

シューペル・ランドネ福島(Super Randonnée 600km Fukushima)

参加案内

2021/9/8

- 目次 -

I. シューペル・ランドネ (Super Randonnée) とは	1
II. 開催概要	2
III. コースについて	3
IV. 申込から出走まで	4
1. 参加資格	4
2. 使用自転車	4
3. 必須装備	4
4. 推奨装備	5
5. 申込方法	5
6. 参加受理	5
7. 出走日時の変更	5
V. 出走からゴールまで	5
1. 出走場所	5
2. 走行	5
3. PC(コントロール : Poin de Controle)での通過証明の取得	5
4. リタイアする場合	5
5. ルート情報ご提供のお願い	5
VI. 完走申請と認定手続き	6
1. 完走申請	6
2. 完走申請の受理	6
3. 認定申請手続き	6
4. 完走記念メダルについて	6
5. ブルベカードとレシート類の返送	6
VII. AR 日本橋 連絡先	6

I. シューペル・ランドネ(Super Randonnée)とは

AUDUX JAPAN ホームページより転載のうえ、補足説明を追加しております。

1. 概要

シューペル・ランドネ(Super Randonnées : SR600)はACP(Audax Club Parisien *1)によって創設されたブルベの新しいカテゴリーで、2009年に最初のルートが設けられました。

フランスの伝統的なBRM(Brevets de Randonneurs Mondiaux *2)とFFCT(Federation Francaise De Cyclotourisme *3)の元で古くから行われているBMCF(Brevet cyclo-montagnard francais *4)の考えを取り入れて作られたもので、距離は600km、累積標高は10,000m以上になる山岳パーマネント(山岳路主体の常設されたコースを走るブルベ)です。

*1 Audax Club Parisien(オダックス・クラブ・パリジャン)

1904年にパリで設立。BRM(*2)を創設し、200kmから1000kmのBRMを認定する。また、パリ・プレスト・パリを主催・認定する。

*2 Brevets de Randonneurs Mondiaux(ブルベ・ド・ランドヌール・モンディオ)

Audax Club Parisien(オダックス・クラブ・パリジャン)が規定・認定するブルベ。

*3 Federation Francaise De Cyclotourisme (フランス・シクロツーリズム連盟)

フランスで最初に創設された自転車旅行連盟で、13の地域委員会と95の部門委員会で組織され、国内の3,200の自転車旅行クラブと12万人の会員を統括する。

*4 Brevet cyclo-montagnard francais(ブルベ・シクロモンタナー・フランセ)

1965年からフランスで開催されている山岳ブルベで、国内の5つの山塊(アルプス山脈、ジュラ山脈、中央山塊、ピレネー山脈、ヴォージュ山脈)で、それぞれ距離は180kmから220kmの範囲内で、累計標高は3,600Mから4,200Mのコースで行われる。

2. 特徴

山岳地帯を主たるルートとするSR600は、厳しい登坂が続くことから、過酷でチャレンジングであると同時に、山岳の美しい景色を楽しむことができるコースとなっています。

出走種目は、ランドヌール部門(制限時間60時間)とツーリスト部門(制限時間 最長8日間(1日平均75km以上の走行が必要))の2つから選ぶことができます。

通常のブルベ(BRM)との違いはルートが厳しいことに加えて、パーマネント(=常設されたコースで行われるブルベ)だということです。パーマネントは、主催者が定めた日時に1回だけ開催されるものではなく、永続的にコースが設けられ、いつでも出走者が希望する日時に出走することができます。通常のブルベに比べ多くの自由度が得られる代わりに、出走者自身の事前準備と多くの判断が必要になることも特徴になります。

3. 出走日時

通常のブルベ(BRM)との最も大きな違いは、自分で出走日時を決められることです。通常のブルベ(BRM)の場合には、主催者が季節を考慮して開催日を設定しますが、SR600は季節による天候状況など様々な要素を自分で考えて日時を決めます。ルートには冬期通行止め区間が含まれることもあります。

