



信越五岳トレイルランニングレース2026 100mile 最終案内

100mile参加選手の皆さまへ

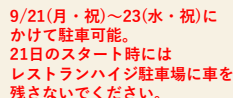
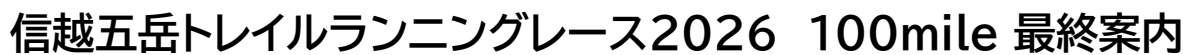
「信越五岳トレイルランニングレース2026～パタゴニア CUP～」にエントリーいただき、誠にありがとうございます。
います。この最終案内を大会HPと併せてお読みいただき、ご理解いただいた上でご参加ください。

100mile選手 スケジュール

21日 (月・祝)	9:30～14:00	選手受付	斑尾高原レストランハイジ MAP
	10:00～17:30	無料仮眠	各所
	16:00～18:00	ドロップバッグ・荷物預かり	斑尾高原ホテル前 第1駐車場(P1) MAP
	18:30	100mileレーススタート	レストランハイジ
22日 (火・祝)	5:00	第1関門制限時間	アパリゾート上越妙高エイド
	7:30	第2関門制限時間	国立妙高青少年自然の家エイド
	14:00	第3関門制限時間	黒姫エイド
	17:00	第4関門制限時間	笹ヶ峰グリーンハウスエイド
	23:30	第5関門制限時間	戸隠スキー場エイド
23日 (水・祝)	3:30	フィニッシュ制限時間	いいづなりリゾートプラザオーロラ
	11:00～13:00	表彰式	妙高市赤倉体育センター MAP

100mileペーサー スケジュール

21日 (月・祝)	9:30～14:00	ペーサー受付	斑尾高原レストランハイジ
	16:00～18:00	荷物預かり (22日に黒姫エイドでも可)	斑尾高原ホテル前 第1駐車場(P1)
	18:30	100mileレーススタート	レストランハイジ
	18:30～3:30	無料仮眠	斑尾高原ホテル内大広間 (100mileペーサーのみ利用可)
22日 (火・祝)	4:20	ペーサーバス移動 (コンビニ立ち寄り)	【直行便】【赤倉温泉観光協会経由便】 斑尾高原ホテル前→ 黒姫高原ホテルペーサー待機所
	5:00	ペーサーバス移動 (コンビニ立ち寄りなし)	赤倉温泉観光協会→ 黒姫高原ホテルペーサー待機所
	5:00～14:00 (5:00～14:15)	ペーサー当日受付 荷物・デポジットバッグ預かり	黒姫エイド
	5:00～14:00	ペーサー待機	黒姫高原ホテル内





信越五岳トレイルランニングレース2026 100mile 最終案内

アクセス情報

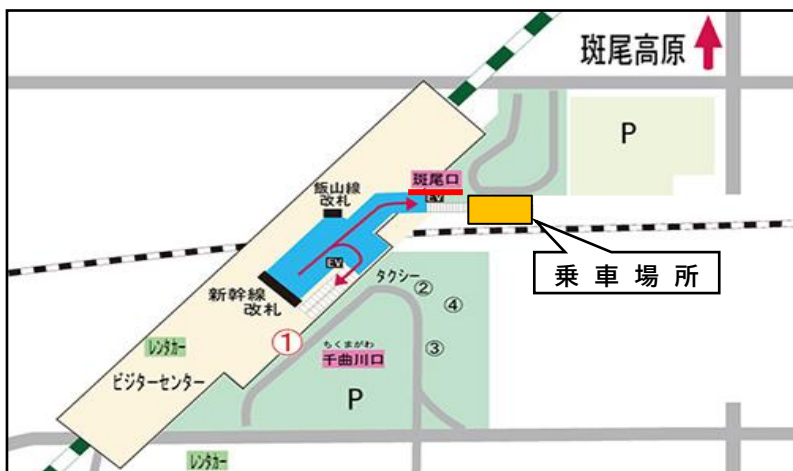
■ 9/21(月・祝) JR飯山駅～斑尾高原 有料送迎バス乗車場所(要予約)

