を続行することが不可能あるいは続行することが著しく危険であると現認した場合
2. 役員は、前項の競技の中止を命じた場合、競技を中止した選手の氏名、レースナンバーを確認し、RSリグを回収し、大会本部、審判部長もしくは副審判部長に対し、直ちに報告する。

第 31 条(競技の停止)

1. 役員は、不可抗力により、選手が第 29 条 1 項各号の結果を生じた場合、この改善を求めるため、当該選手に対し、競技の停止を命じなければならない。
2. 選手は、前項の改善を役員から命ぜられた場合、直ちに改善しなければならない。
3. 役員は、前項の改善を認めた場合、選手に対し選手の再開を宣言する。

第 6 章 表彰

第 32 条(個人表彰)

1. 総合男子および女子の第 1 位の選手には優勝カップ、第 2 位、第 3 位の選手にはメダルを授与する。
2. 総合男子並びに女子及び 10 代、20 代、30 代、40 代、50 代、60 代、70 代の年代別の第 1 位から第 6 位まで選手には賞状を授与する。
3. 前 2 項の総合の入賞者は年代別表彰の対象外とする。
4. 完走者（制限時間 24 時間以内）には、当日、完走証（スプリット、関門記録入り）並びに完走賞を授与する。また、記録集を後日、発送により授与する。

第 32 条(チーム表彰)

1. 個人表彰のほかにチーム表彰をする。
2. 予め、第 6 条の規定に従って、チーム申込を認められたチームについては、チーム構成者の合計時間を算出し、所要時間の少ないチームから順位を決定し、第 1 位から第 6 位までを表彰し、賞状を授与する。
3. 前項の合計時間の算出には、チーム全員が完走しなければならない。

第 33 条（特別表彰）

最多完走者やレース中に救護活動に関わった者など、主催者が認めたものを特別表彰する。

第 34 条(敢闘賞)

最高齢完走者、最年少完走者には敢闘賞を授与する。

第 7 章 抗議

第 35 条(抗議)

1. 選手は、選手の失格、競技の中止等に関し、抗議をすることができる。
2. 抗議は、審判部長または審判副部長に対し、口頭若しくは文書で行う。
3. 審判部長は、抗議の内容及びこれに対する裁定を本大会ホームページで明示する。

付則

1. 当規則の改正は、(公)日本山岳協会競技部の発案に基づき、(公)日本山岳協会理事会の報告をもって行う。
2. 当規則は、平成25年4月日より施行する。
3. 平成25年4月(公社)日本山岳協会競技委員会全国総会にて(公社)日本山岳協会トレイルランニング小委より提起