4. ルート確認

通常のブルベ(BRM)は主催者が実施直前に下見や試走をし

てルートを確認をします。それに対して、出走日時を出走者自身が決めるSR600は、主催者が出走者のためにルート確認をすることはありません。

主催者は事前に冬期通行止めなどの情報を提供しますが、通行止め期間は年によって変わるものであり、また道路工事や災害その他行事などで通行止めになることもあります。ルートが走行可能かどうかは出走者自身が事前に確認しなければなりません。

単独あるいは家族や知人とツーリングするとき、走行可能かどうか調べるのと同じように、SR600も自分でルートが走行可能かを確認する必要があります。

5. 保険

SR600出走には賠償保険加入が義務付けられます。出走者は自分の責任でブルベカードの有効期間を満たす賠償保険に加入しなければなりません。公道を走るサイクリングは本人が安全走行を心がけていても大きなリスクが伴います。自分のケガだけでなく、他人をケガさせたり、他人の財物に損害を与える危険性に備え、保険加入は必須です。

オダックス・ジャパンは“BRM出走に必要な賠償付き保険”を定めています。賠償責任保険金額は1億円以上としています。(詳細案内 <https://www.audax-japan.org/brm/insurance/>)

6. 厳しいルート

通常のブルベ(BRM)には累積標高の決まりはありませんが、一部の人がしか完走できないような厳しいルートは避けられています。それに対して、SR600は累積標高10,000m以上なければルートとして認められません。しかし、厳しいルートであるものの、SR600はヒルクライムの速さを競うなど、限られたエリートライダーのために実施されるものではありません。

SR600はランドヌール部門とツーリスト部門があり、出走種目を選べるようになっています。

ランドヌール部門には制限時間がありますが、600kmブルベの40時間に対してSR600は60時間です。ルートが厳しい分だけ制限時間を緩和して、あまりにも無理な走り方をしないように、一部エリートライダーしか完走できないということがないように配慮されています。

またランドヌール部門で出走し、制限時間をオーバーしてフィニッシュした場合にはツーリスト部門での認定が受けられるようになっています。ランドヌール、ツーリストどちらで走ったとしても、完走することが重要なのであって、競い合うものではないのです。

*ツーリスト部門の制限時間:最長8日間(1日平均75km以上の

走行要)

7. PC(コントロール:Poin de Controle)

SR600では、すべてのPCは無人であり主催者が待機することではなく、スタートとフィニッシュ地点にも誰もいません。

BRMにはPCにオープン・クローズ時刻がありますが、SR600は単に通過確認のみでオープン・クローズ時刻の設定はありません。

SR600は、峠の標識などと自転車を一緒に写真に撮って主催者に提出する写真確認がメインになります。具体的な方法はSR600主催者のサイトをご覧ください。

8. 走行時のトラブル

SR600は個人的なサイクリングと見なされます。走行時のメカトラブル、事故などあらゆることに対して出走者自身が判断して対処しなければならず、主催者がサポートすることはありません。Audax Japan、主催クラブ、主催者はいかなる事故に対しても責任を負いません。

9. 関連規定

・シューペル・ランドネAJ規定:<https://www.audax-japan.org/brevet/super-randonnees/super-randonnees-rule/>

II. シューペル・ランドネ福島 開催概要

- サブタイトル : うつくしま。これだけ走ってもまだ半分
- カテゴリー : シューペル・ランドネ (Super Randonnees SR600km)
 - ・ランドヌール部門: 制限時間 60 時間
 - ・ツーリスト部門: 連続した複数日、かつ 1 日平均 75km 以上(最長 8 日) 走行
- 実施日
 - ・ 通年*
 - ・ スタート日時は参加者が任意に決定
 - * ただし、ルート上の冬期通行規制・冬季閉鎖発生区間(磐梯吾妻スカイライン 11 月中旬-4 月上旬など)が規制
 - ・ 閉鎖中は出走不可
- コース概要
 - ・ 郡山-母成峠-福島-浄土平-磐梯山(滑滝展望台)-猪苗代湖(南岸)-会津若松-喜多方-白布峠-米沢-JR 峠駅-伊達川俣町-田村市都路-小野-いわき-川内村-三春-郡山
 - ・ 距離: 600. 6km、累計標高: 10, 268m
- コース地形 : 難易度 5 : 山岳(厳)
- 申込期間
 - ・ 通年*
 - ・ 走行予定日の 30 日前までに申込と参加費送金が完了していること。

