

第9回白馬国際トレイルラン

トライアルウィーク（予選ラン）参加の皆様へ

東山コースを走るのにあたり注意してほしい点

- 1、コースは整備し看板等設置してありますが、コース上には管理者等一切いませんので全て自己責任において対応していただく様にお願いします。
- 2、蜂、熊は必ずでるといふつもりで山に入る様にお願いします。
- 3、蜂対策のポイズンリムーバーや蜂スプレー、薬など必携になります。
- 4、熊よけの鈴等も必携になります。
- 5、熊よけスプレーも場合によってはあると安心です。
- 6、怪我、蜂の出現、熊との接触などで行動不能になった場合は警察、または消防署にご自身で連絡する様にしてください。トレイルラン事務局や観光局などは一切対応できません。また宿泊先でも対応はできませんので事前のご理解を宜しくお願いします。
- 7、天候の急変や日没などで遭難等の危険が出てきます。ご自身で時間の管理をしっかりと行ってください。
- 8、体調の管理を十分に行ってください。体温等も含めて異変、異常があればコースには入らない様にしてください。
- 9、他のハイカーや MTB のライダーも走る共有コースです。お互いに思いやりとマナーを守って気持ちよくご利用ください。
- 10、自然を大切に、ゴミなどを残すことのない様に、またトレイルコンディションがあまりよくない時にはご配慮をお願いします。

以上

【緊急時連絡先】

- ・大町警察署 白馬村交番 0261-72-2009
- ・北アルプス広域北部消防署 0261-72-0119