JR飯山駅の「斑尾口」下の
バス乗り場よりご乗車ください。

1便目 **8:50**発

2便目 **11:10**発

3便目 **13:10**発



■ JR飯山駅付近のスーパーマーケット・コンビニエンスストア

バス発車時刻まで駅前スーパー・コンビニで30分程度の買い物時間を確保しております。



■ 大会無料駐車場については [こちら](#)



信越五岳トレイルランニングレース2026 100mile 最終案内

当日まで

■ 必携装備品の準備

必携装備品はレース中、常に全てを携行してください。必携装備品は[こちら](#)をご確認の上、ご準備ください。
山中で行われる大会ですので、救助に時間を要する場所もあります。必携装備品以外にも、各々の体力や天候等を考慮して、自分自身の身を守る装備を携行するようにしてください。

受付

受付の流れ

■ 装備品確認に関するお知らせ

装備品チェックは、実施いたしません。皆様にはご自身で装備品の確認を行っていただき、レース中は選手及びペーサー共に、全ての必携装備品を必ず携帯してください。
レース中に確認を行う場合があります。(上位入賞者はフィニッシュ後、必携装備品の確認を行います。)
状況によって大会の安全管理のため必携装備品が追加される場合もあります。

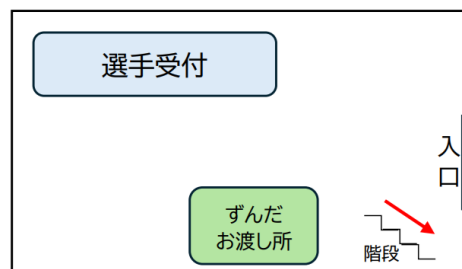
■ 受付

場所: レストランハイジ

受付時には受付表、誓約書をご自身で印刷、ご記入し提出してください。

※黒姫高原ホテルでの仮眠を申し込まれた方は、送迎バスの発車時刻が10:20となりますので、バスに間に合いそうにない場合はインフォメーションまでお越しください。

受付時に下記をお渡しいたします。



【ドロップバッグに入っているもの】

- 荷札(フィニッシュ行の荷物に取付用)
- ドロップバッグ用の袋2枚(うち1枚封入)
- 石川弘樹氏デザインパタゴニア製大会記念Tシャツ
- 参加賞 マッハコーヒー コーヒーバッグ / ハニーアクション トレイルピーナッツ
快腸走 RELORD GEL BASE / MAGMA アスリートバーリィ
MANABAR ENERGY LIQUID / Ando_塩入り

【受付で手渡し】

- ゼッケン2枚(うち1枚に計測チップ付き)
- ずんだ専門店zunda zunda ずんだ団子(受付後、階段前でお渡し)
※ペーサーで当日受付される方にはずんだ団子のお渡しはありません。ご了承ください。
- コースマップ
受付会場に置いておりますのでご自由にお持ちください。
応援の際のルート案内も兼ねておりますのでご活用ください。

■ ブース出店

場所: レストランハイジ前

時間: 10:00~17:00

協賛メーカーや飲食店が出店します。

飲食ブース内容: マッハコーヒー、栃尾バーガー、タコライス、うまさぎ焼き、ピザ、ジェラート他

※斑尾高原にはコンビニ、スーパーはありません。



信越五岳トレイルランニングレース2026 100mile 最終案内

仮眠について

■無料仮眠所（斑尾高原マップ 100mile参照）

- 利用希望者には受付後にインフォメーションカウンター(選手受付横)にて無料仮眠所のご利用チケットをお渡しいたしますので、必ずインフォメーションまでお越しください。
- 仮眠スペースには限りがありますので過剰な場所取りはせず、譲り合ってご利用ください。
また、自家用車でお越しの方は自車での仮眠もご検討ください。
- 基本的に男女兼用の畳敷きの大部屋です。(斑尾高原ホテルに女性専用あり)
- 無料仮眠所は大部屋となります。他選手の迷惑にならないよう、お静かにお願いします。
また、無料仮眠所内は飲食禁止です。飲食をする場合は待機所 白樺か自車をお願いします。
- ペーサーの無料仮眠所の利用は100mile選手スタート後18:30からとなります。スペースに限りがありますので**18:30までは100mile選手の方限定**とさせていただきます。**18:30以降は100mileのペーサー以外は利用禁止です。**

