

15名限定！世界の屋根ヒマラヤを走り抜くマウンテンランナーと走る 特別な一日

～TJAR戦士 岩崎 勉 選手とめぐる～

初心者の方も大歓迎！

トレイルランニング教室

プレゼント！



完走者に
走破認定証(名刺サイズ)

参加者全員に
サプリメントとコースマップ

- ◆サポート車あり
 - ・リタイア時のピックアップ
 - ・ゴールへの荷物運搬
- ◆会話や景色を楽しめます
- ◆参加者同士の交流も深まります



4月13日 9:30 集合 16:00 解散予定

START 近鉄生駒駅

GOAL 四條畷神社

距離 約18km

かつて門前町として栄えた生駒駅から宝山寺までの街並みや
戦国時代最初の天下人と評される三好長慶の居城があった飯盛山からの景色を楽しむことができます。



お申込みは窓口・電話・メール・ホームページの申込フォームで承ります！

大東市立市民体育館

〒574-0014 大阪府大東市寺川1-20-20

営業時間 9:00～21:00

TEL: 072-871-3201

メール: info-daito@osgf.or.jp

ホームページ: <https://daito-sports.jp>

公式ページ





参加者の声

丁寧なレクチャーでわかりやすい！

荷物を運んでもらえ、
全力で楽しめる♪

車にピックアップしてもらい
リタイヤでき、安心！

たくさんの
トレラン仲間
に出会えて
楽しい♪



講師紹介

トレイルランのスペシャリスト——岩崎 勉

国内外の数多くのトレイルレースで活躍する現役アスリート。
日本最難関のトランスジャパンアルプスレース (TJAR) 415km を
はじめ、ウルトラゴビ 400km やグレートヒマールレース 1700km
など、長距離レースで数々の実績を誇ります。
トレイル歴 32 年の経験を活かし、走り方から安全対策まで丁寧に指
導します。初心者の方も安心してご参加ください。

保有資格 Wilderness First Aid(野外救急法)、普通救命講習 I
日本山岳ガイド協会 登山ガイドステージ I

スポンサー ZENNUTRITION KODA



イベント詳細

申込方法 次の①～⑧を体育館窓口・電話・メール・ホームページの申込フォームにてご回答ください。
①氏名 ②年齢 ③性別 ④郵便番号・住所 ⑤電話番号
⑥5km のランニングタイムまたは現在の運動習慣 ⑦質問など
※下記「その他連絡事項」および「トレイルランニング安全・マナーガイド」を
ご一読のうえお申込みください。

トレイルランニング
安全・マナーガイド



対象 平地 5km を 30 分以内で走ることができる方または同等の体力を有する方

定員 15 名

参加料 3,000 円 (傷害保険料込み) ※当日現地でお支払い

集合場所 近鉄生駒駅 中央改札出てすぐ右のスペース
解散場所 四條畷神社：大阪府四條畷市南野 2 丁目 18-1
※JR 学研都市線「四条畷駅」まで 1km

持ち物 ・ザック ・携帯電話 ・健康保険証 ・飲料 ・行動食(携行食)
・吸汗速乾性のあるウェア ・トレランシューズ推奨 ・レインウェア(上・下)

その他
連絡事項 ・雨天中止。中止時のみ開催前日の 19:00 にホームページでお知らせいたします。
・当日の状況により、ルートや終了時間が変更となる可能性があります。
・申込時にいただいた個人情報(厳重に管理いたしますが、当財団主催イベント等の案内を送付
する場合がございます)。
・イベント中に撮影した写真は SNS やチラシ等に掲載する場合がございます。