

**【ご注意ください！】ブルベは走行距離・時間が長いので、確実に前方を照らすライトの装備が必要です。ライトの無い方、フラッシュライトタイプのみの方は出走できません。必ず注意事項をご覧ください。**

## BRM108 近畿 600 姫路 新春しまなみライド

受付 ウイंक球場西側 公園	7) 23:20	8) 0:00
フリーフィング車検 ウイंक球場西側 公園	7) 23:40	8) 0:20
スタート ウイंक球場西側 公園	8) 0:00~0:30	8) 0:30~1:00
PC1 笠岡市立カブトガニ博物館 駐車場	8) 4:32 ~10:16	8) 5:02 ~10:46
PC2 鷲ヶ頭山 山頂	08)08:00~17:52	08)08:30~18:22
PC3 来島海峡展望館	8)09:44~21:32	8)10:14~22:02
PC4 坂越公民館	8)17:34~9)13:32	8)18:04~9)14:02
ゴールPC 姫路市勤労市民会館	8)18:48~9)16:00	8)19:18~9)16:30

### 【手柄山中央公園場所(広域)】



### 【集合場所】



※OPEN STREET MAP にて作成

### ■アクセス方法

- 輪行の場合 JR 姫路駅より約 5 分
- 車の場合 姫路バイパス(国道 2 号線バイパス) 姫路南ランプより約 5 分
- 駐車場について  
スタート地点近郊に公園の駐車場(200 円/日)がありますが、23~5 時の間はできませんので入庫できませんのでご注意ください。

**当日緊急連絡先:案内メール及びブルベカードに記載**

## 【必ずお読みください！！】注意事項

### ●受付・フリーフィング・スタート

受付場所の手柄山中央公園の利用は、占有ではなくあくまで「一般利用」です。他の利用者とのトラブルはくれぐれも避けてください。受付では参加申込書(参加誓約書)を提出し、ブルベカードを受け取ってください。検車と装備チェックを受けて、ブルベカードにスタッフのサインをもらって下さい。

フリーフィングでは、ローカルルールやコースを説明しますので、各自でキューシートやマップ、筆記用具等を必ずご用意ください。スタート後、5人以上の集団にならないよう、特に注意して走行してください。公道を走りますので、他の車・歩行者等に迷惑をかけないように心がけてください。

### ●ルートマップ・ブルベカード・コントロールポイント(PC)

ルートデータ、キューシートはオダックス近畿のwebサイトから各自ダウンロードしてご利用ください。当日の配布は行いません。当日受付でお渡しするブルベカードに各PCへの到着時刻を記入してください。ゴール後、サインをスタッフにしてもらいます。カードがぬれないようにしてください。

### ●装備・補給

装備は、実施要項に準じます。**ヘルメット、反射ベスト等、ライト(2灯以上推奨 点滅のみは不可)、尾灯(点灯可のもの。点滅のみ**

### ●チェック・リタイア・フィニッシュ

PCで通過時間をご自身で記入の上、スタッフにサインをもらってください。「レシートチェック」と記載があるPCは、レシートで通過チェックをします。有人PCもしくはゴール地点でスタッフがレシートをもとにPCの到着時間を確認しますので、レシートを無くさないようにしてください。リタイアした場合、最寄りの鉄道を利用して帰宅してください。主催者による回収は行いません。**リタイアの場合は、本部携帯電話に必ず連絡(リタイア理由、場所、時刻、リタイア後の行動)を入れてください。**

### ●フォトコントロール

今回は通過チェック場所で写真を撮っていただきます。当日はデジカメラや携帯のカメラ等を必ず持参してください。

### ●ゴール受付

ゴールPCでは指定の撮影をしてもらい、その写真のプロパティの時刻をゴール時刻とします。ゴール受付場所は姫路市勤労市民会館第一会議室(兵庫県姫路市中地 354 番地)となります。