■無料仮眠所

選手無料仮眠所	利用可能時間	対象者	移動方法
■斑尾高原ホテル1F MAP 芙蓉・千曲(女性専用あり)	10:00～17:30	公共交通機関でお越しの方	斑尾高原内シャトルバス
■まだらお高原山の家2F(女性専用あり) MAP ■バートンホテルB1 ビクトリア MAP	10:00～17:00	自家用車でお越しの方	自家用車または 斑尾高原内シャトルバス
ペーサー仮眠所	利用可能時間	対象者	移動方法
斑尾高原ホテル 1F 芙蓉・千曲(女性専用あり)	18:30～翌3:30	100mile選手のペーサー 以外は利用禁止	自家用車または 斑尾高原内シャトルバス

- 寝具のレンタルはございませんので、必要な方はご自身でブランケット・マット等をご用意ください。
- 21日(月・祝)18:00までと22日(火・祝)12:00～22:00の間、斑尾高原ホテルのフロントで「信越五岳に参加します」とお伝えいただきますと斑尾高原温泉(ホテル内大浴場)が、割引価格のお1人様500円でご利用いただけます。22:00以降は斑尾高原ホテル宿泊者のみのご利用となります。**
- 斑尾高原ホテル大浴場の脱衣所を更衣室としてお使いいただけますが入浴は有料です。
- ゴミはご自身でお持ち帰りください。

■有料仮眠施設

有料仮眠施設は、配宿事務局からの配宿案内をご覧ください該当施設をご利用ください。基本、レース後の宿泊先も同じ部屋となりますのでお部屋に、荷物を置いたままレースにご参加いただけます。

場所	利用可能時間	移動方法
黒姫高原ホテル	11:00～16:30	JR飯山駅8:50発の有料送迎バスを利用。 10:20までに受付をお済ませください。
バートンホテル	11:30～17:30	自車にて移動
妙高エリア宿泊施設	11:00～17:00	自車にて移動

待機所について

■待機所

場所:斑尾高原ホテル レストラン白樺 利用可能時間:9/21(月・祝)10:00～18:30
横になることはできませんが、イス・テーブルがありますので、休憩や飲食時にご利用ください。

■ペーサー待機所

場所:黒姫高原ホテル 利用時間:9/22(火・祝)5:00～14:00
選手の到着予定は「[Trail Search](#)」で確認し、各自選手と連絡を取り合ってください。
「[IBUKIGPS オプションレンタル](#)」9/13(日)までお申込みいただけます。



Trail Search



信越五岳トレイルランニングレース2026 100mile 最終案内

荷物預かりと返却

※貴重品・割れ物はお預かりできません。必ず各自で管理してください。

ボストンバッグ等の荷物、ドロップバッグをスタート前に預け、フィニッシュにて受け取ることができます。

■選手・ペーサー荷物預かり

時間: 9/21(月・祝) 16:00~18:00

預かり場所: 斑尾高原ホテル前および第1駐車場(P1) [MAP](#)

選手はドロップバッグとフィニッシュ行きの荷物、ペーサーはフィニッシュ行き荷物を預けることができます。
ペーサーは22(火・祝)に黒姫エイドでも預けることができます。

自家用車の方は第2駐車場(P2)または第3駐車場(P3)に駐車し、斑尾高原ホテル前および第1駐車場(P1)の荷物預かり所へ移動、ドロップバッグ・荷物を預けて斑尾高原ホテル前発のシャトルバスにてレストランハイジまで移動してください。

ウォーミングアップを兼ねて走っていくことも可能です。(1.4kmの下り基調)車には十分ご注意ください。

・荷物の預け方

受付時にお渡する袋に入っているゼッケン番号入りの荷札を預ける荷物に取り付け、「フィニッシュ行き」のトラックに預けてください。荷物が複数になる場合は、ヒモで縛り1つにまとめてください。

荷物はフィニッシュで受取りができます。

・ドロップバッグの預け方

選手は受付時にお渡する**紺色**と**黄緑色**の袋を、ドロップバッグとしてご利用ください。
行き先の間違いがないよう荷物預けトラックの表示を必ずご確認ください。

