



あなたはどのレースに挑む？ Which race is your challenge?

パーティカル・応援トレッキング&ノーマル [真田幸村コース]

太郎山まで直登するレース。
全区間歩いてもゴールできます。

Mt.KOKUZOU 1077m
虚空蔵山

Mt.TARO 1164m
太郎山

+700m

【JSA技術的難易度】初級 ★☆☆☆☆ 【優勝予想タイム】男子27分/女子35分

パーティカル・エリート [猿飛佐助コース]

世界基準を満たしたレース。
途中下り坂や40度近い傾斜もあります。

Mt.KOKUZOU 1077m
虚空蔵山

Mt.TARO 1164m
太郎山

+1000m

【JSA技術的難易度】中級 ★★☆☆☆ 【優勝予想タイム】男子42分/女子49分

スカイレース・ノーマル [秋和山城コース]

急峻な岩場・ガレ場もあるテクニカルなスカイレース。
登山経験者向き。

Mt.KOKUZOU 1077m
虚空蔵山

Mt.TARO 1164m
太郎山

±2000m

【JSA技術的難易度】中級 ★★★☆☆ 【優勝予想タイム】男子2時間30分/女子3時間30分

スカイレース・エリート [塩尻山城コース]

世界レベルのスカイレース。
スクランピング(攀じ登り)も含む熟達者向け。

Mt.KOKUZOU 1077m
虚空蔵山

Mt.TARO 1164m
太郎山

±3000m

【JSA技術的難易度】上級 ★★★★★ 【優勝予想タイム】男子3時間30分/女子4時間10分

《基本的な注意事項》

- 選手は自然の中で行われる競技に危険が伴うことを十分に認識し、ケガ、病気、事故などに怪して、自己の責任において大会に出場してください。主催者は応急処置をしますが、参加者の怪我や健康疾患に責任を負いません。(※自己の責任という点について大会エントリー時に同意書の提出が義務付けられます)
- 疫病の感染拡大、及び、気象条件・地震等の災害等の理由で参加者・スタッフに危険が伴うと判断された場合、大会を中止する場合があります。その場合は、次回大会への参加権利の移行、もしくは、必要経費分を引いた形での返金やポイント還元など、状況に応じて参加者の皆様及び大会側の不利益が最小限になるための策を、大会側が判断して実施いたしますことを予めご承知おきください。
- エントリー完了後(参加費入金後)の自己都合によるキャンセルは、返金対応いたしかねます。また、特定の地域の移動制限により参加できない場合も入金後の返金は対応いたしかねます。
- コースは大会で占有をしているものではなく、一般利用者も使用していることを十分に理解し、その通行を妨げずに行ってください。一般登山者を追い越す又はすれ違う際「停止または減速」等の安全を考慮し、歩行者優先としてください。
- コースは上田市民の山である太郎山系を通るため、環境配慮が必要なエリアです。コースを逸れず、ごみを捨てない。そして、コース上及び全区域で動植物・菌類・岩石などを採取・損傷してはなりません。また、トイレは指定された場所だけを利用してください。
- 会場へのアクセスは自家用車もしくは北陸新幹線などの鉄道路線になります。大会参加者専用の送迎バスはありません。自家用車でお越しになる方は上田市街地の有料駐車場等に停車してください。
- 荷物置き場はスタート地点(大星神社)に設けますが、貴重品は各自で管理してください。
- 大星神社に女子更衣室のみ設けます。自家用車やお泊りになる方はホテル等の部屋での着替えをお願い致します。

《ご案内》

- 受付：ゼッケンやプログラムは事前発送を予定しております。
- スタート：各自のスタート時刻は事前に通知いたします。スタート10分前までにスタートエリアへお越しください。
- 【真田幸村コース：10秒に1~2名ずつ】 年齢低→高
- 【猿飛佐助コース：10秒に1~2名ずつ】 年齢低→高 (一般→JSA登録)
- 【応援トレッキング：一斉スタート】
- 【秋和山城コース：1分に20名ずつ】 年齢低→高
- 【塩尻山城コース：1分に20名ずつ】 年齢低→高 (JSA登録→一般)
- 駐車場：上田市街地の有料駐車場をご利用ください。
- 更衣室：大星神社に女子更衣室のみ設けます。基本は自家用車やホテル等にて各自で着替えてお越しください。
- 荷物置き場：スタート地点付近(大星神社)に荷物置き場は設けませんが、貴重品は各自で管理をお願い致します。
- 表彰式：上田駅前広場で実施します。
- 帰還確認：パーティカルのゴール後は真田幸村コースを下山し、スタート地点で帰還確認をお願いします。
- 割引クーポン：帰還確認後、クーポンを使って上田市街地でスイーツなどをお楽しみください。

《お申込み》

- インターネット：スポーツエントリー/ランネット
- お電話：スポーツエントリー(カスタマーサポートセンター)
0570-039-846 (平日10:00~17:00)

《公式web》 <https://www.uedavertical.com>



上田のSKYに駆け登れ!

