

みんなで駆ける公園 「トレイルランナーズカップ 2025」開催

国営アルプスあづみの公園【大町・松川地区】では、11月30日（日）に「トレイルランナーズカップ アルプスあづみの公園 2025」を開催します。3歳から気軽に参加できる、日本一敷居の低いレースを目指し、公園内の遊歩道で爽やかに体を動かせるコースを設計。運動やアウトドアを始めたい初心者から、トレーニング目的の経験者まで、幅広い層にお申し込みいただいています。



昨年の開催状況（2024/11/17 撮影）

◆公園一周トレイル

レンタル棟をスタートし、園内を大きく一周。川沿いや森の中を走り抜け、園内の自然を満喫できる周回コースです。1周は約4km、ロング8kmの部は同コースを2周。高低差は4kmで累積約90m、8kmで累積約180m。トレーニングを目的とする経験者にとっても走りごたえがあり、幅広い層が楽しめる設計です。

■開催日：令和7年11月30日（日） ■事前申込人数：311名（ロング97名、ショート162名、伴走52名）

■主催：トレイルランナーズ ■共催：アルプスあづみの公園管理センター

■スケジュール

<ロング8kmの部> 8:00受付、9:30スタート、10:45表彰、11:30制限時間

<ショート4kmの部> 11:15受付、12:00ミニ講習会、12:30スタート、13:30表彰、14:30制限時間

◆トレイルランニングとは

トレイルランニングは、山道や森林などの未舗装路（トレイル）を走るアウトドアスポーツです。多様な地形や四季折々の景観を楽しみながら、有酸素運動に加え、体幹・バランスの強化も同時に実現できます。登山者優先や環境配慮のマナーを徹底し、安全第一で実施することで、幅広い層が楽しめる持続可能なスポーツです。

◆豪華ゲストが熱走

本大会には、長野県在住で世界でも活躍する「秋山穂乃果」選手と「上野朋子」選手の参加が決定しました。ゲストランナーとしてコースを駆け抜け、大会を盛り上げます。

■秋山 穂乃果：2024 スカイランニング世界選手権2位

2023 トレイルランニング世界選手権9位、スカイランニング日本選手権1位

■上野 朋子：2022 軽井沢トレイルレース（45km）4位 DEEP JAPAN ULTRA（UONUMA70km）女子優勝



保護者の伴走あり（2024/11/17 撮影）



表彰式（2024/11/17 撮影）

Information

森の体験舎 クラフト体験
X'mas クラフト 11/26(水)～12/12(金)

お問い合わせ

アルプスあづみの公園管理センター 大町・松川地区 企画運営担当：尾澤
〒398-0004 長野県大町市常盤 7791-4 TEL:0261-21-1212 FAX:0261-21-1214
https://www.azumino-koen.jp/oomachi_matsukawa/ 公園公式SNSもご覧ください

X

Instagram

Facebook