荷札

2022

ドロップバッグ **紺色** → 「アパリゾート上越妙高エイド」行き

ドロップバッグ **黄緑色** → 「黒姫エイド」行き

フィニッシュで受け取る荷物 → 「フィニッシュ」行き

選手は「アパリゾート上越妙高エイド」「黒姫エイド」にて、ドロップバッグを受け取ることができます。不要になったものを入れ、再度預けることができます。
必携装備品は常に携行する必要があるため預けることはできません。



ドロップバッグ
上部が絞れる巾着タイプ
横35cm×縦50cm×マチ10cm

■ペーサー当日荷物・デポジットバッグ預かり

時間: 9/21(月・祝) 5:00~14:00

預かり場所: 黒姫エイド

・ペーサーのデポジットバッグの預け方

ペーサーは受付時にお渡する**黒色**の袋を、デポジットバッグとしてご利用ください。

このバッグには、「黒姫エイド」で待機中に着用していた衣類等、走る際に不要なもの等を入れて預け、フィニッシュにて受取ることができます。

■選手の荷物・ドロップバッグならびにペーサーの荷物・デポジットバッグ返却

返却場所: フィニッシュ(いづなりリゾートプラザオーロラ)駐車場 [こちら](#)

返却開始時刻(予定) ※状況により遅れる場合があります

● 選手荷物 9/22(火・祝) 7:00~

● APAで再預かりした選手ドロップバッグ、ペーサー荷物・デポジットバッグ 9/22(火・祝) 9:00~

● 黒姫で再預かりした選手ドロップバッグ、ペーサー荷物・デポジットバッグ 9/22(火・祝) 16:00~

お渡しできなかったドロップバッグ等は表彰式会場でお渡しします。



信越五岳トレイルランニングレース2026 100mile 最終案内

■ ゼッケン、タイム計測について

- ゼッケンは受付時にお渡しします。(計2枚。うち計測チップ付き1枚)
- タイム計測は計測チップにて行います。
- 計測チップ付きのゼッケンは係員が目視でゼッケンを確認しますので、1枚は必ず上半身前面に衣類等で隠れないように装着し、もう1枚はザック(上半身背後)によく見えるように装着してください。
- ゴール後に計測チップの回収を行いますので、必ずご返却ください。紛失した場合は、実費をご請求します。
- リタイア者、黒姫エイドで関門時間までに選手が到着しなかったパーサーの方は必ずチップをリタイア受付まで返却してください。



■ 関門について

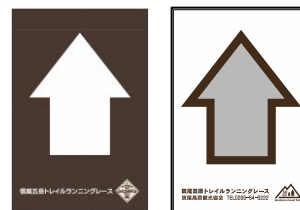
関門については[こちら](#)

関門時間はエイドの入りの時間となります。関門時間の15分後までにアウトの計測マットを通過しないと失格となります。戸隠スキー場エイドはアウトの計測マットがエイドから約100m離れていますのでご注意ください。

■ 誘導看板

分岐には必ず右記の誘導看板を設置しています。

明らかな分岐にも関わらず誘導看板が設置されていない場合は、コースアウトしている可能性が高いです。もと来た道に戻ってください。矢印部分が光に反射するようになっており、ヘッドライトに照らされると光ります。また、夜間走行となる部分には誘導看板に赤いライトを取り付けます。



■ リタイア(棄権)

- レース中にリタイア(棄権)する場合は、エイドステーションの係員に申告してください。ケガ、体調不良でやむをえずコース上でリタイアする場合は近くの係員に申告してください。自力で移動できない場合は大会本部に連絡(本部電話番号はゼッケンに記載)をし、その指示に従ってください。いずれもゼッケン1枚(計測チップ付)は必ず係員にお渡しください。このことは安全確認上非常に重要なことで、これを怠った場合は、次回からの出場をお断りするとともに、搜索費用をご請求する場合があります。計測チップを紛失した場合は実費をご請求します。
- 電波が届かない場合は、後続の選手に伝え、先にいる係員に伝えるようお願いをしてください。レース中は決して無理をせず、リタイアをする勇気を持ち、早めの判断をお願い致します。
- ケガ、体調不良等により早期リタイアした場合は各エイドステーション待機所(必要によっては救護所)で休憩をとって待機していただき、その後リタイア収容車両でフィニッシュ(休憩スペース有り)へ 搬送いたします。宿や駐車場への無料送迎バスは基本15:00頃～になりますので長時間の待機を予めご了承ください。
- 西登山道WSは大型車両が進入できず、収容車両によるアクセスにも非常に時間を要します。そのため、西登山道WSでのリタイアはできる限り避けてください。