- * ただし、ルート上の冬期通行規制・冬季閉鎖発生区間（磐梯吾妻スカイライン 11月中旬～4月上旬など）が規制・閉鎖中は出走不可

6. 参加費 : 1,200 円

7. 参加資格

- 1) グランfondなどの完走経験のある 20 歳以上のサイクリスト（600km 以上のブルベ完走経験があることを推奨）。
- 2) 山深い山岳路でのアクシデント発生の際に自己対応できること。
- 3) オダックス・ジャパンホームページに掲載の BRM/AJ 規定・Super Randonnee 案内・シューペル・ランドネ/AJ 規定を熟読し理解していること。

- ・ BRM/AJ 規定

<https://www.audax-japan.org/brevet/brm/brm-part-regulation/>

- ・ Super Randonnee 案内ページ

<https://www.audax-japan.org/brevet/super-randonnees/>

- ・ シューペル・ランドネ/AJ 規定

<https://www.audax-japan.org/brevet/super-randonnees/super-randonnees-rule/>

- 4) AR 日本橋 HP に掲載の AR 日本橋参加案内、本書 SR600 福島参加案内を熟読し理解していること。

- ・ AR 日本橋参加案内

- 5) オダックス・ジャパンが定める“BRM 出走に必要な賠償付き保険”に加入していること。

（2018 年より賠償責任保険金額が 5 千万円以上から 1 億円以上に引き上げられました。詳細案内 <https://www.audax-japan.org/brm/insurance/>）

- 6) AR 日本橋が定める[責任・リスクの負担・及び補償の免除と権利放棄書]に記載された内容を理解し、同意していること。

8. 申込 : エントリーフォームより申込

- ・ 準備中

9. 参加受理など

- ・ エントリーフォームより申込、かつ参加費の送金確認完了後、1 週間以内に参加受理メールを返信します。
- ・ 出走日時の 2 週間前迄に郵送にてブルベカードとフレームバッチを発送します。
- ・ 随時、ホームページの案内ページ最下段にアップされたキューシート、コマ図をダウンロードして下さい。（キューシート、コマ図は申込者限りの公開と致します）

10. コース詳細

- ・ 概略地図



- ・ コントローラー一覧

（https://www.ar-nihonbashi.org/wp-content/uploads/2021/03/SR600%E7%A6%8F%E5%B3%B2_%E3%82%B3%E3%83%B3%E3%83%88%E3%83%AD%E3%83%BC%E3%83%AB%E4%B8%80%E8%A6%A7-1.pdf）

- ・ ridewithgps <https://ridewithgps.com/trips/26922283>

- ・ openrunner <https://www.openrunner.com/r/8927047>

11. 走行プラン例（ランドヌール部門、都内発の場合）制限時間

60 時間 = 2 日+12 時間

1) 前泊プラン(郡山へ前泊)

- ・ 0 日目: 郡山泊
- ・ 1 日目: 郡山-喜多方 247km 4 時発 22 時着、18 時間走行 (avg13.7km)、6 時間ホテル滞在
- ・ 2 日目: 喜多方-いわき 256km 4 時発 22 時着、18 時間走行 (avg14.2km)、8 時間ホテル滞在
- ・ 3 日目: いわき-郡山 96.4km 6 時発 14 時着 8 時間走行 (avg12km) ゴールリミット 16 時

