

第1回大会

Mt. 高越ヒルクライム2025

～阿波富士 おこおつつあんへの挑戦～

大会要項



主催：Mt. 高越ヒルクライム実行委員会



この大会はスポーツ振興くじの助成を受けています

高越山とは

吉野川市山川町にそびえ立つ標高1133mの高越山。秀麗なその姿から「阿波富士」とも呼ばれ、地元住民からは「おこおっつあん」の愛称で親しまれています。

徳島県屈指の山岳である高越山は、四季折々の豊かな自然とともに眺望も素晴らしく、ハイキングや登山客も多く訪れます。山頂付近の「船窪つつじ公園」のオンツツジには、樹齢400年を超えるものや高さが6メートルにおよぶものもあり、「船窪のオンツツジ群落」として国の天然記念物に指定され、毎年5月中旬から5月下旬にかけて見事な景色が楽しめます。また、頂上には真言宗大覚寺派の「高越寺」があり、天智天皇の時代に行者であるえんのおづの役小角によって開基されたと伝えられています。かつては「東の吉野、西の高越」と並び称され、修験道の道場として賑わい、山頂に祀られている「高越大権現」のお使い役であった「大天狗」がいたという伝説も残っています。このように、高越山は古くから観光の山、信仰の山として多くの人に親しまれています。山頂付近では好奇心旺盛なニホンカモシカに会えるかもしれません。

高越山×ヒルクライム

近年、自転車は単に移動手段というだけでなく、レジャー、健康増進、環境保全といった目的での利用が増加しています。

高越山の素晴らしさをもっと多くの人に知ってもらうにはどうしたらいいか？検討する中で、我々が導き出した答えは自転車のヒルクライムレースでした。

コース全長は13.2kmながら、標高差920m、平均斜度7.3%、最大勾配17.1%という超級山岳クラスの非常に厳しいコース。かつて修験者が自らの脚で己に打ち勝つため目指した山頂に挑戦し、多くのサイクリスト（挑戦者）に登り切った時の達成感、爽快感、満足感を味わっていただきたいと思います。

大会概要

名 称 Mt. 高越ヒルクライム2025 ～阿波富士 おこおつつあんへの挑戦～

主 催 Mt. 高越ヒルクライム実行委員会

共 催 吉野川市

開 催 日 令和7年10月26日(日) ※小雨決行

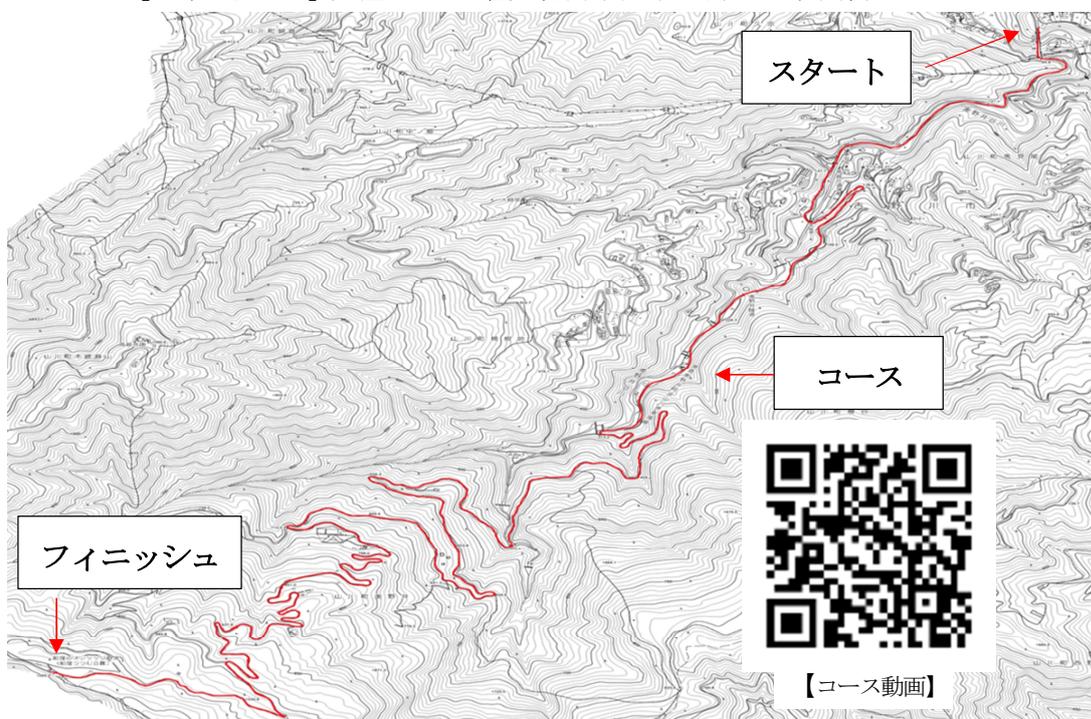
募集人数 200人(先着順)