コース詳細情報はキューシートをご覧ください。

### 【コロナウイルスへの対応について】

「ブルベに参加したい、でもコロナに感染したくない」というのは皆さん一致したところだと思います。従いまして、以下の点を必ずお守りください。

#### ■マスク着用の義務

スタート受付・ゴール受付エリアではマスク着用をお願いします。ブリーフィング・車検の際もマスク着用をお願いします。屋外でそれほど密集エリアではないので、感染の確率は極めて低いと考えていますが、念には念を入れていきたいと思っておりますので何卒ご了承ください。なお出走中はマスクを外していただいてOKですが、節度のある行動をしていただき、参加者間でのめめごともおこらないよう、ご配慮をお願いします。

#### ■ブルベカードへの記入・ボールペン持参

ボールペンを持参して、必要事項を記入の上、ゴール受付を迅速に行ってください。ゴール受付中もなるべく列の間隔をとるなどしてください。主催者と参加者間の濃厚接触も極力さけていきましょう。

#### ■体調不良の方は参加をご遠慮ください。

風邪気味、体調不良の方は参加をご遠慮ください。

## 【装備に関する注意事項】

前照灯(ライト)をいわゆる「セーフティ・ライト(フラッシュライト)」タイプのもので車検を受ける方がたまにおられますが、このようなセーフティ・ライトの類では明らかに照度不足です。ブルベは長時間の夜間走行を伴います。また、都心部の夜間照明が多数ある道ばかりでなく、真っ暗な山道も通過しなければならない場合もあります。その点からも、確実に前方を照らすことの出来る前照灯(ライト)の装備が義務付けられています。コースによっては、長いトンネルもあり、BRM/AJ規定にもあるように、「灯火は常に完全に機能することが必要である」ことが参加者に要求されます。

そこで、オダックス近畿では、ここにあらためて参加者への注意喚起を行ないます。

- 「セーフティ・ライト(フラッシュライト)」タイプのライトのみの装備では出走不可。
- 確実に前方を照らすことの出来る前照灯(ライト)を装備すること。
- 少なくとも10m前方を照らすことの出来る照度があるライトを装備のこと。
- 前照灯、尾灯は必ず「車両本体(ハンドルバーやアタッチメントを含む)」に確実に固定されていること。  
※例えばフロントバッグやサドルバッグにのみライトを取り付けている場合は不適合。
- 反射ベスト、反射たすき、反射肩掛けベルト、もしくは前後の見えやすい位置に反射素材がついた同様のものを、常時着用してください。
- 前照灯を2灯以上装備する事を強く推奨します。それ以外にも、ヘルメット等に装着するタイプのヘッドライトを使用する事を推奨します。
- 参加者のみなさんの安全面を考えての義務付けですので、ご理解の上での参加をお願いいたします。

### 《参考》BRM/AJ規定(抜粋)

#### 第6条 装備

夜間走行のために、車両に確実に固定された前照灯と尾灯とを装備することが必要である。灯火は常に完

全に機能することが必要である(予備灯火は強く推奨される)。少なくとも一つの尾灯は(点滅モードではなく)常時点灯モードでなければならない。上記の要求を満たせない走者は出走を許可されない。灯火は夕方から明け方まで点灯しなければならない。また他の視界不良の条件下(雨天、霧等)でも同様である。走者は、グループで走ろうと単独であろうと上記の要求を満たさねばならない。いかなる走者も各自の灯火を使用しなければならない!すべての走者は反射ベスト、反射たすき、反射肩掛けベルト(Sam Browne belt)、もしくは前後の見えやすい位置に反射素材がついた同様のものを着用しなければならない。本夜間走行規則のいかなる違反をも、走者は即座に失格となる。ベル装着とヘルメット着用を義務付ける。400km以上では前照灯2つ、ヘルメットに尾灯(点滅可)を装着すること。

(<http://www.audax-japan.org/brevet/brm/brm-part-regulation/>)