■ 救護体制

主催者側では、より安全な大会運営を行うため、医師や看護師などによる救護体制を構成しております。

- 各エイド・フィニッシュ救護所に救護班(医師/看護師2~3名)を配置します。
- レース中のコースに入って処置をする救護マール・車両救護班を複数配置します。
- 各自、必要な薬等は携帯してください。
- レース中の事故やケガ、体調不良については、応急処置のみ行いますが、それ以外の責任は負いません。各自十分に注意してください。

■ 保険について

本大会が加入している障害保険の補償範囲は以下の通りです。

死亡・後遺障害補償金 5,000,000 円、入院日額 5,000円、通院日額 3,000円

上記補償額を超える補償につきましては、参加者ご自身で保険にご加入いただくなど、ご対応をお願いいたします。



緊急時の通報



ケガや酷い体調不良により、コース上で“自力で動けなくなった”場合は以下のように緊急通報をしてください。(道に迷った場合も通報してください)



ナンバーカード右下にある緊急通報用QRコードをスマートフォンで読み取り、

- ・状況(選択)
- ・ビブナンバー
- ・電話番号
- ・名前

を入力し、

「スタッフを呼ぶ」をタップ



通報内容と位置情報が救護本部に飛び、対応が開始されます。

緊急通報システム

傷病者の状況を教えてください
選択してください

傷病者のゼッケン番号をご記入ください

ゼッケン番号、その他

MAP上にご自身の位置が表示されているかご確認ください

スタッフを呼ぶ ➡

※位置が表示されない場合、ブラウザの位置情報の利用を許可してください

✓選択してください

緊急：意識がおかしい

準緊急：歩行できない

負傷している/体調が悪い

※緊急通報をしても救護スタッフの到着まで時間がかかる場合があります。

なんらかの理由でQRコードによる緊急通報ができない場合は、ゼッケンにある大会本部電話番号に連絡してください。



信越五岳トレイルランニングレース2026 100mile 最終案内

■ 野生生物について

野生生物が生息している地域で開催される大会です。熊鈴の携帯を推奨します。
また、帽子をかぶる、黒っぽい衣類を避ける等、蜂対策も行いご参加ください。

■ レース速報サービス「Trail Search」

レース中の選手通過速報をWEB上で確認できます。下記のURLにアクセスし、ご利用ください。
選手名またはゼッケン番号から通過情報を随時ご確認ください。
本サービスは大会当日よりご利用いただけます。



Trail Search

下記にアクセスして速報をご確認ください。

<https://www.runner-search.jp/timing/top/index/sfmt100/>

■ フィニッシュ会場仮眠所について

フィニッシュ会場の仮眠所は23日(水・祝)AM4:00までとなります。

AM4:00以降は会場撤収作業を行いますので、時間までのご退出にご理解とご協力をお願いいたします。

■ 表彰式

- ・ 笹寿司、サンドイッチ、フルーツ、飲料などの軽食をご用意しております。環境に配慮し、表彰式会場にはコップのご用意がございませんので全ての方にマイカップのご用意をお願いしております。
また、各種目10位入賞までの表彰と100mile完走選手への完走バックルを渡すセレモニーを行います。
※完走バックルはゼッケンと引き換えにお渡ししますので、必ずゼッケン1枚をお持ちください。
万一、お忘れの場合は免許証など身分証明書の提示をお願いいたします。
- ・ 地元特産品の販売や協賛メーカーブース出店も行います。
- ・ フィニッシュでお渡しできなかった荷物・ドロップバッグの返却も行います。
受け取りに來られなかったドロップバッグ・バックル等は、大会事務局では中身の確認・選別・廃棄を行わず、回収した状態のまま、すべて着払いにて送付いたします。そのため、不要となった物品や飲食物、使用済みの物品等が入っている場合も、そのまま返送の対象となりますので、あらかじめご了承ください。