参加対象 16歳以上の健康な方で完走できる走力を有する方
ただし、18歳未満の参加は保護者の同意が必要です

参加費 一般：9,000円、高校生：6,000円

主会場 吉野川市総合スポーツ運動場 (徳島県吉野川市山川町恵下45番地1)

コース 全長：13.2km、標高差：920m、平均斜度：7.3%、最大勾配：17.1%
【スタート】 高越大橋 徳島県吉野川市山川町久宗
【フィニッシュ】 船窪つつじ公園 徳島県吉野川市山川町奥野井387-1



コースの詳細については、二次元コードの動画をご参考下さい。

昨年(2024年)の10月～11月に開催したイベントの際に、【Youtuber：にんにんサイクル】さんが撮影されたものです。ただし、スタート及びフィニッシュ地点は今大会のものと異なります。

競技内容 レースは登りのみのヒルクライムレースで、タイムトライアル方式にて実施します。
年齢や性別などによりカテゴリーを分け、そのカテゴリー内でタイムを競います。
スタートはカテゴリー毎に一斉にスタートします。

ゲスト 自転車アンバサダー 稲村亜美 氏（国土交通省自転車活用推進本部任命）

招待選手 昨年開催したプレイベントにおいて、上位入賞された方々です。

真鍋 晃 選手（2022 富士ヒルクライム優勝）

村田 俊樹 選手（第13回おかやまエンデューロ【アタック180】年代別優勝）

服部 伸崇 選手（Youtuber:にんにんサイクル）

その他 競技の実施に加えて、主会場では地元特産品の販売やキッチンカーの出店、キッズバイクを活用した子ども向けイベントや抽選会を実施予定です。

スケジュール	7:00～	駐車場オープン
	7:30～9:30	選手受付及びゴール行き荷物預かり
	9:30～	開会式・競技説明
	10:00～	スタート地点へ移動 交通規制開始（高越大橋手前から船窪つつじ公園）
	10:30～	スタート
	13:00	レース終了・下山開始
	14:30	下山終了・交通規制解除
	14:40	表彰式・閉会式 抽選会

※レース状況により変更となる場合があります。

競技カテゴリー Category-A 男子 16歳～29歳
Category-B 男子 30歳～39歳
Category-C 男子 40歳～49歳
Category-D 年齢不問で体重85kg以上
Category-E 男子 50歳～59歳
Category-F 女子
Category-G 男子 60歳以上
Category-H E-BIKE部門

表彰 各カテゴリーの1位から3位までに表彰状が贈られます。加えて、各カテゴリーの優勝者とグランドチャンピオンにはチャンピオンジャージが贈られます。
※各カテゴリーにおいて、出走人数が5名以下の場合は、1位のみを表彰します。

保険 本大会では、参加者に対してイベント傷害保険に加入します。
死亡・後遺障害500万円、入院5,000円（日額）、通院3,000円（日額）
なお、レース中に限らず大会当日の自転車（フレーム・パーツ）の破損・損失・盗難等は保険対象外です。保障内容に不安がある方は、各自で保険に加入されるようお願いいたします。