# オダックス近畿BRM実施要項

オダックス近畿主催のBRMはACPのBRMルールに基づき、日本の道路状況などに応じて一部独自規定を加えて実施します。

## ■BRM参加資格について

### ○20歳以上の健康なサイクリストであること

未成年の方は参加できません。

### ○自身の健康管理や、BRM参加中の自身の行動について、全て自己責任で対応できること

ブルベ開催中、それぞれの走者は私的な走行を行っていると思なされます。走者はすべての交通規則を遵守して走行し、すべての交通信号を守らねばなりません。主催者は、ブルベのコースにおけるいかなる事故についてもその責任を負うことは不可能であり、また、責任を負わない事をご理解頂ける方しか参加できません。

### ○損害賠償責任付保険および参加者自身の死亡・後遺症等を補償する保険に必ず加入のこと

主催者は、BRMは必ずしも危険なスポーツとは考えておりません。しかし公道を長時間走る上に、夜間や悪天候など様々な環境の中で走ることになり、大きなリスクが伴います。そのリスクを全て自己の責任で管理しなければならないことを十分ご理解の上で参加していただくよう、お願いいたします。BRM参加に当たっては、個人の責任として損害賠償付保険に加入することが必須事項です(AJ規定)。また、日本国内で開催されたBRM等で、参加者自身が事故等で大きなケガ、後遺症等を負われるケースも発生しています。そこでオダックス近畿では、BRM参加資格として、損害賠償責任付保険(AJ規定額以上の契約必須)および参加者自身の死亡・後遺症等を補償する保険(個人の補償額についてはオダックス近畿では規定しません)、両方に加入していることを必須事項とします。BRMにエントリーする時点で必ず、参加するBRMの開催期間に有効な損害賠償付保険および参加者自身の死亡・後遺症等を補償する保険に加入していなければなりません。

参加者が契約される保険の内容は、参加者個人の責任で確認(一部の保険ではブルベが補償対象になっていない場合があります。)してください。また、オダックス近畿が保険会社に対して確認することはありませんし、保険契約内容等について責任も負いません。

### BRM出走に必要な賠償付き保険の内容(AJ規定より)

保険会社 保険種類	下記の条件を満たせば、保険会社、保険の種類は問いません。
補償内容	サイクリング中に起こした事故によって損害賠償責任を負った際に支払われる保険であること。
補償金額	賠償責任保険金額1億円以上であること。

保険期間	参加するBRMやフレッシュのスタートからフィニッシュまでが保険期間に含まれていること。
------	---

### オダックス近畿 BRM出走に必要な参加者自身の死亡・後遺症等を補償する保険

内容 保険会社 保険種類	保険会社、保険の種類は問いません。 ※損害賠償責任付き保険と別会社・別契約のものでも構いません。(例:損害保険と生命保険を別に契約するなど。)
補償内容	サイクリング中に起こした事故によって本人が死亡・後遺障害を負った際に本人が指定した保険金受取人に対して支払われる保険であること。
補償金額	特に規定はしません。
保険期間	参加するBRMのスタートからフィニッシュまでが保険期間に含まれていること。

### 注意

- サイクリング中の事故が補償対象かどうかはご自身で保険会社に確認してください。
- AJや各主催クラブが保険会社に対して確認することはありませんし、責任も負いません。
- JCA会員の自転車総合保険はブルベには対応していませんので、ご注意ください。

※オダックス近畿では、参加者の保険加入斡旋等はいいたしません。各自でご加入ください。

### ■まず200kmの認定取得から

オダックス近畿主催のBRMは、どの距離からでも参加可能です。200kmの認定取得後、いきなり600kmへの参加も可能ですが、ブルベに参加される方は、200、300、400、600kmと、順次に認定を取得される事を強く推奨します。BRMでは主催者によるサポート、回収はありませんので、よくご検討の上、参加申込みしてください。

### ■オダックス近畿・BRM参加申込み方法

○スポーツエントリーでお申し込みください。

※参加費は各BRMにより異なります。

参加申込用紙・誓約書を記入し、当日受付にご提出ください。

※参加に関する案内等は、メールで、スポーツエントリー申込み時に各自で入力されたメールアドレス宛に開催1週間前頃に送信します。携帯電話のメールアドレスではなく、できる限りPCのアドレスで登録をお願いいたします。

