

長井さんが
コースを考案!

第1回 KONAN TRAIL

～お塩と羽尾とやすらぎトレイル～

2023 10/1日
8:00 START!

満員御礼!!



ヤ・シイパークを拠点として夜須町羽尾の「長谷寺周辺歴史の道地図」に記された「塩の道」を舞台に初開催。夜須町の自然と、山と海をつないだ往還道を多くの方に体験していただくコースとしました。地域の皆さまのご理解とご協力、沿道での応援などよろしく申し上げます。

【コース】

- ヤ・シイパーク芝生広場
- 手結内港→真行寺
- 大峰山(轟神社)→宝田神社
- 夜須北部クリーンセンター前
- 星神社
- 林道城山・羽尾線 境木の碑
- 羽尾峠→大釜の滝→大釜荘
- 表参道三十三観音の道 **折り返し**
- 長谷寺仁王門を抜け観音堂
- 展望台「そらこや」
- 塩炊地蔵様(塩の道・徳善往還)
- 海津見神社→夜須川沿い
- ヤ・シイパーク芝生広場 **GOAL!!**

START

約200人が参加/
33.7kmコース

補給スポット

- 給水
 - 給水・補給食
 - 公式応援エリア
- ※応援エリアの一部駐車場には限りがあります



問い合わせ

香南市観光協会
☎0887-56-5200

香南市は トレイルの宝庫!

塩の道は、山からまちへ、峠から集落へと、景色の移り変わりが楽しめるとても魅力的な道。旅をしている感が短い距離にぎゅっと詰まっています。今回の【KONAN TRAIL】も、やすらぎトレイルの副題の通り、レースっぽくない仕上がりにしました。振り返れば、山もまちも海も楽しめるバランスのいいコースになっていますよ! 道は人が踏みしめることで道として残ります。ぜひ応援からでも、トレイルランの世界をのぞいてみませんか。



▶国内外でトレイルランを楽しむ長井さん



その足で世界を走る トレイルランナー

香南市の
「がんばる!」
を応援



KONAN TRAIL
大会コーディネーター
ながい ひろたか
長井宏賢さん(野市町)

世界の老舗長距離レース 「トル・デ・ジアン」への挑戦

10月に夜須町で開催されるトレイルラン「KONAN TRAIL」のコース構成に携わる高知大学職員の長井さん。そんな長井さんがイタリアの老舗レース「トル・デ・ジアン」に出場します!

9月10日〜16日、制限時間150時間で山岳地帯330キロを進むこのレースは、トレイルランナー憧れの国際的な超長距離レース。長井さんは高倍率の抽選の中、2度目の応募で出場権を獲得しました。

速さを競うレース色の強い短距離ランより長距離ランの方がアドベンチャー感があって好みだという長井さん。自分の経験値向上や体力維持のため、これからも年に一度は出場したいといっています。

「長距離大会ではいわゆる年の功、経験が生きてくる。道具の精査や、補給・睡眠など身体のマネジメント能力が発揮しやすい。身体に痛みがでたり、眠気に襲われたり、誰しも出てくる。そこからはもう心の問題。どう工夫して乗り越えるかを考えるのが楽しい。経験を生かしてチャレンジを楽しみたい」と意気込みを語ってくれました。

「自分」という

交通手段を得る達成感

マラソンと違い、未舗装の道を楽しむトレイルラン。その魅力とは? 未舗装だからこそその自然あふれる景観や、山を下りたときに広がるまちの景色など、自分の足で旅をする感覚はやはり魅力のひとつだそう。そして長距離だからこそその魅力も教えてくれました。

「同じ道のりでも慣れや工夫でかかる時間がぐっと縮められる。そうすると前と同じ時間でもっと距離を伸ばして他のところも巡れるじゃないですか。それがすごく得たような、とても贅沢な気分になるんですよ。ひとつ交通手段を得たみたいで、努力のたまものだから、お金を出してでも得られません」

2008年に大学の演習林の活用として思いついたトレイルラン。そこからトレイルランの世界を知った長井さんは、たくさんの人に魅力を知ってほしいといいます。過酷に思えるトレイルランは、歩く場面も多くあるとのこと。自分のペースで景色を楽しんで「どこまでいけるかな」「もっといけそうー」という冒険感を楽しんでほしいと、笑顔で話してくれました。