競技に関すること

- 競技方法
- ・レースはタイムトライアル方式で行います。
 - ・カテゴリー毎に一斉スタートします。
 - ・タイム計測はスタート時間とフィニッシュ時間差の集計により、カテゴリー毎の順位を競います。そのため、フィニッシュライン入選順位が着順ではありません。
 - ・スタート時間は厳守です。スタート時間にスタート地点にいない場合は失格（DNS）となります。
 - ・制限時間を設けています。フィニッシュへ2時間以内で到着できない場合は失格（DNF）となり、競技を中止していただきます。

- 自転車規定
1. 人力のみで駆動するフリーホイール式ロードレーサー及び競技用自転車とします。
 2. ブレーキは最低2つとりついており十分動作し、競技上危険となる泥よけ、キャリア、スタンド、カゴ、ミラー等の部品は取り外し、危険な突起物のないものとします。
 3. スピナッチ、ティラミス等のエクステンションバー、デルタ、ブルホーン、トライアスリート用ハンドル等は使用できません。
 4. E-BIKE部門は2・3の規定に加え、日本の道路交通法に基づいた国内認定のE-BIKEとします。
 5. 上記の定めにかかわらず、実行委員会が特別に使用を認めることがあります。

- 注意事項
1. 自己のペースを守り、安全第一を心がけて走行してください。また、走行中は急ブレーキなどの不測の事態による事故を避けるため、前方の自転車に十分注意して走行してください。
 2. ヘルメット（レザー製、布製は禁止）及びグローブの着用を義務づけます。着用がない場合は大会に参加できません。
 3. 競技中緊急車両が通行する場合は、緊急車両を優先しますので、スタッフ等の指示に必ず従ってください。
 4. 競技中、参加者は他の参加者を追い抜く場合は、声をかけ原則的に右側から追い抜いてください。また、周囲の安全確認も必ず行ってください。
 5. 車検は行いませんので、各自車両点検・整備を実施の上、ご参加ください。
 6. 怪我をした場合、近くのスタッフ、または下から上がってくるスタッフがいますので、動かずに安静にして下さい。
 7. レース途中で棄権する場合、勝手に下ると上ってくる選手の妨げとなる場合がありますので、絶対に逆走せず、スタッフの指示があるまでその場で留まってください。
 8. レース中のボトル等の投げ捨ては厳禁です。発見した場合は失格となります。

受付方法

受付では下記のことを行っていただきます。

①問診票（14ページ参照）の記入

受付前の机に用意してある問診票に当日の体調等をご記入ください。

②問診票の提出及び本人確認

受付にて問診票を提出後、スポーツエントリーでの入金完了メールや申込完了画面の提示またはこれらをプリントアウトしたもので本人確認を行います。入金完了メール等がない場合、本人確認にお時間を頂戴することになりますので必ず持参してください。

③ゼッケン、ヘルメットシール、計測タグ、記念品の受け取り

受付で確認がとれましたらゼッケン、ヘルメットシール、計測タグ、記念品をお受け取りいただき受付は完了となります。

④フィニッシュ地点へ荷物を預ける

受付横にてフィニッシュ地点への荷物を預かります。スタッフからビニール袋を受け取り、荷物を入れた後、スタッフにお渡しください。この際、スマートフォンや財布などの貴重品は預けないでください。破損、紛失等した場合でも、主催者は一切の責任を負いません。

※ビニール袋にはスタッフがゼッケン番号を書いたシールを貼りますので、ご自身の番号と間違いがないかよくご確認ください。

ゼッケン、計測タグの取り付け

- ・スタートするまでにゼッケン、計測タグを指定の場所に取り付けてください。
- ・ゼッケンは右脇腹付近に見えるようにつけてください。
- ・ヘルメットシールは必ず前面に貼り付けてください。
- ・計測タグは、フロントフォークに結束用具で取り付けます。ご自分のお名前を確認してから取り付けください。（13ページ参照）
- ・計測タグをステムに巻き付けたりする人がいますが、正しい位置でなければセンサーは反応しません。また、計測タグを装着せずに出走した場合は計測できませんのでご注意ください。
- ・余分なタイラップ（結束用具）を切断するためのニッパは受付近くのバイクラックにあります。

