

SPECIAL SUPPORTER PROFILE

松本 大 (まつもと だい)

父に連れられ幼いころよりスキーと登山に親しむ。
ロードランニングは酸素が薄いほうがタイムが出る。

1983年生まれ 嬬恋村出身
2013・2014年 富士登山競走 優勝
2015・2016年 スカイルンニングアジア選手権 優勝
2018年 スカイルンニング世界選手権 日本代表



GUEST ARTIST PROFILE

X+ (えくす)

日高慎二と澁谷健史のボーカルユニット。嬬恋村観光大使(キャベツ大使)を務める。笑顔がテーマに年間150本以上のライブを開催。全てのワンマンライブがSOLD OUT。作曲家としても全国各地のイベント曲、CM、映画、TV番組など様々な曲を手がけている。



MARRIED COUPLE ENTRY

愛妻家の聖地を夫婦で走ろう!! 10回大会より「夫婦ペア」部門を新設しました。

2016年から始まった嬬恋村の愛妻スポットを巡る観光キャンペーン「妻との時間をつくる旅」の一環として、一昨年から「夫婦ペア」部門を新設いたしました。ぜひ、ご夫婦で参加してマラソン以外にも愛妻家の聖地「嬬恋村」をのんびり巡り、素敵な思い出をつくってください。



対象施設一覧はコチラ



愛妻家の聖地
群馬県♥嬬恋村
www.tsumatabi.com

●夫婦ペアの部にエントリーの場合、対象宿泊施設での前泊が条件となります。(嬬恋村民除く) ●夫婦ペアにエントリーのご夫婦は手をつないでゴールしてください。 ●夫婦の絆が深まる嬬恋村オリジナルの「夫婦円満御守」などをプレゼントします。 ●愛妻家の聖地「嬬恋村」を巡るスタンプラリーも実施しています。

ACCESS MAP

電車 (東京方面から)

東京駅 ▶上越・北陸新幹線 (50分) ▶高崎駅 ▶JR吾妻線 (1時間30分) ▶万座・鹿沢口駅 ▶会場
東京駅 ▶北陸新幹線 (1時間10分) ▶軽井沢駅 ▶万座・鹿沢口駅行きバス (60分) ▶万座・鹿沢口駅 ▶会場

電車 (大阪方面から)

新大阪駅 ▶東海道新幹線 (2時間40分) ▶東京駅 ▶上越・北陸新幹線 (50分) ▶高崎駅
▶JR吾妻線 (1時間30分) ▶万座・鹿沢口駅 ▶会場

会場へは、シャトルバス・タクシーをご利用ください(約30分)。シャトルバスについてはコチラ
※7月5日(大会当日)は、万座・鹿沢口駅からのシャトルバスはございません。



自動車 (東京方面から)

練馬IC ▶上信越自動車道 (90分) ▶碓氷軽井沢IC ▶国18・国146・県235・県112 ▶会場 (60分)
練馬IC ▶関越自動車道 (70分) ▶渋川伊香保IC ▶国17・国353・国145・国144・県112 ▶会場 (110分)

自動車 (大阪方面から)

西宮IC ▶名神高速道路 (2時間10分) ▶小牧JCT 中央自動車道 (2時間) ▶岡谷JCT ▶長野自動車道 (50分)
▶更埴JCT ▶上信越自動車道 (20分) ▶上田菅平IC ▶国144・ハノラライン南ルート ▶会場 (60分)
県235・県112



INFORMATION

大会に関するお問い合わせ 〒377-1524 群馬県吾妻郡嬬恋村鎌原710-136 嬬恋高原キャベツマラソン実行委員会事務局(嬬恋村役場観光工課内)
TEL.0279-82-1293 FAX.0279-97-3720 平日8:30 ~17:15 ☎ http://www.cabbage-marathon.jp/
☎ http://www.facebook.com/tsumagoi.cabbage.marathon

宿泊に関するお問い合わせ 一般社団法人 嬬恋村観光協会 TEL.0279-97-3721 ☎ https://www.tsumagoi-kankou.jp/



第13回 嬬恋高原キャベツマラソン (ハーフマラソン/10km/5.4km/2km)

7.5

[SUN]