※送付不要の場合は、9/24(木)正午までに大会事務局 support@sfmt100.com までご連絡ください。

なお、大会本部携帯では返却に関するご連絡はお受けできません。必ず大会事務局メールアドレスまでご連絡ください。なお、12月末までに受け取りがなかった場合は、処分いたしますのでご了承ください。

■ その他

- ・ **競技規則、注意事項**等を必ずお読みください。
- ・ ウェルカムパーティー・朝食サービスは110kmの選手・同伴者の夕食・朝食となります。100mile選手およびそのペーサー、同伴者はご参加いただけませんのでご了承ください。
- ・ 山の中を走るトレイルランニングレースとなりますので、緊急時の搬出作業に時間を要したり、携帯電話が繋がりにくい場所もあり、救護に時間を要する場合があります。体調が思わしくない時は、早めに判断し、自ら競技を中止する勇気を持ってください。
- ・ 大会は標高1,000m前後の高地で行います。最低気温が10℃を下回る日もあります。また天候の急変も考えられますので、万全の防寒・雨対策をお願いします。
特にサポーターの方はダウンジャケット等、冬のウェアをお持ちすることをお勧めします。
- ・ レースまでの期間は体調管理に十分配慮し、万全の状態でご参加ください。

以上趣旨をご理解くださるようお願いするとともに、皆様のご参加を心よりお待ちしております。

【お問い合わせ先】

信越五岳トレイルランニングレース事務局 大会についてのお問合せ support@sfmt100.com
宿泊事務局 宿泊に関する変更・キャンセル sfmtbooking@myokotm.com

大会本部携帯電話

080-6953-1998 [9/21(月・祝) 9:00~9/23(水・祝) 15:00]



信越五岳トレイルランニングレース2026 100mile 最終案内

■ 送迎バスについて

◎ご予約について

- 送迎バスには有料送迎バスと無料送迎バスがあります。送迎バスは主催がバス会社となりますので有料、無料を問わず、予約が必要なものは必ず予約サイトからご利用者の各人(1人ずつ)が責任をもってご予約ください。(複数名での同時予約はできません。)

バス予約サイトは[こちら](#)

※予約期限 9月13日(日)23:59まで(一部の便は、23日(水・祝)朝5:00まで受け付けております)



- バスは予約に応じて増便いたしますので予約がとれなくなるということはありません。
- 有料送迎バスは予約した時点でキャンセル料が発生いたします。
大会HPの「[交通](#)」の記載内容と合わせて熟読いただき、『お間違え無いうよう』ご予約ください。
- 無料送迎バス(バス予約サイト記載分)も乗車人数を把握するため、ご予約は必須です。
- 予約が必要なバスは予約されていない方は乗車できませんのでご注意ください。**
- バスは予約されていても、乗車されてるされていないにかかわらず、時間になったら出発します。他の選手のご迷惑になりますので、出発時間が決まっているバスは10分前集合厳守でお願いします。

◎その他

※妙高(アパ)エリアの方は、下記の通り、乗車されるバスにより下車バス停が異なりますのでご確認ください。
②の乗り継ぎ便をご利用の場合のみフィニッシュ会場を出発する前に必ずホテルへご連絡をしてください。

①経由便

フィニッシュ発 15:00、23:00、5:00(最終便)

妙高・黒姫エリア行バスに乗車、各バス停経由、終点アパリゾート上越妙高下車(所要時間約2時間程度)

②乗り継ぎ便

フィニッシュ発 16:30~22:00(1時間~1時間半に1本予定)妙高・黒姫エリア行バスに乗車、各バス停経由、赤倉温泉観光協会下車後、ホテル送迎バスに乗り換え(所要時間約2時間程度)

③直行便

フィニッシュ発 2:00、4:00 アパリゾート上越妙高直行便(予定)(所要時間約1時間程度)

黒姫エリアにご宿泊の方へ

フィニッシュからバス乗車の際に、電話にて宿にバス乗車した旨をご連絡ください。最寄りの停留所まで宿がお迎えにあがります。途中コンビニに立ち寄りますが、商品が品薄になる場合がありますので、前もって飲食物の準備をすることをお勧めいたします。