ウォームアップについて

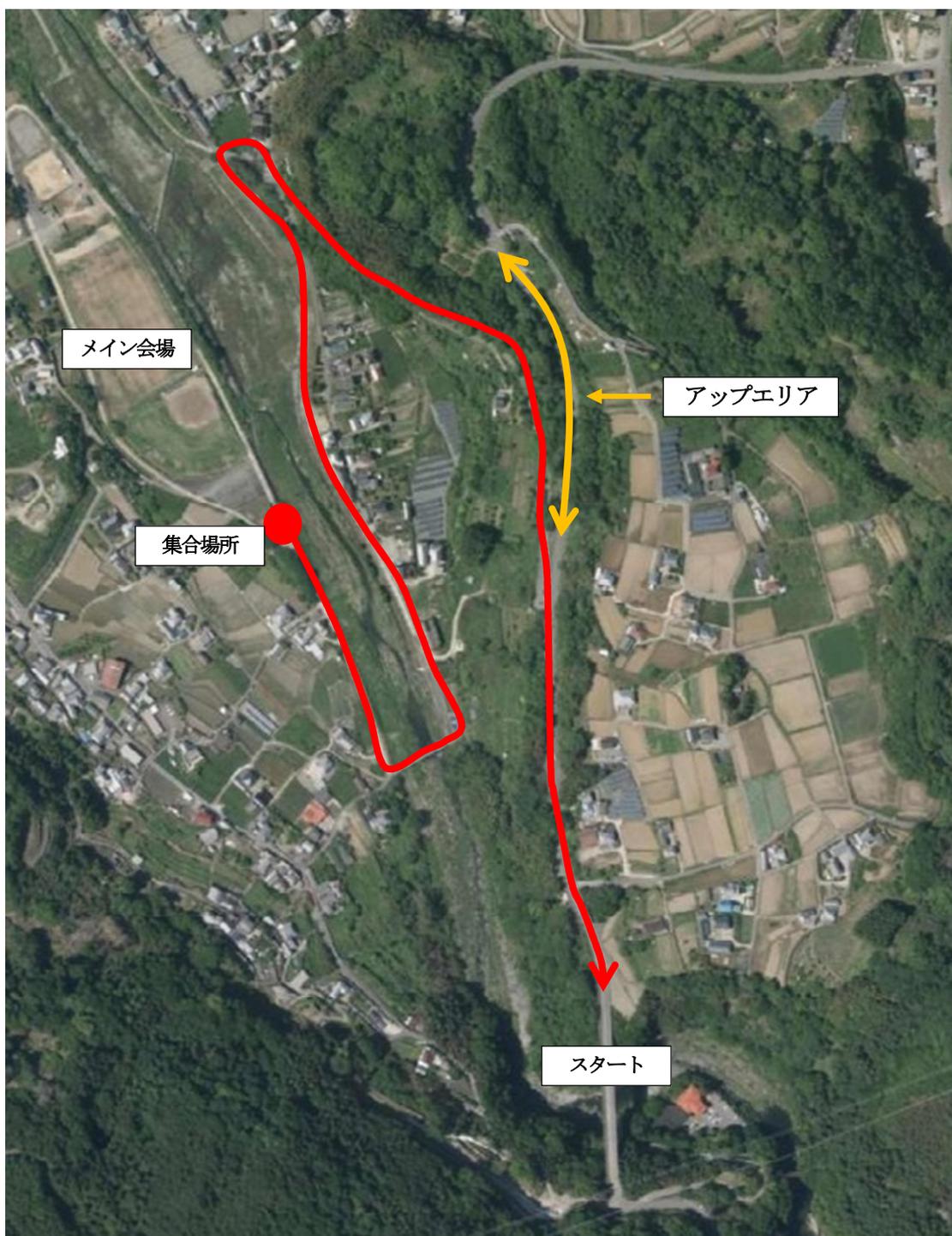
- ・会場周辺は道が狭くなっていますので、アップには6ページに記載してある場所を使用してください。
- ・アップエリアは道路規制を行っていませんので、交通ルール等を遵守の上、アップを行ってください。

