オダックス近畿主催 公式ブルベ参加案内

当日受付では**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。どうぞ実施要項を熟読の上でご参加ください。

【ご注意ください！】ブルベは走行距離・時間が長いため、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。

BAK1024 近畿 200km 金沢　タイムテーブル	
５：３０	6 時組スタート受付（金沢駅東口）
５：４５	ブリーフィング
６：００	スタート
１５：００	ゴール受付オープン
２０：００	ゴール受付クローズ



ゴール受付会場
サイクランドマスナガ自転車工房
（〒920-0036 石川県金沢市元菊町14−11）

■アクセス方法

- 電車輪行の場合　JR 北陸本線　金沢駅下車　東口へ
- 車の場合　北陸自動車道金沢西 IC を下り約 10 分
  駅西側にあるコインパーキングが安めです(24 時間 400 円～500 円)

緊急連絡先は本状をお送りしたメールとブルベカードに記載しています

【必ずお読みください！！】注意事項

- **受付･ブリーフィング･スタート**
  受付場所の利用は、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。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、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。
  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。
  スタート後、10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心がけてください。
- **ルートマップ･ブルペカード･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。 当日受付でお渡しするブルベカードにはコントロールポイント（ＰＣ）の位置と距離、オープン＆クローズの時刻が記載してあり、それに各ＰＣで到着時刻を記入し、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防水のケースにい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。**ヘルメット、反射ベスト等、ライト（2灯以上、 点滅のみは不可）、尾灯（点灯可のもの。点滅のみは不可）、ヘルメット尾灯（点滅可）は義務**です。
  集合場所には売店はありません。近くにコンビニがあるので必要な方は、事前に補給の用意をしてください。PCはコンビニに設置しています。またルート上には多数あります。
- **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、当日緊急連絡先に必ず連絡（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。**

1、 **車の渋滞を招くことにもなりますので、10人以上の集団にならないように、また、横に並んで走らないよう注意してください。また集団で走ると、事故の原因にも繋がります。特に注意してください！**
2、 最近キューシートを持ってこない人が居ますが、必須装備なので必ず持ってきてください。ブリーフィングはキューシートをもとに行います。
3、 最近エントリーしていないライダーと一緒に走る人が居ます。（伴走行為）BRM は公道走行なので、エントリーしていない人に対して直接ペナルティを課すことは有りませんが、参加者は失格になる可能性があります。またエントリーしていない伴走者は今後の BRM への参加をお断りすることがあります。
4、 キューシート上で PC と書かれているポイントは**自分自身で通過時間をブルベカードに記録してください**。（スタッフが滞在している場合は）スタッフの前で時刻記入するか、レシートを取得してその時刻を記入して下さい。必ず通過時点で記入し、後からまとめて記録しようとしないでください。PC 通過時刻未記入のブルベカードをスタッフに提出すると、PC 未通過として失格宣告されることが有ります。

5、 **キューシートの備考欄の注意事項等をよく読んで参加ください。**
6、 **道中、体調不良になった方は、決して無理をせずリタイヤする判断をしてください。**
7、 **ブルベはレースではありません。競い合ったりせず、全てにおいて自己責任のもと、余裕を持って自転車に乗ることを楽しんでください。**

8 尾灯の光度が足りない場合は車検通りま せん。夜間は点灯させてください（点滅NG）

9 FINISH受付時ブルベカードは完全記入し提出をお願いします。受付で記入し始めると提出渋滞が発生します。

その他注意事項はブリーフィングで案内します。

【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/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見なされます。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、損害倍賞責任付保険（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）、頭がぼ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ぼやけて見えます。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ないで済みます。

■リタイヤ／失格

必ず当日緊急連絡先に連絡をしてから、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

○ PC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ます（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。ブルベカードを破損(雨や汗で濡らしたり)しないでください。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。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、その時間を参加者本人がブルベカードに記入して下さい。
次回以降の有人PCでブルベカードとレシートを照合してスタッフにサインしてもらって下さい。
有人PCまたはゴールの際は通過時間をブルベカードに記入して、スタッフにブルベカードへサインしてもらってください。

○ PC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。

○ PC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(シューペルランドヌール)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