2) 当日発プラン

- ・ 1 日目(移動): 東京→7:32/JR 新幹線やまびこ 125 号・仙台行/8:55→郡山着
- ・ 1 日目(走行): 郡山-猪苗代 168km 10 時発 22 時半着、12.5 時間走行、5.5 時間ホテル滞在 (avg13.7km)
- ・ 2 日目: 猪苗代-川内 271km 4 時発 23 時着 19 時間走行、7 時間ホテル滞在 (avg14.2km) ※旅館 3 軒あり
- ・ 3 日目(走行): 川内-郡山 160km 6 時発 19 時半時着 13 時間半走行(avg12km) ゴールリミット 22 時
- ・ 3 日目(移動): 最終 郡山→22:24/JR 新幹線やまびこ 60 号・東京行(指定席)/23:44→東京

注1) 鉄道情報はJR東日本のホームページの正確な時刻表を確認願います。

Ⅲ. コースについて

1. コース立案のきっかけ

かつてAJ宇都宮ブルベで開催された、2007年のBRM607宇都宮600km(「ムラガール(村が有る)ブルベ)でのルート:国道399号線を一部だけでも走りかけたことが、きっかけでした。原子力発電所事故による帰宅困難区域への自転車通行規制により、当地での通常のブルベ形式でのイベント開催が難しい中、少しでも多く阿武隈を走る機会を作りたいという思いが発展し、本コースの立案に至りました。(AR 日本橋 坂東)

2. コース紹介

スタートは事実上の県都である郡山。東西南北からのアクセスも良く東京からも新幹線で最速1時間17分です。

戊辰戦争で有名な母成峠(ぼなりとうげ)、東北地方の天気予報で一番寒い気温の鷲倉温泉(土湯峠)と進み、一度福島市へ降りてからは福島市民クライマーのメッカの高湯温泉へクライム。文字通り空へ登るような磐梯吾妻スカイライン、中津川溪谷が美しい磐梯吾妻レークライン、間近に磐梯山を望む磐梯山ゴールドラインの3つのビューロードを走りぬけます。

日本第4位の大きさの猪苗代湖(標高500mでこれだけ大きい湖は猪苗代湖だけ)をぐるりと回り体力回復させたら、背炙山(せあぶりやま)から白虎隊で有名な鶴ヶ城。おもてなしの心を重んじる会津若松、朝ラーで有名な喜多方、そして再び桧原湖畔(ひばらこはん)から裏磐梯山の険しい表情を拝んだ後は、西吾妻スカイパレーで上杉鷹山の米沢へ。

伊達政宗ゆかりの旧米沢街道で峠駅を目指し、スイッチバックの名残駅を見ながらつきたての力餅を。栗子トンネルを十分注意して県庁のある福島市街を抜けたら、静かな阿武隈山系へ。ふくしまのバスカ地方と呼ばれるほど自転車が盛んな東和針道(とうわりみち)のアップダウンをやり過ごし、葛尾村からいよいよ国道399号へ。

酷道を楽しみ、りかちゃんキャッスルのある福島県のへそ:小野町、背戸峨朗(せどがろう)のある夏井川溪谷を駆け下りていわきから嘘みたくにきつい399号を再び駆け上り、梅桃桜がいつぱんに咲いて春が来る三春(みはる)の滝桜を抜けたら郡山へゴール。

よくもまあこれほどエゲツナ〜イルートを(笑)。北海道、岩手に次いで日本で3番目に大きな福島県は、これだけ走ってもまだ半分しか回れません。全国の坂猛者の来福をお待ちしております。

(ランドヌール宮城 ちゃりけんさん)

3. キューシート、コマ図

- ・キューシート
- ・コマ図(後日アップ予定)

(限定公開:恐れ入りますが、出走申込された方限定の公開

とします)

7. 交通情報

- a. 福島県道路総室 路通行規制情報

<http://www.pref.fukushima.jp/douro/kisei/kisei-list.htm>

- b. 磐梯吾妻スカイライン交通情報

<https://www.pref.fukushima.lg.jp/sec/41310a/bandaiazumaskyline.html>

- c. 福島県原発事故による避難指示区域の状況

<https://www.pref.fukushima.lg.jp/site/portal/list271-840.html>

- c. 山形県の通行規制情報

<https://www.pref.yamagata.jp/doro/>

Ⅳ. 申込から出走まで

1. 参加資格: 本書 p.3 II. 7. 参照

2. 使用自転車

- 1) 人力のみで駆動し、日本の公道で乗車することが法的に認められているものであれば、どのような自転車でも使用できます。
- 2) 電動アシスト自転車、およびスケートボードなど遊具に分類されるものでの参加は認められません。