応援について

- ・初開催ということもあり、安全確保の観点からスタート地点付近までとさせていただきます。

スタート地点までの手順および経路

- ・メイン会場の吉野川市総合スポーツ運動場からスタート地点の高越大橋までは、およそ1,800mです。
- ・開会式終了後、メイン会場南側の集合場所（赤丸）にスタート順に整列していただき、ゼッケン番号毎に20人程度のグループを作り、スタート地点へ移動します。
- ・スタート地点まではガイドライダーが先導しますので、指示に従い移動してください。

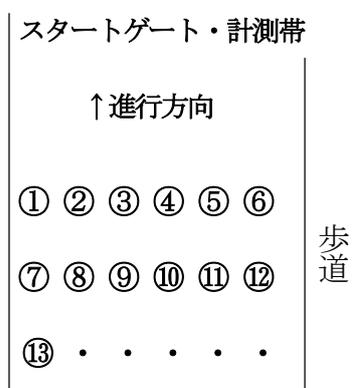


タイムスケジュール

カテゴリー	集合時間	出発時間	スタート予定
A・B	10:00	10:15	10:30
C	10:03	10:18	10:33
H	10:06	10:21	10:36
E	10:09	10:24	10:39
F	10:12	10:27	10:42
D・G	10:15	10:30	10:45

