日本一の富士山に挑戦しょう！

2016 第 14 回 標高差日本一･･･富士山頂往復マラニック

日本一の富士山を、海抜〇メートルから山頂 3776 メートルまで、24 時間以内で往復する
まさに、標高差日本一の大会に挑戦してみませんか。

〇 開 催 日　**2016 年 8 月 5 日(金)～8 月 6 日(土)**　**雨天決行**

〇 集合・受付　富士市”富士川緑地公園”　8 月 5 日(金)　15:00～受付

〇 ｽﾀｰﾄ･ｺﾞｰﾙ　本来の**往復ﾏﾗﾆｯｸ**とは別に**片道ﾏﾗﾆｯｸ**を作りましたので選択してください。
往復ﾏﾗﾆｯｸ 8 月 5 日(金) **18:00 ｽﾀｰﾄ** → 8 月 6 日(土) 18:00 ｺﾞｰﾙ　**制限時間 24 時間**
片道ﾏﾗﾆｯｸ 8 月 5 日(金) **18:00 ｽﾀｰﾄ** → 8 月 6 日(土) 9:00 山頂ｺﾞｰﾙ　**制限時間 15 時間**

〇 コ ー ス　富士川緑地公園スタート→　新五合目→　富士山頂(剣が峰)→　新五合目→
富士川緑地公園ゴール　距離約 115km　(お鉢巡りは含んでおりません)
※片道ﾏﾗﾆｯｸの方は富士山頂(剣が峰)ゴールとなります。

〇 参 加 資 格　『参加者自身が主催者となり、大会を実施するものとし、呼びかけ人は一切の責任を負わないものとする』という条件に同意でき、自己の体調を含む自己管理及び自己責任を持てるランナーであること。完走率約 50%の大変厳しいです。

〇 マラニック方法・注意事項　サポート、エイドはありません。必要なものはすべてﾗﾝﾅｰ自身が持参して走って下さい。途中ﾘﾀｲﾔの時の収容はありません、自力で下山してください。。コース案内標示はありませんのでコースマップに従って走ってください。**富士山を甘くみてはいけません**、雨になったら真冬並みです。**準備と装備は完璧**にお願いします。受付にて装備チェックをします。

こんな呼びかけをして
242 人のランナーと富士山を 24 時間以上楽しみました。

8 月 5 日(金)

朝から準備～車に積込み・・・自宅を 10:00 に出発
富士川緑地公園 12:00 着

受付場所、スタート、ゴール場所決め
スタートしてからの走行コース、ゴールに向かう走行コース等の検討

13:30 受付スタッフ集合
受付場所のセッティング(テント張り、テーブル、イスの配置他)

14:00 から受付開始

17:00 終了
17:15～開会式

山頂お迎え隊は 17:00 出発

18:00 から 50 人づつ時差スタートする
18:00　ゼッケン 1～50　スタート
↓
18:25　ゼッケン 251～277　スタート

ゼッケン 1～50　18:00 スタート

ゼッケン 51～100　18:05 スタート

ゼッケン 101～150　18:10 スタート

ゼッケン 151～200　18:15 スタート

ゼッケン 201～250　18:20 スタート

ゼッケン 251～277　18:25 スタート

スタートを見送って・・・受付場所の撤収

今年も私は
サポート、運営側にまわり 24 時間以上ランナーと楽しみました。

私と S 司さんと T 石さんの 3 人は西臼塚駐車場の給水エイド(34.5km 地点)へ向かう。
今年の給水エイドの水は、裾野の大野路さんの富士山の湧水です。
西臼塚駐車場から約 35km の大野路さんまで汲みに行った。
※裾野の大野路さんはぐるっと富士山一周 100km ウルトラ・マラニックのスタート～ゴール地点
ここの富士山の湧水は抜群においしい水です。

大野路さんまで汲みに行って西臼塚駐車場に着いたのが 10:00 過ぎ
トップランナーは 10:00 前に通過したと言う。昨年よりずいぶん早い。

ここは約 34.5km 地点・・・みなさんまだまだ元気です。
8/5 23:30～8/6 1:00 が通過のピーク
富士山に登るには”水が”とても貴重です。
給水だけではさみしいから
ささやかな食べ物と飲み物を提供するようにした。

※ここに至るまでに、数人の方からリタイヤの連絡を受けた。
富士宮までがとても蒸し暑くて、脱水や体調不良によるものです。

標高の高い西臼塚駐車場は
ちょうど新月だったので星空がすばらしい！　天の川もしっかり見えた。流れ星も見えた。
山頂の続く灯りがよく見えました。

8 月 6 日(土)

3:00 少し前に給水サービス終了して・・・5:00 まで車の中で仮眠した。

西臼塚駐車場から見た富士山

大野路さんに行く途中裾野町から見た富士山

5:30　水を大野路さんまでもう一度汲みに行く。

7:15 西臼塚駐車場から戻って来たら、すでにトップランナーは 6:18 に通過していた。
その後数人通過・・・速いランナーほど元気にゴールに向かって走って行く。

8:00　ゴールのセッティング等の指示のためゴール地点に行く。

9:15 ゴール到着
トップランナーがゴールに向かっているので、急いで
テントを張りゴールエイドのセッティング
ゴール場所に赤のカーペットを敷く、ゴール誘導看板の設置
ゴール係、ゴールエイド係にやることを指示して

西臼塚駐車場の給水エイドにもう一度行く
途中・・・ゴールに向かって走るランナーとすれ違う。
12:00 西臼塚駐車場の給水エイドに着いて聞いたら、もう 80 人くらい通過したと言う。
11:00～13:00 が通過のピーク。みなさん元気にゴールに向かって走り出して行く。
※続々とリタイヤの連絡が入る。