【主催】 嬬恋高原キャベツマラソン実行委員会・嬬恋村 【共催】 JA嬬恋村・一般社団法人嬬恋村観光協会・嬬恋村商工会・嬬恋村スポーツ協会 【メインスポンサー】 JA 嬬恋村 【特別協賛】 チョコレ 【後援】 群馬県吾妻振興局・公益財団法人群馬県観光物産国際協会・朝日新聞前橋総局・FM GUNMA・共同通信社前橋支局・群馬テレビ・上毛新聞社・東京新聞前橋支局・毎日新聞前橋支局・読売新聞前橋支局・日本愛妻家協会 【協力】 関東森林管理局吾妻森林管理署・環境省万座自然保護官事務所・吾妻行政税務事務所・中条土木事務所・吾妻広域消防西部消防署嬬恋分署・嬬恋村教育委員会・嬬恋村議会・大笹区・田代区・千俣区・嬬恋村文化協会・嬬恋村スポーツ推進委員・嬬恋村連合婦人会・嬬恋村連合若妻会・バラキ高原出荷有限責任事業組合・田代そざい出荷有限責任事業組合・大笹そざい出荷有限責任事業組合・大笹上組出荷有限責任事業組合・長井出荷有限責任事業組合・千俣牧野農業協同組合・嬬恋村交通指導員・西吾妻交通安全協会嬬恋支部・群馬県立嬬恋高等学校・嬬恋村立嬬恋中学校・嬬恋村診療所・嬬恋ライオンズクラブ・嬬恋農団・バラキ高原観光協会・万座温泉観光協会・鹿沢温泉観光協会・浅間高原観光協会・今井ボランティアの会・嬬恋村食生活改善推進協議会・一般社団法人嬬恋軽井沢自然倶楽部・東海大学嬬恋高原研修センター・無印良品カンパニー・嬬恋キャンプ場・バルコール嬬恋2号(株)・おちよんきねっと

大会に関するお問い合わせ 嬬恋高原キャベツマラソン実行委員会事務局(群馬県 嬬恋村役場観光工課内) TEL.0279-82-1293 (平日8:30~17:15)
宿泊に関するお問い合わせ 一般社団法人 嬬恋村観光協会 TEL.0279-97-3721 ☎ https://www.tsumagoi-kankou.jp/

www.cabbage-marathon.jp

☎ http://www.facebook.com/tsumagoi.cabbage.marathon



marukome

Runners Chip

RUNNET 申込サイト



No.1 HARD RACE. CABBAGE MARATHON 13 TSUMAGOI HIGHLAND JULY 5 2020

大会要項

開催日	開会式
2020年7月5日(日)雨天決行	午前8時

会場
東海大学嬬恋高原研修センター多目的グラウンド

駐車場
パルコールつま恋リゾート 駐車場 ※駐車台数には限りがありますので、乗り合わせでのご来場にご協力ください。※カーナビを使用の場合はホテル名、電話番号での検索はおやめください。[パルコールつま恋リゾート]で検索してください。

コース
バラギ高原 パノラマライン北ルート 高原コース

定員
総エントリー数 3,500件(入金先着順)

エントリー締切
 5月15日(金)取扱分有効 ※募集期間内であっても定員に達した時点で締め切ります。  現金書留・事務局持参 5月15日(金)必着

距離・番号・部門・参加料・スタート時間				
距離	番号	部門	参加料	スタート時間(予定)
ハーフ	01	男子 高校生以上	4,500円	9時00分
	02	女子 高校生以上		
10km	03	男子 高校生以上	9,000円	9時20分
	04	女子 高校生以上		
5.4km	05	夫婦ペア	2,500円 (嬬恋村民 1,000円)	9時40分
	06	男子 高校生以上		
	07	女子 高校生以上		
2km	08	男子 中学生	5,000円 (嬬恋村民 2,000円)	9時47分
	09	女子 中学生		
	10	男子 小学生		
	11	女子 小学生		
	12	親子ペア (子どもは小学生以下)		

※制限時間は号砲を基準とします。※正式なスタート時間は「参加通知書」でお知らせします。

参加資格

■本大会に賛同し、アマチュア競技者で健康な方で参加者義務・注意事項に同意いただける方。■ハーフの部は3時間以内で完走できる方。ハーフの部以外はハーフの部終了までに完走できる方。■親子ペアは家族2人1組でエントリーしてください。子どもは小学生以下であることが条件です。親子ペア・夫婦ペアは手をつないでゴールしてください。■高校生以下は保護者の同意が必要です。■障害をお持ちの方で単独走行が困難な方は伴走者(参加料無料)を1人つけることができます。(盲導犬の伴走不可)主催者側では伴走者は手配できませんのでご了承ください。詳しくは、事前に大会事務局へお問い合わせください。■車椅子での参加はできません。