### ■使用自転車と義務付け装備

長距離ロングライドに適した自転車で参加してください。

道路交通法の保安部品を含む下記5点を義務付けとします。

1. ベル	必ず装備してください。
2. 前照灯	400km以上の距離では2灯以上(AJ規定)
3. 尾灯	赤色で常時点灯可のもの(点滅のみは不可) 必ず常に自転車に装着すること。 ※後方に走者がいる場合は、必ず点灯モードにしてください。 400km以上はヘルメットへの尾灯(点滅可AJ規定)装着 後続車両からの視認性向上のため
4. ヘルメット	必ず装着してください
5. 反射グッツ	反射ベストなどを装着のこと。前傾姿勢で後方から見える腰(臀部)への装着が理想的。

※当日の装備チェックで不備がある場合には出走できませんのでご注意ください。

●BRMでは、自転車の尾灯を必ず「点灯可の物(点滅式不可)」としています。単独で走行しているときは、点滅式の方が目立って非常に良いのですが、数台でグループ走行のとき(特に夜間の長時間)は、前の走者の点滅しているLEDライトをずっと見ながら走行していると(視線がちょうどその辺りに行く)、頭がまよやけてくるような感覚に陥ります。これを「幻覚作用」だ、という人もいます。そのためBRMでは禁止されています。特に雨天だと余計に視野が狭くなり気味ですし、目やスポーツグラスが濡れて、ただでさえ車のライト等がまよやけて見えます。後続の走者がいる場合、尾灯は必ず「点灯」モードにしてください。

●ちなみにヘルメット後部につけるライトは「点滅」でもOKとしています。これは走者の「高さ」を車などに知らせるための役割を持っています。グループ走行のときには、視線から少し外れるため、点滅でもOKとしています。

### ■その他装備

ロングライドに備え必要なものを携帯してください。工具、雨具、補給食、救急用品、着替え、予備電池、地図など、コースによってはコンビニエンスストアがない区間もあります。マッドガードは後続ライダーへの配慮だけでなく当人の腰を冷やさないと済みます。

### ■リタイヤ/失格

必ず本部に連絡をしてから、自力でフィニッシュ地点に行くか、直接帰宅してください。主催者による回収は行いません。

### ■禁止事項

OPC以外でのサポートの禁止

サポートは任意としますが、PC以外でのサポート(食糧補給や、装備の受渡し等)は禁止です。参加者同士や事前にサポートを取り付けたのではない第三者の手助けは認めず(例:自転車店での修理、PC間におけるコンビニでの補給、救急活動など)。

○コース上のサポートカー等の伴走は禁止です。

○代替出走の禁止代替出走が判明した場合には、以後オダックス近畿主催BRMへの参加をお断りします。

ない場合は認定されませんのでご注意ください。ブルベカードを破損(雨や汗で濡らしたり)しないください。後日、完走者には認定シールを添付した

### ■事前準備

○コースのキューシート、マップ等は、各自でご用意ください。

○コースは国道、県道や府道のほか、集落の中のかなり細かい道も含まれます。走行に際しては、自身のケガだけでなく、歩行者や対向車などにも十分気をつけてください。

○BRMでは天候変化、ミスコースなど様々な要因によって、予想以上に疲労することもあります。疲労や睡眠不足は思わぬ事故につながりますので、体調を整えて参加するようお願いいたします。集合場所周辺には宿泊施設も多数ありますので、必要に応じて各自手配してください。

### ■キャンセル

キャンセルした場合でも参加費の返却はしませんのでご了承ください。キャンセルの際はできるだけ事前にご連絡ください。

### ■イベントの中止・延期

気象状況の悪化などにより中止や延期にすることもあります。中止・延期の決定は当日の朝に行い、集合場所で発表します。当日の天候によって判断するため事前の決定・発表はできませんのでご了承ください。