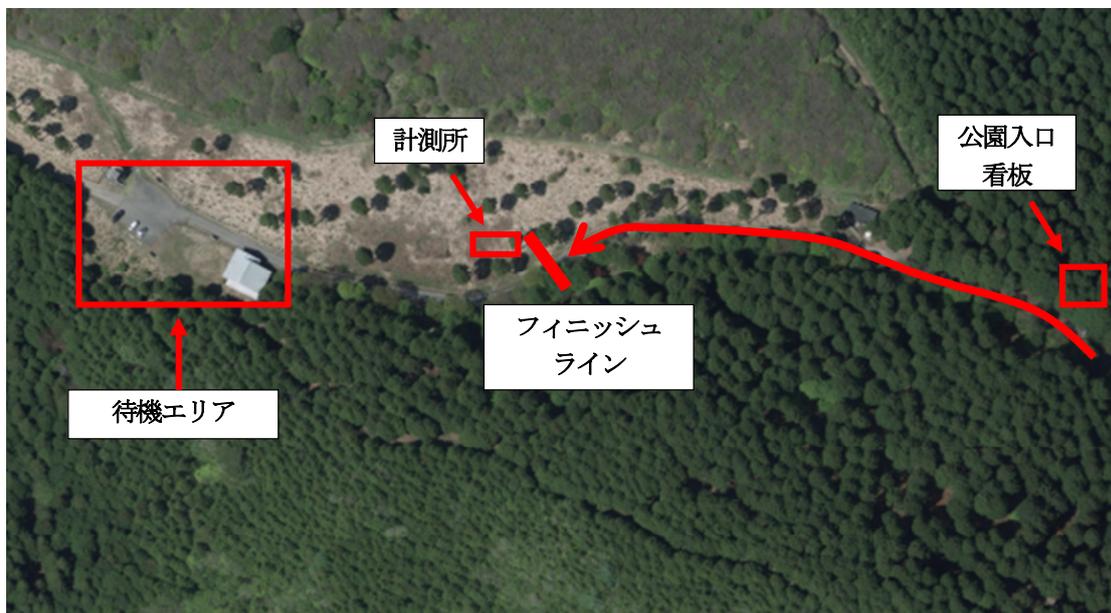
※タイムスケジュールは予定です。進行具合により変わることがあります。

スタート手順（整列順）



- ・スタート付近でスタッフが整列をお願いしますので、移動後整列をお願いします。
- ・スタート時の整列は、進行方向に向かって左よりゼッケンの若い番号順となります。
- ・先頭列の方はグリッド内に整列いただき、2列目以降の方は前の人の後ろに整列してください。
- ・スタート時間になりましたらスタート合図とともにスタートします。
- ・タイムの計測はスタート先の計測帯を通過後からとなります。

フィニッシュ地点



- ・フィニッシュ後はその場に立ち止まらず、速やかに待機エリアまで移動して下さい。
- ・フィニッシュ後に計測タグを回収しますのでご協力をお願いします。未返却の場合は、5000円お支払いいただくようになります。
- ・下山はすべての競技が終了後に行います。
- ・軽食及び飲み物を用意していますのでお受け取りください。
- ・風よけ用のテントを用意していますので譲りあってご利用ください。
- ・仮設トイレを3基設置しています。
- ・体調不良や握力の低下、メカニカルトラブル等がありましたら、近くのスタッフにお声かけください。

※フィニッシュ地点は冷えることが予想されます。すべての競技が終了するまで下山できませんので防寒着等をご準備ください。

下山の手順

- ・ガイドライダーの指示に従い、下山してください。下山は約10人から20人が1つのグループとなり、ガイドライダー先導でメイン会場まで帰ります。ガイドライダーより前には絶対に出ないで、スピードを落として下山してください。違反者は失格とします。
- ・下りコースでの追い抜きは危険回避を除き禁止とします。
- ・下山時は3回休憩を行います。3回目の休憩地点にはトイレを設置しています。
- ・体調不良や握力の低下、メカニカルトラブル等がありましたら、近くのスタッフにお声かけください。

主会場及び駐車場（吉野川市総合スポーツ運動場）



- ・会場内は矢印の方向に一方通行となっています。会場内の走行及び駐車は誘導係員の指示に従ってください。
- ・駐車場には砂利の箇所もありますので、ローラーを使用の場合はマット等をご用意ください。
- ・芝の上での飲食は禁止となります。

会場への経路図



①のミニストップがある交差点を左折（右折）し、そのまま南へ1.3km程度進みます。次に②の三叉路を右折し、橋を渡った先の③を左折します。左折後は左手にメイン会場の吉野川市総合スポーツ運動場が見えます。

※会場周辺は道が狭くなっていますので気をつけてお越しください。

※①～③には案内員を配置します。

アクセス

■京阪神方面より

神戸淡路鳴門自動車道 → 高松自動車道・板野 IC → 県道 1 号 → 県道 14 号・県道 12 号 → 県道 3 号 → 吉野川市山川町

【所要時間（吉野川市山川町まで）】

- ・大阪より約 2 時間 45 分
- ・神戸より約 2 時間

■高松方面より

国道 193 号 → 県道 12 号 → 県道 139 号 → 吉野川市山川町

【所要時間（車で吉野川市山川町まで）】

- ・高松より約 1 時間 10 分

■松山方面より

松山自動車道・川之江 JCT → 徳島自動車道・脇町 IC → 国道 193 号 → 県道 12 号 → 県道 139 号 → 吉野川市山川町

【所要時間（車で吉野川市山川町まで）】

- ・松山より約 2 時間

■高知方面より

高知自動車道・川之江東 JCT → 徳島自動車道・脇町 IC → 国道 193 号 → 県道 12 号 → 県道 139 号 → 吉野川市山川町

【所要時間（車で吉野川市山川町まで）】

- ・高知より約 1 時間 45 分



その他の注意事項

1. 標高が高いため、天候が変化しやすく、山麓と高地では状況が大きく異なることがあります。
2. 大会の開催可否を、当日の早朝に実行委員会で決定します。中止の場合は、午前5時30分までに大会ホームページ (<https://mt-kotsu.com>) に掲載します。大会中止となった場合でも、参加料は返却できませんので、ご了承ください。

