

## 2024年 御嶽合宿のご案内

1. 日程 : 8月31日(土) ~ 9月1日(日)

2. 集合 **時間 : 8月31日(土) 07:15**

**場所 : 本社バスターミナル**

宿泊先 : 濁河温泉スポーツレクリエーションセンター

3. 持ち物 ☐ ランニングシューズ、Tシャツ&ランパン (2~4セット)、下着(2~4セット)

※服装に関しては各自で現地の天気をご確認の上、ご準備ください。

☐ 防寒具 (最低気温10~15℃見込み)

☐ 雨具 (天候次第)

☐ 時計 (タイム取り各自)

☐ タオル (練習時に必要分)

☐ 初日軽食(途中SAでも購入可)

☐ 初日夜のバジャマ(宿舎にない為、必須)、2日目練習後の服

☐ 歯ブラシ、シャンプー等(宿舎にも有)

☐ 従業員証 (会社駐車場に停める方)

☐ マイコップ (ゴミ低減のためにもご協力を！)

☐ テーブルタップ※あれば

☐ ランニング用ボーチ or リュック (飲料持ちながら走る/歩く用)

☐ 洗濯ネット、洗濯洗剤(洗濯したい人のみ)

☐ [任意]虫対策グッズ(虫除けスプレー等) ※合宿用に購入予定なので、任意とします。

【虫対策】

現地の状況が分かりませんが、服装については各自で対策下さい。

【参考】

一般的に白等の明るい色は、虫が好きな花の色に近いため、虫全般を引き寄せる可能性あり。

【宿泊施設にあり】

シャワー、ホテューザーフ、パスタ皿、フェイスタオル、

ドライヤー、歯ブラシ、自販機

### 4. スケジュール

※練習場所は天候／虫の状況によって臨機応変に変更の可能性があります。その場合BANDにて連絡します

日時	場所	詳細
8/31 [1日目]	6:30	<先登隊>本社BT出発 朝隈・安芸・源馬・尾野の4名
	7:15	本社BT集合
	移動	休憩：恵那峡SA (昼食購入する方はここで)
	11:30	日和田バイランド競技場着
	12:00	日和田バイランド競技場～ チャオ御嶽 道路 練習① 8 km坂道 (ガチ：往復、ファンラン：片道)
	14:00	宿舎へ移動 練習終了
	14:30	宿舎 宿舎着、チェックイン
	15:00	軽食 (往きに各自購入)、温泉、休憩
	16:30	宿舎周辺 (任意練習)ランニングor散歩
	17:45	温泉
9/1 [2日目]	19:00	夕食
	20:00	部屋飲み
	22:00	就寝
	5:30	宿舎 起床
	5:45	宿舎周辺 (任意練習)ランニングor散歩
	6:30	温泉
	7:30	宿舎 朝食・出発準備
	8:30	チェックアウト ※荷物は体育館へ
	8:45	宿～練習場所
	9:00	御嶽パノラマグラウンド 練習② スピード練習予定
	11:00	練習終了～宿へ移動
	11:15	宿舎 温泉・昼食
	13:00	宿出発 休憩：道の駅賤母 + 恵那峡SA (必要に応じ)
	17:00	本社着 解散

### 5. 緊急連絡先

※BANDへ投稿いただいた方が多くの方気づけると思います

和田 090-5806-0337

伊藤(新) 080-9738-5778

役割	名前	参加区分	金員
	後藤 博隆	準シニア以上	10,000
買い出し	寺田 周平	準シニア以上	10,000
買い出し	和田 龍太	準シニア以上	10,000
	伊藤 稜馬	若手・サポーター	8,000
ドライバー	中岡 真一	若手・サポーター	8,000
	戸板 誠詞	若手・サポーター	8,000
先発隊	朝隈 晃生	若手・サポーター	8,000
先発隊	安芸 優一	若手・サポーター	8,000
ドライバー	永尾 大樹	若手・サポーター	8,000
ドライバー	舩田 空	若手・サポーター	8,000
買い出し	杉岡 俊斗	若手・サポーター	8,000
ドライバー & 買い出し	伊藤 新太	若手・サポーター	8,000
買い出し	坂尻 雅	若手・サポーター	8,000
	寺本 彩乃	若手・サポーター	8,000
	大家 瑞希	若手・サポーター	8,000
	山崎 惟吹	若手・サポーター	8,000
先発隊	源馬 功大	新人	5,000
	伊藤 彩世	新人	5,000
	中村 優希	新人	5,000
	工藤 泰丈	部外	12,000
	尾野 貴広	部外	12,000

① 本社バスターミナル(集合場所)



ドライバーの方はこの辺り路駐していただき、  
その他の方は従業員駐車場に停めてから  
こちらに集合してください

## ② オケジッタロード(1日目練習場所)

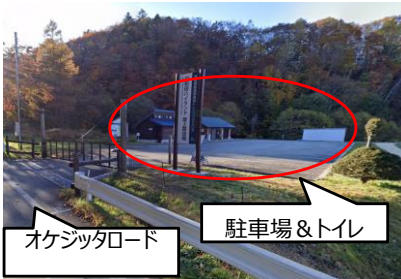


【日和田ハイランド陸上競技場】

〒509-3403

岐阜県高山市高根町留之原日和田ハイランド陸上競技場

豊田松平IC→中津川IC→一般道を経由して目的地まで



オケジッタロード

駐車場&トイレ

日和田ハイランド競技場の駐車場は大体閉まっています（イノシシ侵入防止）ので門を手動であけて入りましょう

日和田ハイランド陸上競技場の横からスタートです  
※途中トイレがないので日和田ハイランドですませましょう

（参考）オケジッタロードの風景



ここスタート、道沿いに走る



6kmあたり分岐点あり！  
**必ず左にいく**こと。まっすぐいくと下るので下ったら間違い！



（上空写真7k〜ゴール）  
7kmからはくねくねとした道だが



ラスト左側にチャオ御嶽の建物がみえたら登りゴール！

【濁河温 509-3 岐阜県下 岐阜県下】

【岐阜県下 509-3 岐阜県下】

新電電機株式会社  
トレーニングセンター

駐車場

〒509-3111

岐阜県下呂市小坂町落合2376-1



④御嶽パノラマグラウンド(2日目練習場所)



配車割り					先発隊	
車種	ヴォクシー	カローラツーリング	ヤリスクロス	C-HR_GR	ヤリスクロス	ハリアー
MAX人数	6	4	4	4	4	4
1(所有者)	寺田	中岡	大家	永尾	伊藤(新)	尾野
2(便乗者)	工藤	戸板	寺本	舩田	伊藤(稜)	朝隈
3(便乗者)	後藤	坂尻	山崎	杉岡	中村	安芸
4(便乗者)	和田		伊藤(彩)			源馬
5(便乗者)						
6(便乗者)						