

第5回 滋賀湖南市 十二坊トレイルラン&ウォーク 2025.4.20 [sun]

キッチンカーや  
模擬店も出店!



※写真はイメージです。



ふわふわ遊具で遊べるよ  
(※有料)

**会場** 十二坊温泉ゆらら ※当日は選手専用のため温泉の利用はできません  
湖南市岩根678-28

**駐車場** 湖南市立日枝中学校グラウンド  
※会場までは無料シャトルバスをご利用ください  
※シャトルバスはラン・ウォークのスタート時間の間は運休します

**無料シャトルバス** 【午前】7:00~12:00 【午後】13:00~16:00  
日枝中 ↔ ゆらら ※ピストン発車となります。

**スタート** ●ラン 10:00~ ●ウォーク 10:15 ●キッズラン 10:30

▲会場へは直接お越しいただけません▲



Rotary 湖南ロータリークラブ



きらめきときめき KONAN CITY  
Konan City Tourism Association  
一般社団法人湖南市観光協会

5th 十二坊 RUN & WALK  
~ 修験道を駈ける ~

開催日 2025.4.20 [sun]

国宝善水寺、磨崖仏を望む修験道を快走するトレイルラン&ウォークで春の十二坊を満喫。ゴールの後は十二坊温泉ゆららで癒しのひとときを!

第5回 滋賀湖南市 十二坊トレイルラン&ウォーク

参加エントリー 募集期間 2024.10.1 [Tue]-2025.2.28 [Fri]  
ボランティアスタッフ「チーム十二坊2025」 募集期間 2025.1.6 [Mon]-2025.2.28 [Fri]

日本を代表するゲストランナーがやってくるかも!  
※変更の可能性があります。

招待選手プロフィール



望月 将悟氏

1977年静岡県生まれ。静岡市消防局にて消防士と山岳救助隊を兼務。トランスジャパンアルプスレース(TJAR)4連覇。南アルプスを熟知する山のスペシャリスト。



竹内 雅昭氏

東海自然歩道完歩・TJAR3回出走、最年長完走・富士登山競走29回完走・全日本スキー連盟スキー指導員、スノーボード指導員、赤十字救急法指導員。



岩崎 勉氏

1967年生まれ。大阪府在住。2017~2018年ウルトラゴビレース(400km)完走(日本人初)。



竹村 直太氏

1993年生まれ。京都府出身。兵庫県塩屋在住。現在は100mile(約160km)以上のカテゴリがメイン。2024年の成績は奥信濃100(2位)・上州武尊山スカイヒュートレイル130(1位)・2024 鬼ヶ城100 160km(1位)

トレイルラン 計測

【参加資格】  
大会当日に 15歳以上  
※未成年者は保護者の同意が得られること

距離 : 約22km (累積標高差 約1,200m)  
制限時間 : 5時間  
募集人員 : 300名  
参加費 : 10,000円  
スタート : 10:00~ (1組100人1~2分おきにウエーブスタート)

健脚向けウォーク 計測

【参加資格】  
大会当日に 小学4年生以上  
※未成年者は保護者の同意が得られ同伴できること

距離 : 約8km  
制限時間 : 5時間  
募集人員 : 200名  
参加費 : 3,500円  
スタート : 10:15 (一斉スタート)

キッズトレイルラン 計測

【参加資格】  
大会当日に 小学4年生~中学3年生まで  
※保護者の同意が得られること

距離 : 約2km  
制限時間 : 2時間  
募集人員 : 100名  
参加費 : 1,500円  
スタート : 10:30 (一斉スタート)



十二坊 RUN & WALK  
2024年 前回大会の様子



- ◆主催: 湖南市十二坊トレイルラン実行委員会(一般社団法人湖南市観光協会、湖南ロータリークラブ、湖南市スポーツ協会、湖南市)
- ◆後援: 滋賀県/(公社)びわこビジターズビューロー/湖南市
- ◆協力: 岩根まちづくり協議会/下田学区まちづくり協議会/水戸学区まちづくり協議会/やまぐりの会/正福寺生産森林組合

お問い合わせ先  
**湖南市十二坊トレイルラン実行委員会** 【事務局】一般社団法人 湖南市観光協会  
TEL:0748-71-2157 FAX:0748-72-9622 〒520-3252 滋賀県湖南市岩根4580 イオンタウン湖南内  
Mail:trailrun-info@burari-konan.jp URL:https://12boutrail.com  
十二坊トレイル 検索



# 第5回

滋賀湖南市

# 十二坊トレイルラン & ウォーク

十二坊 ルートマップ

# TRAIL RUN & WALK MAP

春光のきらめく季節にはヤマザクラやクロバイが点在し、都会では味わえない湖南市の自然を満喫しながら快走していただけます。

国宝善水寺、磨崖仏、古墳などの歴史・文化にも触れあうことができます。そして十二坊で楽しいひと時を過ごしていただけるように参加選手を手厚いおもてなしでお迎えいたします。

## 健脚向け ウォーク

WALK FOR  
HEALTHY LEGS  
(8km)



## 注意事項

- 給水エイド利用のためのマイカップを必ずご持参ください。
- 当日は、必ず健康保険証(コピー)をお持ちください。
- 受付に遅れた場合は、出走をお断りします。
- レース中の事故については、応急処置のみ行いますが、それ以外は責任を負いません。
- 雨具、行動食、飲料水等の各自必要とする装備品は、各自の判断でご持参ください。
- ゼッケンは、おなか側の見えやすい位置に装着してください。
- レース中のストック・ポール・杖等の使用は、自然保護及び安全管理上、ラン・ウォークとも原則禁止とします。
- 大会中は、安全管理のため選手及び大会関係者以外がトレイルのコースを走ることは禁止します。
- 大会出場中の映像、記録、写真、記事等の新聞、雑誌、テレビ、インターネット等への掲載権は主催者側に属します。
- 競技以外の荷物についてはスタッフの指示に従い、所定の場所をご利用ください。ただし、貴重品・壊れ物等については各自管理してください。主催者側では紛失の責任は負いません。
- ゴミは必ず各自で持ち帰ってください。