

～もっとトレランが楽しくなる♪～

## トレイルランナーのための森林観察会+交流会

走るだけでは物足りない！せっかく森を走るなら、森林のこと、林業のこと、動植物のことを知りたい！そんなトレイルランナーにはピッタリの森林観察会を開催します。

翌日の演習林トレイルレースのコースをゆっくり走りながら、初級者向けトレイルの走り方&大学の森について解説します。下見を兼ねて参加してみませんか？

また、観察会後に宿舎にて大会ボランティアSTAFFとの交流会も！大会前泊される方は、併せてご参加ください！



**開催日程：2014年7月5日（土）**

- ①10：00 高知大学演習林 学生宿舎集合
- ②10：30 開会  
演習林へ移動
- ③11：00 観察会開始
- ④16：00 終了

⑤18：00～21：00  
宿舎にて交流会  
(大会ボランティアSTAFFなど・・・)

**参加料：**観察会のみ 500円（保険代等）  
観察会+大会前泊（交流会込） 2500円  
大会前泊（交流会）のみ 2000円  
\*参加料は、当日、受付にてお支払ください。

**参加資格：**18歳以上の自己の体調管理に留意できる方

**参加定員：**30名

**募集期間：**2014年4月1日（火）～6月27日（金）  
\*定員になり次第締め切ります。

**準備：**トレイルランニングに適したウェア、シューズ  
ランニング用バッグ（雨具、ドリンク、食料）  
応急処置用品、必要であればカメラなど・・・

**問合せ先・申し込み先**

\*下記へ、参加者氏名、住所、年齢、性別、連絡先、トレラン歴、大会前泊の有無をご連絡ください。

高知大学農学部演習林トレイルランニングレース実行委員会

(高知大学農学部附属暖地フィールドサイエンス教育研究センター 内)

TEL：088-864-5115（東内） FAX：088-864-5200

携帯：080-1410-8592（長井）

E-mail：jm-h-nagai@kochi-u.ac.jp

**主催：**高知大学農学部演習林

トレイルランニングレース実行委員会

(高知大学農学部

高知大学農学部附属暖地フィールドサイエンス

教育研究センター

高知大学嶺北フィールド学生サポーター（林業塾）)



**講師：**長井 宏賢（ながい ひろたか）

高知大学農学部演習林に技術職員として勤務する傍ら、トレイルを中心に各地のランニング大会に参戦している。一方、演習林トレイルランニングレース、土佐塩の道トレイルラン、農学部24時間ぐるぐるランでは、企画・運営に携わるなど、高知でのトレイルランの普及に努めている。

主な出場大会：

2011（DNF）・2012 萩往還マラニック140km

2012 OSJおんたけウルトラ100km

2012・2013 OSJ氷ノ山トレイル70km、

2013 伊豆トレイルジャーニー70km

2013 ウルトラ・トレイル・マウント・フジ 160km

2013 えびの高原エクストリームトレイル60km