3. 必須装備

- 1) 前照灯2灯(AR日本橋が主催するすべてのBRM・走行会においては、前照灯2灯必須とする)*
 - 2) 尾灯(常時点灯式のものとし点滅式や反射式は不可とする)
 - 3) ベル
- 注) 以上は常時自転車に固定して装着されたものとする
- 4) ヘルメット
 - 5) 蛍光色の反射ベスト
 - 6) ヘルメット尾灯(点滅可)(AR日本橋が主催するすべてのBRM・走行会においては、ヘルメット尾灯必須とする)*

*印はAR日本橋オリジナル規定

- 7) 出走日時の2週間前迄に郵送されるフレームバッチ(常時自転車に固定して装着)、ブルベカード(常時携行)。

4. 推奨装備

- 1) ヘルメットライト(夜間走行時のランドマーク確認、対向車からの視認性向上に役立ちます)
- 2) バックミラー(路上駐車回避時の後方確認などに役立ちます)

5. 申込方法

- 1) 出走種目の決定

① 出走種目は、ランドヌール部門(制限時間60時間)とツーリスト部門(制限時間最長8日間(1日平均75km以上の走行要))の2つから選ぶことができます。

② ランドヌール部門で出走し制限時間を超過して完走した場合でも、ツーリスト部門での完走認定を受けることができます。

2) 出走日時の決定

① 季節による道路や天候状況など様々な要素をご自身で考えて出走日時を決めて下さい。

② ルート上の冬期通行規制・冬季閉鎖発生区間(磐梯吾妻スカイライン 11月中旬-4月上旬など)が規制・閉鎖中は出走不可となります。各自、下記のページなどでルートを確認願います。

a) 福島県道路総室 路通行規制情報

<http://www.pref.fukushima.jp/douro/kisei/kisei-list.htm>

b) 磐梯吾妻スカイライン交通情報

<https://www.pref.fukushima.lg.jp/sec/41310a/bandaiazumaskyline.html>

c) 福島県原発事故による避難指示区域の状況

<https://www.pref.fukushima.lg.jp/site/portal/list271-840.html>

d) 山形県の通行規制情報

<https://www.pref.yamagata.jp/doro/>

3) 出走申込

① 申込フォームに必要事項を記入し送信して下さい。

② 参加費 1,200 円を下記口座にお振込下さい。

・口座: ゆうちょ銀行 記号 10110 番号 37200601 名義 オダックスランドヌール日本橋 坂東 司

(ゆうちょ口座以外からの送金の場合 店名: 018(読み ゼロイチハチ)、店番: 018、預金種目: 普通預金、口座番号: 3720060)

6. 参加受理

1) エントリーフォームより申込、かつ参加費の送金確認完了後、1週間以内に参加受理メールを返信します。

2) 出走日時の2週間前迄に郵送にてブルベカードとフレームパッチを発送します。

3) 随時、ホームページの案内ページ最下段にアップされたキューシート、コマ図をダウンロードして下さい。

(キューシート、コマ図は申込者限りの公開と致します)

7. 出走日時の変更

1) 出走日時を変更する場合は、出走日の1週間前までにメールにて変更の旨と、変更後の出走日時を連絡願います。

V. 出走からゴールまで

1. 出走場所

1) ランドヌール部門 : JR 郡山駅

2) ツーリスト部門 : SR600 福島ルート上のいずれかの PC(コントロール:Poin de Controle)