また、延期した場合でも、延期日程のBRM開催期間中に有効な損害賠償付保険に加入していなければ参加できません。

開催中でも急激な気象変化によって中止することもあります。

中止・延期になった場合でも参加費の返却はしませんのでご了承ください。

### ■当日の受付とスタート

○受付時間は参加案内でご確認ください。

参加申込書に必要事項を記入して、受付に提出してください。提出が無い場合は出走できません。

○ブルベカードを配布します。

スタート時刻に遅れた場合は30分後までは出走できますが制限時間は規定のスタート時刻より計算します。遅れないようにお願いします。

○ブルベカード

ブルベカードにはPCの場所、距離、開設時間が記載されています。必要事項をアルファベットで記入してください。

※アルファベット名

ACPへの認定申請は参加者が申込み時に記載したアルファベット表記を使用し、不明なときにはブルベカードで最終確認します。表記が異なるとせっかく認定を取得しても別人として扱われ、SRメダル申請などの資格が得られなくなります。アルファベット名は正確にすべてのBRMで同じ書き方をしてください。

PCではブルベカードに到着時間を記入し、スタッフにサインをしてもらってください(コンビニ等のレシートチェックの場合もあります)。

フィニッシュではブルベカードに自ら所要時間と署名をした上、主催者に提出してください。BRMはブルベカードを提出しないとフィニッシュとならず認定を受けられません。ブルベカードの紛失、記入もれ、サインが

ブルベカードを返送します。シールに記載された認定番号はSRメダル申請時に必要になりますので大切に保管してください。また、海外のブルベに参

加するときに必要になることもあります。

### ■コントロール(PC=Point de Controle)

○コース途中には数カ所のPCがあり、通過しないと規定時間内にフィニッシュしても認定を受けられません。

OPCにはスタッフがいる有人PCとコンビニエンスストアなどを利用した無人PCがあります。

レシートチェック…無人PCでは、PCに指定された店で買い物をしてレシートをもらってください。レシートに記載された時間を通過時間とします。次の有人PCまたはフィニッシュまでに、レシートに記載された時間を各自ブルベカードへ記入しておいてください。次の有人PCまたはフィニッシュでスタッフにブルベカードとレシートを渡して、ブルベカードとレシートの時間をスタッフにチェックしてもらってください。レシートを紛失すると認定を受けられませんので大切に保管してください。

OPCにはオープンとクローズ時刻がありますので時間内に通過してください。

OPCクローズ時刻に遅れた場合には、規定時間内にフィニッシュしても認定は受けられません。またオープン時刻より早く到着した場合はオープン時刻までサインを受けることができません。レシートチェックの場合も、オープン前の時刻になっていると、認定は受けられませんのでご注意ください。

### ■メダル

○BRMを時間内に完走すると記念メダルを購入できます。

○希望者はフィニッシュしたらブルベカードのメダル欄にチェックを入れて、メダル代(1,000円)を払ってください。

○BRM200、300、400、600のメダルはPBPの翌年にデザインが新しくなります。

○SR(シュペールランドヌール)メダルは、AJが毎年秋に受付します。SRメダルはPBPの年に新しいデザインになります。

### ■キューシート(ルートシート)

○ルートはキューシートをもとに道路地図などで確認してください。

コースは国道、県道や府道のほか、集落の中のかかり道も含まれます。走行に際しては、自身のケガだけでなく、歩行者や対向車などにも十分気をつけるようにしてください。

○キューシートにはPC開設時間と位置、ルート確認に必要な情報が記載されています。

○1週間前までにオダックス近畿のwebサイトに、ダウンロード用ファイルを掲載しますのでご確認ください。

○BRM当日のキューシートやマップの配布はしません。各自でご準備ください。

問い合わせ先:オダックス近畿事務局

web:<http://audax-kinki.com>

e-mail:[nfo@audax-kinki.com](mailto:nfo@audax-kinki.com)