- 宿泊必須としないクラスでご自身で宿を手配された方は、下車バス停を聞かれましてもこちらではお答えしかねますので、バス停から宿までの移動方法も含め、前もってお宿に確認しておいてください。
 - 間違ったバス停で降りてしまうと、宿に行けなくなってしまいます。宿泊先決定通知メールに記載されている、宿泊エリア、宿泊施設名、下車バス停を前もってご自身でしっかりとご確認ください。
 - 自家用車利用の方は基本自車で移動していただきますが、下記移動だけは大会側で準備した送迎バス利用となります。
 - ・100mileのドロップバック・荷物預かり後の斑尾高原ホテル第1駐車場→レストランハイジ
 - ・パーサー送迎
 - ・フィニッシュ後のいづなりリゾートプラザオーロラ→斑尾エリア(自車ピックアップ)
- ※ケガ、体調不良等で自車で宿への移動が難しい場合は、23日の赤倉体育センター発斑尾エリア行のバス便を予約して、直接宿へお帰りいただいても結構です。

バスの予約方法に関するお問い合わせ

株式会社 エムケーケイ

Tel:025-520-9761 (平日10:00~17:00)

Mail: mkk-ts@eco.ocn.ne.jp

基本的にはメールでご連絡ください。

その他バスの運行内容等についてのお問い合わせ

信越五岳トレイルランニングレース事務局

Mail: support@sfmt100.com



信越五岳トレイルランニングレース2026 100mile 最終案内

■大会中の移動についての詳細は[こちら](#)

【スタート前】

JR飯山駅～斑尾高原レストランハイジ 要予約(有料 ¥800)

9/21 (月・祝)	① JR飯山駅 斑尾口 8:50発 == 斑尾高原レストランハイジ 9:20着
	② JR飯山駅 斑尾口 11:10発 == 斑尾高原レストランハイジ 11:40着
	③ JR飯山駅 斑尾口 13:10発 == 斑尾高原レストランハイジ 13:40着

黒姫高原ホテル有料仮眠をご利用者 無料送迎バス 予約不要

9/21 (月・祝)	斑尾高原レストランハイジ 10:20発 == 黒姫高原ホテル 11:00着
	黒姫高原ホテル 16:30発 == 斑尾高原ホテル前 第1駐車場(P1) ドロップバッグ・荷物預かり所 経由 == 斑尾高原レストランハイジ

斑尾高原内無料シャトルバス(斑尾高原ホテル・モンエール斑尾に宿泊者は施設バスを利用) 予約不要

9/21 (月・祝)	11:00～19:20 (約25分で斑尾高原内を巡回)
---------------	-----------------------------

【停留所】 レストランハイジ⇄のぞみヶ丘⇄斑尾高原ホテル⇄第5駐車場⇄望南台⇄モンエール斑尾

※停留所の場所は別紙 斑尾高原マップ参照

※スタート時間に余裕を持ってご乗車ください。

【パーサー】

100mileパーサー有料送迎バス 要予約

9/22 (火・祝)	⑨斑尾高原ホテル前(4:20発)→コンビニ立ち寄り→黒姫高原ホテル内パーサー待機所 (有料¥1,600-)
	⑩赤倉温泉観光協会(5:00発)→黒姫高原ホテル内パーサー待機所(有料¥900-) ※コンビニ立ち寄りなし。必要な方はバス乗車前に各自でお立ち寄りください。
	・黒姫エイドへの到着時間が早い選手のパーサーの方は、待機時間が少ない為、あらかじめ準備し、斑尾高原ホテル前発の直行便にお乗りください。赤倉温泉観光協会経由便は到着時間が遅くなります。 ・黒姫高原ホテルから黒姫エイドまで徒歩5分(約500m) ・妙高宿泊の自家用車でお越しの方は自車で赤倉温泉観光協会へ行き、赤倉温泉観光協会発のバスにお乗りいただけます。(赤倉温泉観光協会裏に無料駐車場あり)

