

「美ヶ原トレイルラン」感謝祭  
ランとビールと星空と

参加者  
募集



# RUN & BEER

## RUN & BEER NAGAWA

# 2019 10.5<sub>土</sub> - 6<sub>日</sub>

ゲレンデに設けられた1周約1キロのコースを、チームごとにリレーしながら周回数を競う「5時間耐久トレイルランリレー」です。もちろんお一人での参加もOK。また、リレーには参加せずに会場であったり BEER & FOOD もウェルカムです！（入場無料）高橋ちか・ケルト音楽の生演奏を聴きながら、クラフトビールを飲んで、美味しいフードやフィルム鑑賞でアフターも楽しみましょう。夜のキャンプでは満点の星空がお出迎えます。

場所

**エコーバレースキー場**

〒380-0601 長野県小県郡長和町姫木平

参加費

大人 3,000 円・中学生以下 1,000 円

会場への入場は無料

参加資格

トレイルランリレー：小学生以上  
その他のイベント：年齢制限なし

※イベントルールや誓約書内容を理解し、  
良識とマナーを守って行動できる心身共に健康な方

### Schedule

#### Trail Running

08:00 受付開始（ゼッケン配布）・コース下見  
試走スタート（任意）  
09:30 受付終了  
10:00 リレースタート（距離約 1.2 km / 標高差約 100m）  
15:00 リレー終了・表彰式

#### Night Party

16:30 ステージ  
高橋ちか・S-celts  
18:30 MIXED～アウトドアフィルム祭

#### Morning (10/6)

朝ヨガ・トレイルラン講習会

- 主催
- 後援
- 問い合わせ
- 企画
- 公式サイト

RUN & BEER NAGAWA  
長和町、信州・長和町観光協会、エコーバレースキー場  
TEL.090-1281-8325（ペンションハーモニー内 / 担当：山口 稔）  
info@run-beer.com  
YMANOVA / プロデューサー・田中ゆうじん  
**www.run-beer.com**



↑大会エントリーは  
イーモシコムにて受付中！



# RUN & BEER NAGAWA

## ■ 5時間耐久トレイルランニングリレー

- ・ゲレンデ内のコースを個人またはチームで周回し、5時間での周回数を競うスタイル。
  - ・1チームは5名まで。タスキバスゾーン内でタスキを受け渡し選手交代してください。
  - ・出走順番、連続周回などすべて自由です。
  - ・チームメイト希望の方は、大会側でマッチングします。
- "リレーマッチングチケット" (無料) をあわせて購入ください。



休憩中やナイトパーティーでは、東御市の「オラホビール」のクラフトビールや、石窯カフェの「KOKUYA」のピザ、「スマイル結絆」のカレーなどを 즐기いただけます。

## イベント詳細

### 高橋ちか

2007年2月、全国デビュー。ガットギター弾き語りのライブスタイルで、年間100本のライブを行う。少しハスキーで柔らかな声と巧みなギターワーク、リアルとファンタジーが交錯するソングライティングが武器のオーガニック・ソウル、ネオ・アコースティック系シンガーソングライター。



### 信州大学ケルト音楽研究会 S-Celts

2013年11月に設立した信州大学の団体。アイルランドの伝統音楽の演奏やダンスを中心としたパフォーマンスを行っている。「自分たちと一緒に地域の人々にも楽しんでもらう」ことを目指す。野外フェスで人気の高いアイリッシュミュージックの生演奏をお楽しみください。

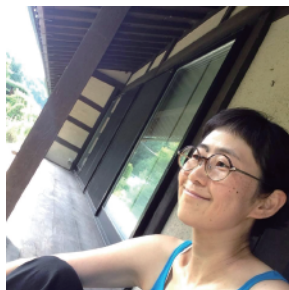


### 朝ヨガ・中野由枝

6日、朝6時から会場に宿泊する参加者のためのスペシャルコンテンツ。

「朝のエネルギーを身体いっぱい入れるぞ!」をテーマとし、講師に中野由枝さんを迎え、朝ヨガを実施します。全身の気の流れを意識した内容となっています。

初心者OK、予約不要



## 宿泊について

### ■ テントサイト・・・¥1,000

エコーバレースキー場ゲレンデ内となります。傾斜の部分もあります。トイレはスイスハイムをご利用ください。 ※イー・モシコムから

### ■ 寝袋・・・¥1,000

エコーバレースキー場のスイスハイム（休憩所）です。トイレは建物内にあり。暖房あり。 ※イー・モシコムから

### ■ 車中泊・・・¥500

スキー場の駐車場をです。トイレはスイスハイムをご利用ください。（少し離れています） ※イー・モシコムから

### ■ ペンション

エコーバレースキー場周辺に多数あり。ご予約はご自身でお願いいたします。



←イー・モシコムから宿泊チケット（ペンション除く）がご購入できます。大会のエントリーもこちらからどうぞ

<https://moshicom.com/28014>