【判断基準】

- ・気象庁からの発表により吉野川市に暴風・大雨等の警報が発令されている場合
 - ・荒天等により競技コース内で土砂崩れが起きている場合
 - ・その他、実行委員会の協議により危険と判断した場合
3. 自己都合による申込後の変更、キャンセルは受け付けません。また、過剰入金・重複入金の返金は行いません。
 4. 大会開催中に主催者より競技続行に支障があると判断された場合、主催者の競技中止の指示に従ってください。また、その他、主催者の安全管理・大会運営上の指示に従ってください。
 5. 大会開催中に傷病が発生した場合、応急手当を受けることに異議申し立ては行えません。また、その方法、経過等について、主催者の責任は問われません。
 6. 大会開催中の事故、紛失、傷病等に関して、主催者が認めた場合を除き、主催者の責任は免除されます。
 7. 大会開催中の事故、傷病等への補償は、主催者が加入した保険の範囲内で行われます。
 8. 大会の映像・写真・記事・記録等（氏名・年齢・性別・肖像等の個人情報）の各種媒体への掲載権・使用权は主催者に属します。
 9. 大会申込者の個人情報は、前項のとおり取り扱われます。
 10. 本大会の特性・競技の危険性を十分に理解し、主催者の安全管理・救護体制に限界があることを認識した上で、自己の責任において安全・体調・装備の管理、保険への加入等を行い参加してください。なお、基本的感染症対策の実施についてご協力をお願いします。
 11. コース内及び周辺の美化にご協力ください。ゴミは各自でお持ち帰りください。
 12. 完走証は下記Webサイトにアップされますので各自で対応してください。
LAP CLIP (<https://matrix-sports.jp/lap/index.php>)



計測タグ取り付け方法

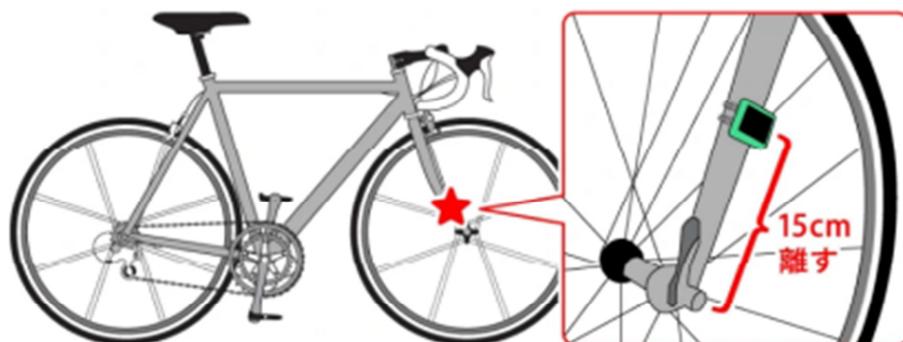
・計測タグが付いていないとタイムが記録されません。

※所定の位置にしっかりと固定して落とさないようご注意ください。

取り付け方法

計測タグを「フロントホーク」に取り付けてください(左右どちらでも可)。

下図の★の位置に、タイラップで固定して取り付けてください。



【ご注意】

計測タグは、サイクルコンピュータのセンサーを装着しているホークの**反対側**に取り付けてください。センサーと計測タグを近くに取り付けると、どちらも作動しなくなる場合があります。