【フィニッシュ後】

⑪いづなりリゾートプラザオーロラ(フィニッシュ)～斑尾エリア無料送迎バス(終点まで約70分) 随時乗車可能 予約不要

9/22 (火・祝)	15:00～翌4:30まで約1時間に1本 (ボリュームゾーンは30分に1本)
	【停留所】 ※途中 コンビニ 立ち寄り モンエール斑尾、第5駐車場、斑尾高原ホテル、のぞみヶ丘、レストランハイジ

⑫いづなりリゾートプラザオーロラ(フィニッシュ)～妙高・黒姫エリア無料送迎バス(終点まで約80分) 随時乗車可能 予約不要

9/22 (火・祝)	15:00～翌4:30まで約1時間に1本(ボリュームゾーンは30分に1本)
	【停留所】 ※途中 コンビニ立ち寄り 道の駅しなの、苗名の湯 第2駐車場、池の平観光協会、新赤倉館、赤倉温泉観光協会



信越五岳トレイルランニングレース2026 100mile 最終案内

【アパリゾート上越妙高にご宿泊の方へ】

いいづなりリゾートプラザオーロラ(フィニッシュ)～アパリゾート上越妙高 予約不要(無料)

9/22 (火・祝)	経由便 15:00/23:00/5:00 各バス停經由アパまで(アパホテル宿泊者優先車)
	乗り継ぎ便 16:30～22:00 各バス停を經由し、赤倉温泉観光協会にてホテルバスに乗り換えアパホテルまで
	直行便 2:00/4:00 アパホテル宿泊者専用バスです。宿泊者以外の方はご乗車いただけません。
※ 16:30～22:00の赤倉温泉観光協会での乗り継ぎ便(複数)をご利用の場合のみ、フィニッシュからバス乗車の際に、電話にてアパリゾート上越妙高にバスに乗車した旨をご連絡ください。 赤倉温泉観光協会の停留所までアパホテルがお迎えにあがります。	

【表彰式前】

妙高エリア宿泊施設、黒姫高原ホテル・ホテル若月～表彰式会場(赤倉体育センター) 予約不要(無料)

9/23 (水・祝)	各宿泊施設のバスにて表彰式会場まで送迎。
	※出発時刻は各宿泊施設でご確認ください。

⑬斑尾エリア～赤倉体育センター(表彰式会場) ※乗車人数把握のため 要予約(無料)

9/23 (水・祝)	斑尾高原ホテル前10:20発→赤倉体育センター11:00着 ※斑尾高原ホテル・モンエール斑尾に宿泊の方は施設バスを利用、予約不要
---------------	---

⑭黒姫エリア～赤倉体育センター(表彰式会場) ※乗車人数把握のため 要予約(無料)

9/23 (水・祝)	道の駅しなの10:45発→赤倉体育センター11:00着
	※ケガ、体調不良等で自車をピックアップできなかった方のみ利用可。道の駅しなのの↔宿間は宿送迎。 ※23日(水・祝)朝5:00までバス予約可能。

【表彰式後】

⑮表彰式会場(赤倉体育センター)→JR長野駅 要予約(有料 ¥1,800)

9/23 (水・祝)	赤倉体育センター13:00発→JR長野駅 14:00着
---------------	-----------------------------

⑯表彰式会場(赤倉体育センター)→レストランハイジ→斑尾高原ホテル前 第2駐車場・第3駐車場 要予約(有料 ¥1,200)

9/23 (水・祝)	赤倉体育センター13:00発→レストランハイジ13:30着→ 斑尾高原ホテル前 第2駐車場(P2)・第3駐車場(P3) 13:35着
	ケガ、体調不良等で自車をピックアップできなかった方は、斑尾エリア行バスをご利用ください。 ※23日(水・祝)朝5:00までバス予約可能。

※バスは交通混雑等により遅延する場合があります。

■ バス停留所

- JR飯山駅バス乗り場は[こちら](#)
- 斑尾高原内バス停は[こちら](#)
- レストランハイジのバス停は[こちら](#)
- 赤倉温泉観光協会のバス停は[こちら](#)
- いいづなりリゾートプラザオーロラのバス停は[こちら](#)
- 妙高・黒姫エリアバス停は[こちら](#)
- 妙高市赤倉体育センターのバス乗り場は[こちら](#)