14:00 まで居て・・・再びゴールに
行く途中
ゴールを目指して走っているランナーに「ゴールで待ってます」と声掛けをする。

富士宮・浅間大社前の私設アイスエイドに寄る。
毎年ランナーのためにここでガリガリ君を提供しているのです。
参加者の NAN 藤さんの同級生とその仲間の女性達がおもてなしをしてくれるのです。
ここからゴールまでの 16.5km がとても厳しいのです。
気温 35 度以上の熱地獄の中を、ゴールに向かって走らなければならないのです。
ですから
ここでのアイスエイドは、すばらしいエイドだと感心しております。

ゴールへ行く途中・・・車から見る
暑い中必死でフラフラになりながら、ひたすらゴールに向かっている姿には感動します。
私も何度も走って経験しているから尚更わかるのです。
ゴールに向かう最後の試練です。

15:30 ごろゴール地点に到着した。
すでにゴールした方は、ゆったりとくつろいでビールを飲んでいる人。
もうすぐゴール・・・に向かって走っている人
今、ゴールした方がゴールテープの前でばんざ～い！している人
ゴールエイド係の方が
ゴールしたランナーをおもてなししている。
すばらしい光景です。

ゴール係がランナーを待ってます

ゴールに向かう堤防道路・・・駿河湾が見えます

ゴールに向かってくるランナー

階段を降りて・・・

ゴールしました！バンザ～イ

夫婦でゴールしました！バンザ～イ

あんなに苦しい、厳しいコースを完走(走ったのだから)したのだから
ゴール風景の雰囲気が違います。とても明るいのです。

こうして
制限時間の 18:00 を迎える。
※時差スタートで 18:25 の制限時間の方もおります。

ギリギリでゴールする方
惜しくも4分オーバーした方
何時になっても絶対にゴールする方・・・いろいろありますが
私は
この”諦めない心”をいちばん大切に思っております。
ですから制限時間をオーバーしてもゴールする方は
時間外完走として称えます。
ただし
ゴールの撤収時間は18:30、荷物の預かり時間は19:00までですから
19:00過ぎたら
たった一人でゴールするのです。

19:30片付けを終えて
”2016 第14回富士山頂往復マラニック”完全に終了しました。

結果
エントリー 274人　当日走者 242人　DNS 32人　完走者 109人　完走率 45%

おかげ様で
大した事故もなく無事終了してほっとしております。
参加者の皆様の安全意識とご協力のおかげです。
そして
私一人ではとても運営できません。
運営に協力していただいた
運営スタッフの皆様のご協力のおかげです。感謝、感謝です。

今年はスタート・ゴール場所が急遽変更になり、どうなるかととても心配しておりましたが
何とかみなさんのご協力とご理解で終えることができました。

いろいろと
反省点がありますが、次回に生かしたいと思っております。

参加者のみなさん
“最終確認要項”を読んで守ってくれましたが
右側通行(白線の内側)、歩道を走ると書いてあっても・・・まだ守っていない方が見受けられた。
マイカップ持参と書いてあっても・・・持参してない方が多かった。

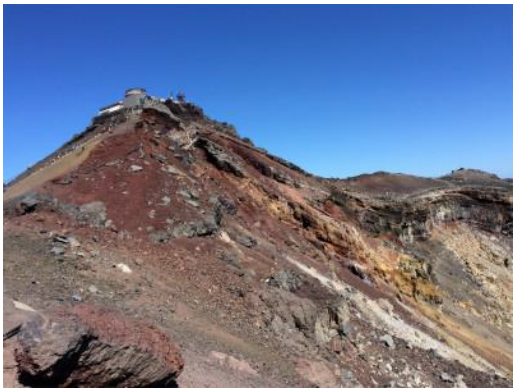
それと・・・参加者からこんな指摘を受けました。
「剣ヶ峰は大渋滞でした。他の登山者の迷惑です、知り合いのハイカーさんが怒ってました、」
「今後は剣ヶ峰をコースから外すようにお願いします」と

富士山頂(日本最高峰富士山剣が峰)の石碑まで行きたいのは山々ですが
他人に迷惑を掛けてまでして剣ヶ峰に登るのは、常識を外れております。
他の登山者が怒るのは当たり前です。

登頂の証(最終確認要項より)
海抜0メートルの**砂、小石、海水**を富士山頂(日本最高峰富士山剣が峰)の石碑の下に掛けてください、
置いてください。たぶん混雑してとても無理だと思いますので、近くに掛けるか　置いてください。
と書いてありますから・・・迷惑のかからない所で”よし”としてください。

今年で14回目となりましたが
年々参加者が増えて”ゼロ富士”と称して、私から離れて一人歩きしているように感じます。
たくさんの参加者に参加していただきうれしい悲鳴ですが
いろいろと問題が発生します。
こんなにすばらしい大会を
これからもできる限り・・・続けたいと思っております。

山頂お迎え隊



参加した方がブログを書いております。

「ほくえんの風」　http://hokuen.blog.shinobi.jp/Date/20160807/1/

「しろくま」　http://ameblo.jp/shirokuma3776/day-20160807.html

「おっさんZ」　http://www.jognote.com/days/40171394

嫁とオイラの“ヘッポコ”ラン日記　http://146.at.webry.info/

コツコツしんごのRUN LIFE　http://shingo4549.com/?p=5321

呼びかけ人　萩田　　博