取り付けの手順

①



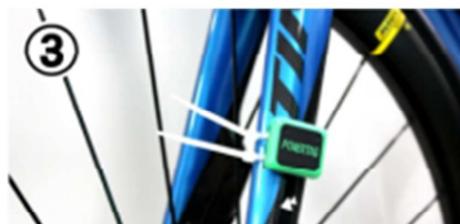
タグ裏面にあるゲタ状台座の穴に写真のようにタイラップを通します。

②



フロントホークに装着しタイラップの細い先端を穴に通して強く引きます。

③



しっかり固定するまでタイラップを引き、ずれたりしないか確認します。

④



固定したら余分なタイラップをニッパーなどで切り取ってください。

◎レースが終了したら、計測タグは必ず返却してください。

大会参加者の皆さんへ

健康管理の問診票の提出について

- ・この問診票は参加者の健康状態の確認を目的としていますので、次の問診票に記入の上、必ず受付に提出すること。
- ・提出された個人情報の取り扱いには十分配慮し、個人情報保護法等の法令において認められる場合を除き、ご本人の同意を得ずに第三者に提供いたしません。ただし、大会会場にて感染症患者又はその疑いのある方が発見された場合は、必要な範囲で保健所等に提供する場合がありますのでご了承ください。

記入日：令和7年10月26日

問 診 票

※すべて記入すること

氏名		カテゴリー	A・B・C・D・E・F・G・H	
年齢		歳	生年月日	年 月 日
電話番号	()			
大会当日の体温	()°C ※37.5°C以上の方は出場不可			
●大会前2週間における健康状態 ※該当する項目の□にチェックしてください。				
①平熱を超える発熱があった	<input type="checkbox"/>			
②咳（せき）、のどの痛みなど風邪の症状があった	<input type="checkbox"/>			
③だるさ（倦怠感）、息苦しさ（呼吸困難）があった	<input type="checkbox"/>			
④嗅覚や味覚の異常があった	<input type="checkbox"/>			
⑤体が重く感じる、疲れやすい等の症状があった	<input type="checkbox"/>			
⑥新型コロナウイルス等の感染症陽性とされた者との濃厚接触があった	<input type="checkbox"/>			
⑦同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がいた	<input type="checkbox"/>			
⑧過去14日以内に政府から入国制限、入国後の観察期間が必要とされている国、地域等への渡航又は当該在住者との濃厚接触があった	<input type="checkbox"/>			
※1項目でもチェックがあった場合は医師のメディカルチェックを受けていただく場合があります。				

会場イベント



Mt.高越ヒルクライム2025の開催に併せて、メイン会場でランニングバイク体験会を開催します。当日は、稲村亜美さんにも体験会に参加してもらい、最後には参加者と記念撮影も行います。

内容

日時：令和7年10月26日（日） 10時～14時

- 第1部 11時～11時20分
- 第2部 11時30分～11時50分
- 第3部 13時～13時20分
- 第4部 13時30分～13時50分

会場では、キッチンカーの出店や本市の特産品などが当たるじゃんけん大会も開催！



※稲村亜美さんが参加する体験会は4部制となります（要予約）
※上記時間帯以外は自由に体験していただけます

場所：吉野川市総合スポーツ運動場

定員：各部8名（応募多数の場合は抽選となります）

※抽選の結果は10月10日（金）までに登録先のメールに送付します

対象：2～6歳の未就学児（保護者同伴）

参加費：無料

申込み：9月8日（月）～10月5日（日）までに
右記二次元コードよりお申し込みください

申し込みはこちらから



※当日は会場駐車場の混雑が予想されるため、臨時駐車場の高越小学校駐車場もぜひご利用ください。高越小学校からメイン会場までは送迎用のマイクロバスが運行します。

●問い合わせ Mt.高越ヒルクライム実行委員会 商工観光課内 ☎0883-22-2226

スポーツくじ



すべてのスポーツにエールを

スポーツくじの収益は、日本のスポーツを育てるために使われています。

問い合わせ先

吉野川市 商工観光課内

Mt. 高越ヒルクライム実行委員会事務局

〒776-8611 徳島県吉野川市鴨島町鴨島 115-1

電話：0883-22-2226 FAX:0883-22-2237

吉野川市のHP：<https://www.city.yoshinogawa.lg.jp>

Mail：shoukoukankou@yoshinogawa.i-tokushima.jp