受付

事前に自宅等へ送付される「参加通知書」と引き換えに、ゼッケン・ランナースチップ等を受け付けてお渡します。◎大会前日:7月4日(土)午後3時～午後5時(大会会場受付ブース) ◎大会当日:7月5日(日)午前5時～午前8時(大会会場受付ブース)

※大会当日の受付ブースは大変混み合いますので**大会前日受付**にご協力をお願いします。

表彰・特別賞

■下記の区分により種目別に1位～6位に賞状と副賞を授与。(1位～3位まではメダルも授与)

男子区分	高校生以上29歳以下、30歳代、40歳代、50歳代、60歳以上、中学生、小学生4年～6年、小学生1年～3年
女子区分	高校生以上34歳以下、35歳～49歳、50歳以上、中学生、小学生4年～6年、小学生1年～3年

※親子ペア・夫婦ペアには区分はありません。

■男女別最高齢賞・南北遠来者賞

参加者義務・注意事項

※大会申込者は、下記の規約にご同意の上、お申し込みください。

①主催者は、災害、事件・事故、疾病等により、大会を中止・縮小することがあります。なお、中止・縮小の際は、参加料は返金しません。②お申し込み後の内容変更はできません。また、出場取り消しや不参加についての参加料の返金はしません。③参加者は事前に医師の健康診断を受け、自己の責任において健康状態を確認しておいてください。(標高1,200m以上の高地でのマラソン大会となります。持病等をお持ちの方は、必ず医師に相談してください。)④審判員がレース続行不可能と判断した参加者、また、他の参加者への妨害(背走、変速走など)になると判断した参加者は、走行を中止させることがあります。⑤主催者で参加者全員の保険に加入しますが、内科疾患などによる入院等については保険は適用されません。競技中の事故等については、保険の適用範囲内となります。⑥当日は健康保険証を必ず携帯してください。⑦代理出走は一切認めません。仮に代理出走が発覚した場合は出走を取り消します。また、代理出走は保険適用の対象外となります。⑧参加者は競技中に撮影された写真が大会パンフレットなどの印刷物や大会公式ホームページに使用されることを事前に承知し、肖像権については主催者に一任しなければなりません。また、参加者名簿および競技結果のプログラム、新聞等への掲載も同様に主催者に一任することになります。⑨ランナースチップ(タグ)はゴール後に回収します。ランナースチップを紛失した場合は損失分を請求します。⑩駐車場等での事故、盗難については、一切の責任を負いません。⑪大会当日の公共交通機関、道路事情等による遅刻について、主催者は一切責任を負いません。⑫事前の練習の際は、農耕車(トラクター等)には十分ご注意ください。⑬大会に参加できなかった方には参加賞(キャベツ除く)をお渡しします。参加通知書をご持参の上、大会翌日以降に大会事務局までお越しください。(大会終了後1ヶ月間)持参できない場合はご相談ください。⑭主催者は個人情報の重要性を認識し、個人情報の保護に関する法律・関連法令等を厳守し、主催者の個人情報保護方針に基づいてこれを取り扱います。お預かりする個人情報は大会参加者へのサービス向上を目的とし、各種参加者案内、記録通知、次回大会の案内、大会協賛・協力・関係各団体からのサービス提供、記録発表(ランキング等)に利用します。また、委託先から申込内容に関して確認させていただく場合があります。⑮夫婦ペアの部にエントリーの場合、対象宿泊施設での前泊が条件となります。(嬬恋村民除く)

参加賞・特典

参加賞・完走証

参加賞として、『キャベツマラソンオリジナル ドライバッグ』と『嬬恋高原キャベツ1個』をプレゼントします。デザインに関してはオフィシャルホームページまたはFacebook等でご報告いたします。

防水で軽量のドライバッグは、小さくたたためてショルダー付なので持ち運びに便利。スマホや着替え、タオル等を入れれば、レース中の急な雨にも安心!

◎完走者には大会当日に完走証を発行します。



気になる
デザインは
お楽しみに!