2. 走行

1) 前述の下記の規定・案内に記載された注意事項を遵守して走行して下さい。

・BRM/AJ 規定

・Super Randonnee 案内ページ

・シューペル・ランドネ/AJ 規定

・AR 日本橋 Super Randonnee 参加案内

3. PC(コントロール:Poin de Controle)での通過証明の取得

1) CP1 スタートおよび CP17 ゴール : [コントロール一覧](#)の”証跡の取得方法”に記載された店舗で買い物をして、レシートを受け取って下さい。

2) CP2 から CP16 : [コントロール一覧](#)の”証跡の取得方法”に従い、写真撮影をして下さい。

・指定された証跡(石碑・看板など)・自転車・自転車に固定して装着されたフレームパッチが1枚の写真に収まるよう撮影して下さい。

3) 全 CP : ブルベカードの該当箇所に通過日時を記入して下さい(ブルベカード記入例 : 準備中)

4. リタイアする場合

1) 自己責任でスタート地点に戻るか直接帰宅する手法を検討して下さい(輪行、タクシー、知人の救援を呼ぶなど)。事故やトラブルなども各自対処をお願いいたします。

2) AR 日本橋への連絡は不要です(出走申込後、出走日時の変更連絡がないものは、DNSもしくはリタイヤされたものとして取り扱います)。

5. ルート情報ご提供のお願い

1) コントロール一覧(簡易キューシート)、ルートラボ等、キューシート・コマ図などの情報の誤り、道路状況の変更など、お気づきの点がありましたら、メールにて情報提供頂ければ幸いです。

VI. 完走申請と認定手続き

1. 完走申請

1) ブルベカードとレシート類の送付

・郵送・宅配便などにより AR 日本橋宛に送付して下さい。

・併せて、賠償付き保険の証書のコピーを同封して下さい(スキャン画像、デジカメ・スマホ撮影のメール送信でも可)。

2) CP2 から CP16 の証跡写真

下記のいずれかにて、AR 日本橋宛に送信して下さい。

・フォーム <https://www.ar-nihonbashi.org/contact/>

・メールでの連絡先 info@ar-nihonbashi.org

3) 完走申請の締切はゴール後、10 日以内とします。

2. 完走申請の受理

1) 完走申請受領後、10 日以内に申請内容を確認し、メールに

て返信致します。

3. 認定申請手続き

- 1) 認定申請手続きは、毎年9月末日に、一括してオダックス・ジャパンを経由し、Audax Club Parisien(オダックス・クラブ・パリジャン)へ行きます。
- 2) 出走して年度に認定申請を受けるための、完走申請完了の期限は、9月第4週の木曜日迄とします。

4. 完走記念メダルについて

1) メダルの仕様・価格

- ・仕様:真鍮製、片面ブラストメッキ+2色、直径60mm
- ・デザイン:eiki design workshop 木村英樹 様 (磐梯山のシルエットと国道399号のイメージ)
- ・製作:(有)青谷製作所
- ・価格1,500円(税込・送料込※)

※ 認定済ブルベカード返送の際に同封の場合のみ。別途発送の場合は送料180円発生。



- 2) 完走申請受領後にAR日本橋より確認メールを送信します。
その際に購入希望の旨をご返信下さい。

5. ブルベカードとレシート類の返送

- 1) 前述の認定申請手続きが完了後、返送致します。

VII. AR日本橋 連絡先

1. エントリーフォーム

- ・ <https://www.ar-nihonbashi.org/srfukushima-entry-form/>

2. 参加費(1,200円)の振込先

- ・ 口座:ゆうちょ銀行 記号10110 番号37200601 名義 オダックスランドヌール日本橋 坂東 司
(ゆうちょ口座以外からの送金の場合 店名:018(読み ゼロイチハチ)、店番:018、預金種目:普通預金、口座番号:3720060)

3. ブルベカードとレシート類の送付先

- ・ 167-0051 東京都杉並区荻窪 2-17-6 AR日本橋 坂東

4. 問合せ先、証跡写真の送付先、ルート情報ご提供 連絡先

- ・ フォーム <https://www.ar-nihonbashi.org/contact/>
- ・ メールでの連絡先 info@ar-nihonbashi.org