10th ANNIVERSARY Home of Skyrunning

第10回 記念大会

太郎山登山競走 UEDA VERTICAL RACE 2024

申込期間：2024年1月中旬~2024年4月3日(水)

※定員になり次第締め切りとなります。

開催日 2024年5月3日(金・祝) **パーティカル** [山岳 駆け登りレース]
 2024年5月4日(土・祝) **スカイレース** [山岳駆け登り 駆け下りレース]



主催：太郎山登山競走実行委員会
 後援：長野県、上田市、上田市教育委員会、上田市スポーツ協会、上田商工会議所、信州上田観光協会、信濃毎日新聞 他
 レース主管：一般社団法人日本スカイランニング協会
 企画運営：SKYRUNNING JAPAN
 《お問合わせ先》 合同会社スカイランニングジャパン contact@skyrunning.jp

2024.5.3 (金祝)

VERTICAL
バーティカル
《山岳駆け登りレース》

バーティカル・応援トレッキング
バーティカル・ノーマル

真田幸村コース

距離：3.7km 標高差：+700m
太郎山まで直登するバーティカル(駆け登り)レース。
全て歩いてゴールができます。
【JSA 技術的難易度】初級 ☆☆☆☆☆

バーティカル・エリート
【猿飛佐助コース】

距離：5.0km 標高差：+1000m
世界基準を満たしたバーティカル(駆け登り)レース。
途中下り坂や40度近い傾斜もあります。
【JSA 技術的難易度】初中級 ☆☆☆☆☆

スケジュール・注意点

大会当日[5月3日(金・祝)] ●当日までに時間等は変更する場合があります ●上田駅周辺の有料駐車場をご利用ください

- 8:30 オープニングセレモニー(開会式/バーティカル競技説明)【上田駅前広場】
9:50 応援トレッキングスタート【大星神社】
10:00~12:00 スタート【大星神社】
14:00 ゴール制限時間【太郎山山頂】
15:00 帰還チェック終了時刻【大星神社】
13:00~16:00 完走証発行【上田駅前広場】
14:00 アワードセレモニー(真田幸村コース[ノーマル]表彰式)【上田駅前広場】
15:00 アワードセレモニー(猿飛佐助コース[エリート]表彰式)【上田駅前広場】

上田市内名店の
割引クーポン
進呈!!



対象・参加資格・表彰

バーティカル・真田幸村コース
対象参加資格...小学生以上・登山のルール・マナーを守ることのできる健康な方
表彰...①総合：男女1~3位
②年代別：男女1~3位

バーティカル・猿飛佐助コース
対象参加資格...中学生以上・登山のルール・マナーを守ることのできる健康な男女で、以下の①、②のいずれかに当てはまる者
表彰...①一般男女：1~3位
②エリート：個人総合1位~5位(賞状・賞品) / 個人マスターズ1位~3位(賞状)

バーティカル・応援トレッキング【新設部門：先着30名】
説明...太郎山山頂までランナーを応援しながら歩いて登る体験部門。順位はつきません(記録証は出ます)。
表彰...なし

参加費・エントリー【申込期間：2024年1月中旬~2024年4月3日(水)】【定員：700名】

- バーティカル・真田幸村コース 小中学生3,500円/高校生以上5,500円(税込・保険込)
バーティカル・猿飛佐助コース 6,500円(税込・保険込)
バーティカル・応援トレッキング 小中学生2,000円/高校生以上3,000円(税込・保険込)【先着30名】



2024.5.4 (土祝)

SKYRACE
スカイレース
《山岳駆け登り・駆け下りレース》

スカイレース・ノーマル【秋和山城コース】

距離：18.0km 標高差：±2000m
急峻な岩場・ガレ場もあるテクニカルなスカイレース(駆け登り&駆け下り)。登山経験者向き。
【JSA 技術的難易度】中級 ☆☆☆☆☆
制限時間6時間00分(途中関門2カ所)

スカイレース・エリート【塩尻山城コース】

距離：25.0km 標高差：±3000m
世界レベルのスカイレース。スクランプリング(攀じ登り)も含む熟達者向け。
【JSA 技術的難易度】上級 ☆☆☆☆☆
制限時間7時

スケジュール・注意点

- 大会当日[5月4日(土・祝)] ●当日までに時間等は変更する場合があります ●上田駅周辺の有料駐車場をご利用ください
8:00~8:40 スタート【大星神社】
11:00 下塩尻関門時刻 12:00 上塩尻関門時刻
13:00 秋和関門時刻 14:30 緑ヶ丘(虚空蔵堂)関門時刻
15:30 ゴール制限時間【大星神社】
13:00~16:00 完走証発行【上田駅前広場】
15:00 クロージングセレモニー(スカイレース表彰式/閉会式)【上田駅前広場】



上田市内名店の
割引クーポン
進呈!!

対象・参加資格・表彰

スカイレース・秋和山城コース
対象参加資格...高校生以上・登山のルール・マナーを守ることのできる健康な男女で、以下の①、②のいずれかに当てはまる者
表彰...総合男女：1~3位

スカイレース・塩尻山城コース
対象参加資格...満18歳以上(レース当日)登山のルール・マナーを守ることのできる健康な男女で、以下の①、②のいずれかに当てはまる者
表彰...①一般男女：1~3位
②エリート：個人総合1位~5位(賞状・賞品) / 個人マスターズ1位~3位(賞状)



参加費・エントリー【申込期間：2024年1月中旬~2024年4月3日(水)】【定員：500名】

- スカイレース・秋和山城コース 8,000円(税込・保険込)
スカイレース・塩尻山城コース 12,000円(税込・保険込)

お申し込み(バーティカル・スカイレース共通)

- インターネット：スポーツエントリー/ランネット
お電話：スポーツエントリー(カスタマーサポートセンター) 0570-039-846 (平日10:00~17:00)

《公式web》 https://www.uedavertical.com



※参加募集人数に達し次第申し込みを締め切ります。(先着順)

レース当日の服装 及び 禁止事項について

- 必携装備...雨天時：防水機能付きジャケット(長袖1枚)+ゼッケン
推奨装備...水、食料、ファストエイドキット
禁止装備...サンダル類、イヤホン類