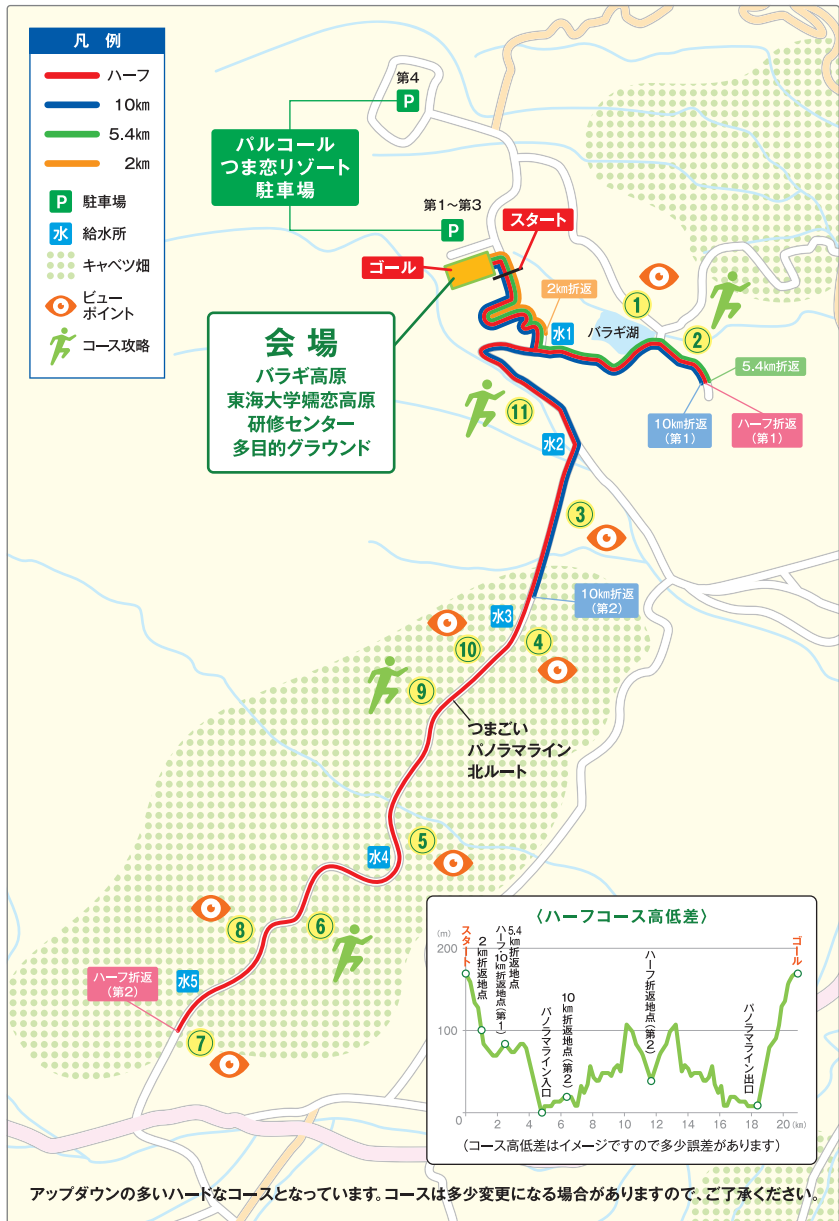
参加料キャッシュバック宿泊特典

大会前日、嬬恋村観光協会会員施設にお泊まりの場合、1件につき参加料のうち500円をキャッシュバックいたします。なお、キャッシュバック対象施設につきましては、嬬恋村観光協会へお問い合わせください。

【宿泊に関する問い合わせ先】
一般社団法人 嬬恋村観光協会
TEL.0279-97-3721 公式ホームページ



コース案内 開催エリア



アップダウンの多いハードなコースとなっています。コースは多少変更になる場合がありますので、ご了承ください。

嬬恋村出身のプロスカイランナー 松本 大さんからのメッセージ



私が育った嬬恋高原の大地。ここを何千名ものランナーが踏みしめると考えただけでワクワクします。大自然と人々がつくった雄大な景色。新鮮なキャベツや郷土料理の味。地元の人々の温かい応援。ランニングというスポーツを通して、嬬恋高原の魅力をたくさん発見してください!! 今年も一緒に走ります!!

