

このたびはBRM928 近畿300km明石へのお申し込み、ありがとうございます。当日受付で**参加申込書**(参加誓約書)を提出の上、ブルベカードを受け取ってください。実施要項を熟読の上でご参加ください。



スタート明石・大蔵海岸公園

・ ・ 現地までのアクセス ・ ・

- ◆ 輪行の場合：JR 明石駅（新快速停車）・山陽明石駅が 1.8 km 山陽電大蔵谷駅 0.5km が最寄り駅となります。
- ◆ 車の場合：大蔵谷インターチェンジが最寄りです。

●受付・ブリーフィング・スタート

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。ブルベカードを受け取ったら必ず氏名・住所を確認してください。カード記載内容を確認したら、ブリーフィング後、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。ブリーフィングでは、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、蛍光ペン、筆記用具等を必ずご用意ください。装備チェックを受けたら順次スタートしてください。

●ルートマップ・ブルベカード・コントロールポイント(PC)

ルートマップ、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。当日受付でお渡すブルベカードにはコントロールポイント(写真チェック・フィニッシュPC)の位置と距離が記載してあります。カードが濡れないよう防水のケースに入れる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。集合場所には売店はありませんが、飲料自販機とアイス自販機、トイレがあります。

当日は熱中症にはご注意ください。サイクリング中に体に水をかける、水分を摂る、前日の睡眠を十分にとるなど対策をお願いいたします。

●チェック・リタイア・フィニッシュ

写真チェック分についてはゴール受付で写真を確認させていただきます(写真チェックポイントでは到着時間の記載は不要です)。途中のPCと最後のフィニッシュコンビニについては到着時刻を記入してください。途中PCとフィニッシュのコンビニでは証憑となるレシートを取得してください。ゴール受付でスタッフがそのレシートをもとにPC通過の有無とゴールの到着時間を確認しますので、無くさないようにしてください。ゴール受付では、ブルベカードにフィニッシュ到着時間、所要時間と署名、メダルの可否を記入して提出してください。リタイアした場合、主催者による回収は行いませんが、**本部携帯電話(ブルベカードと参加案内メールに記載)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。**電話に出ることが出来ない場合もありますので、その時はショートメールをお願いいたします。

当日の流れ

6:20	スタート受付	大蔵海岸公園管理事務所下の広場にて（屋根のあるモニュメント付近）
6:45	ブリーフィング開始	
7:00	車検の済んだ方から順次スタート	
20時頃	からゴール受付開始	平野ビル3階
3:00	(9/28)	ゴールコンビニのクローズタイム
3:30	ゴール受付終了	
早い時間にゴールされた方はスタッフに電話連絡お願いいたします。		

前泊荷物の預け先がない方は荷物をリュック一つ分くらいに纏め、中に**着払い伝票**を入れてスタート地点でスタッフに預けてください。

BRM928 近畿 300 k m明石ロードブック

ブリーフィングの内容を簡単にまとめています

- 1.スタートは公園を左手へ出てください。
- 2.No.17 15 k m地点藤原橋は一旦直進し突き当りを左手の道で登ってください。急な坂道です。
- 3.No.20 16.2 k m非常に見つけにくい道へ入ります。蘭王の卵販売の角を曲がってください。
- 4.No.32 51.2 km地点のY字路は石畳の細い道で見落としやすいので気を付けて左方向へ入ってください。
- 5.No.33 **フォトチェック①丹波最古の登り窯**の写真は看板と自転車でも良いですし、登り窯体と自転車の写真でも良いです。
6. No.42 78.9 km 福井交叉点のデイリーヤマザキは菓子パン、飲み物、カップラーメンはありますが、売り場の半分は雑貨店になっていてお弁当がありません（私が行ったときは二つだけありました）。お昼ご飯ストアとして期待しないほうが良いです。
- 6.No.55 127km **フォトチェック②美山かやぶきの里北村**の写真は案内板看板などが分かりやすいですが、お好みで美山かやぶきの里北村と判る写真を取ってください。
- 7.No.61 163.6 km国道に入ってすぐにエネオスの角を左折で国道を離れます。この道が狭くて見落としやすいです。
8. No 67 174.9 km **PC1 ローソン綾部高東分校前店**はイトインスペースがあります。レシートを取得して時間をブルベカードに記入してください。この先篠山まで34 k mコンビニがありません。綾部を出てすぐのR173号須知山トンネルまでの登りは意外に車が飛ばしているので注意してください。試走時ここが一番怖かったです。
- 9.No.72 181.3 km 台頭の交差点右折は、何回通っても通り過ぎてしまうほど判りにくいです。右に分岐して降りていく道が道の反対側からは見通せず、あたかも交差点ではないように見えるためです。「59号 市島」への分岐の道路案内板が現れたらすぐです。下り途中の分岐ですので後ろから来る車に注意してください。
- 9.No.74 188.3 km 両側金網の細い橋を渡ってすぐ、次の両側金網の細い橋を渡るまでのあいだに左に細い路地があります。そこに入ってください。通り過ぎてしまったときはそのまま行くと国道9号線に合流するので、9号を戻ってきてください。試走時思ったよりも9号の交通量は多くなかったです。
- 10.No.75 国道9号を渡りますが、右左をよく見て渡ってください。信号がないので渡りづらいです。そのときはもう少し西に進むと横断歩道があり、少しましです。
11. No.79 209.2 km **PC2 ローソン篠山西紀店**はイトインスペースがあります。レシートを取得して時間をブルベカードに記入してください。9/17付でこの先の川沿いのサイクリングロードをカット（ト初通過）するルートに変更されていることに注意してください。勿論、明るいうちに通過される方は景色の良い旧道サイクリングロードを走っていただいても結構です。ここから加西へ抜ける丘陵を除いてゴールまでほぼ下り基調の平たん路となります。

-
- 12.No.91 257.2 km **フォトチェック③ 五百羅漢巨大モニュメント**と自転車の写真を撮ってください。歩道の奥にあるので見落としに注意してください。「巨大」という程に巨大ではないです（実物五百羅漢からすると4倍程度）
- 13.No.105 281.2 km 十字路は暗くて見落としやすいですが、「←厄除八幡宮」の看板を目印に曲がってください。
- 14.No.109 289 km神出町北Sを右折すると国道175号です。この先291 kmくらいから1キロほどの区間は片側一車線の路肩の少ないアップダウンとなります。十分気を付けてください。
- 15.No.111 **Finish: セブンイレブン明石市西新町店** レシートを取得してブルベカードに記載してください。お疲れ様でした！
20. **ゴール受付平野ビル3階**まで帰ってゴール受付をしてください。記入済みのブルベカードを提出、チェックを受けてください。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、サインがない場合は認定されませんのでご注意ください。

【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た義務付けですので、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/BRM-part-regulation.html>)

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5,000万円以上であること。 ただし、賠償責任保険金額1億円以上の保険への加入を強く推奨します(BRM、フレッシュは賠償責任保険金額5,000万円以上で参加できますが、SR600は賠償責任保険金額1億円が必須のものもあります)。
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. 反射グッズ	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。これは「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行してください。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ぬいで済みます。

■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。

■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、サインがない場合は認定されませんのでご注意ください。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。

○PC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。

○途中のPCにはオープンとクローズ時刻がありますが、遅れても認定には影響がありません。通過の証憑を取得してください。

○フィニッシュPCクローズ時刻に遅れた場合には、認定は受けられません。

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ブルベカードを返送します。

■メダル

○OBRM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。

○OBRM200、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。

○OSR(シュペルランドヌール)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、集落の中のかなり細い道も含まれます。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。

○OBRM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