松本 大が薦めるビューポイント&コース攻略法

- 景色はまるで北海道!! バラギ湖周辺はキャンプ場のアウトドア活動に最適♪
- ちょっとした登り坂。ここで「空気の薄さ」と出会えるかも♪
- 往路の名峰。浅間山が目の前に!! 嬬恋高原は火山活動でできた地形。山麓には緑豊かな別荘地が広がる♪
- レースの主役、キャベツ畑の真っ只中を走る。キャベツはひとつひとつ手作業で収穫する。農家の皆さんに感謝♪
- 嬬恋村で最高の景色ならココ!! 「キャベツ畑の中心で妻に愛を叫ぶ」の会場だ♪ レース途中、丘に登ってもOK!! 深呼吸しながら雄大な景色を眺めよう!!
- 心が折れやすい長めの登り坂。「キャベツ、キャベツ…」と心の中で唱え続けられ、いつの間にか終わるはず!
- 折り返し地点、真正面に聳えるのは鹿沢の山々。千年以上の歴史を誇る鹿沢温泉は鉄分豊富♪ マラソン後の疲労回復にオススメです!
- 谷間から見えるのはキャベツ栽培が盛んな田代地区。お盆祭りには「キャベツ神輿」も登場する。
- 繰り返すアップダウンの連続。ドライブ気分景色を楽しみながら走ろう!!
- 復路の名峰、草津白根山が目の前に!! 山麓にわく万座温泉は白濁した硫黄泉♪ 心の疲れもリフレッシュしてくれる♪
- 大会名物、ラスト2kmの上り坂!! 嬬恋村民にとっては「普通の坂」です♪

申込方法

- ◎総エントリー数は3,500件で入金先着順です。募集期間内であっても定員に達し次第、締め切りますので早めのエントリーをおすすめします。
- ◎嬬恋村民で小学生・親子ペアにエントリーの方はRUNTESでのエントリーはできません。大会事務局での受付をお願いします。
- ◎夫婦ペアの部にエントリーの場合、対象宿泊施設での前泊が条件となります。

申 込 手 段		エントリー手数料	注 意 事 項	
1	RUNTES インターネット スマートフォン 5月15日(金)締切	http://runnet.jp/ 嬬恋高原キャベツマラソン 検索	4,000円まで220円 4,001円以上5.5% (すべて税込)	○ 事前に会員登録が必要になります。(登録料無料) ○ パソコンまたはスマートフォンから左記のURLにアクセスし、大会エントリーページの指示に従ってお申し込みください。支払方法は、お申し込みの際にお選びいただけます。(クレジットカード、コンビニ、ATMなど) ◎ お申込入金後、エントリー完了となります。ご入金がない場合はエントリーされません。 
2	現金書留 5月15日(金)締切	嬬恋高原 キャベツマラソン 実行委員会事務局 〒377-1524 群馬県吾妻郡 嬬恋村鎌原710-136 嬬恋村役場観光商工課内 TEL.0279-82-1293	なし	○ 専用申込書に必要な事項を記載のうえ、参加料を添えて実行委員会事務局宛にお送りください。締切日必着。郵送料はご負担ください。 ○ 申込書は事務局に取りに来ていただくか大会ホームページからダウンロードしてください。定員に達した場合は参加料から郵送料を差し引いた金額を返金します。
3	大会事務局 直接持参 5月15日(金)締切			○ 受付時間は、平日の午前8時30分から午後5時15分まで。 ○ 申込書は事務局に取りに来ていただくか大会ホームページからダウンロードしてください。

1) 募集期間内でも定員に達した時点で募集を締め切ります。定員に達した場合は、ホームページ等でお知らせします。2) 大会事務局への電話、メール等による申込状況、照会等はできませんのでご了承ください。3) 郵便事情、インターネット機器・回線の不具合による申し込みの遅れについて、主催者は一切の責任を負いません。4) インターネットからのお申し込みの際、ご利用の端末機、OS、ブラウザソフトによってはお申し込みできないことがあります。

【個人情報の取り扱いについて】主催者は個人情報の重要性を認識し、個人情報の保護に関する法律及び関連法令等を厳守し、主催者の個人情報保護方針に基づき、個人情報を取り扱います。大会参加者へのサービス向上を目的とし、参加案内、関連情報の通知、大会協賛・協力・関係各団体からのサービスの提供、記録発表(ランキング等)に利用いたします。また、主催者もしくは委託先からの申込内容に関する確認や連絡をさせていただくことがあります。