



糸魚川・上越・妙高 SEA TO SUMMIT® 2026 大会参加要項

参加要項

- 期 日 2026年7月18日(土)・7月19日(日)
- 会 場 7月18日(土) 能生マリンホール（大会受付・環境シンポジウム）
7月19日(日) 能生海水浴場（スタート / 雨天決行）
斐太北小学校（閉会式・抽選会）
- コー ス 【海のステージ（パドルスポーツ）】 能生海水浴場 → 筒石港南公園（6 km）
【里のステージ（バイク）】 筒石港南公園 → 船見公園 → 斐太北小学校（41 km）
【山のステージ（ハイク）】 斐太北小学校 → 鮫ヶ尾城跡 山頂（2 km）
- 日 程 7月18日(土)
12:30～13:50 大会受付（能生マリンホール）
14:00～15:45 開会式・環境シンポジウム・大会説明（能生マリンホール）
10:00～18:00 カヤック搬入（能生海水浴場）
10:00～18:00 自転車搬入（筒石港南公園）

7月19日(日)
5:00～5:50 自転車搬入（筒石港南公園）
5:00～5:50 カヤック搬入、バイク・ハイク装備預かり（以下、能生海水浴場）
5:50～6:00 開会式
6:00～ 大会スタート
14:00～ 閉会式・抽選会、参加者集合写真撮影（斐太北小学校）
15:00 終了
※時間外の受付、搬入は行っておりません。
※カヤックの回収は17:30までに行ってください。
- 表 彰 ・特別賞
(すべての参加者を対象とした抽選会を開催)

・完走賞
(制限時刻以内に完走したシングル、チームに完走証明書を贈呈)
※タイム計測による順位付けは行いません。
- 参 加 賞 出場記念Tシャツまたは出場記念キャップ

■ 天候によるコース変更・イベント中止の判断について

- ・最新情報はオフィシャルウェブサイトにてお知らせします。▶<https://www.seatosummit.jp>
- ・雨天決行です。ただし、荒天によりイベントの開催が困難であると大会主催者が判断した場合、パドルスポーツ、バイク、ハイクのいずれか、もしくは全てのステージ中止とする場合があります。
- ・イベント開始後の天候悪化やイベント環境の不良により、イベントの継続が困難であると大会主催者が判断した場合は、コース変更あるいはイベントを途中で終了する場合があります。

■ ルール

【各部門共通】

- ・定められたコースを通行してください。
- ・参加者は全員ゼッケンを腹部に取り付けてください。防寒具、レインウエア等を着用する際はゼッケンが常に見えるようにしてください（安全ピンを用意しますが、ウエアに穴をあけることになります。ゼッケンベルトのご用意をおすすめします）。

【シングルの部、チームの部共通】

- ・タイム計測用の専用カードを1組に1枚お渡しします。
※カード用のホルダーは各自ご準備ください（チームの場合少なくとも1つ）。ウエアのポケットでも可。
〔カードサイズ：5.4cm×8.6cm（クレジットカードサイズ）〕
- ・タイム計測は1組単位にて行い、専用カードを使用して、チェックポイントに設けたカードリーダーでスキャンしてください。
- ・総合タイムはパドルスポーツスタートからハイクフィニッシュまでの合計タイムとします。
- ・制限時間以内に各チェックポイントで専用カードをスキャンし、最後にハイクフィニッシュで専用カードをスキャンして完走となります。
- ・制限時間はパドルスポーツスタートから、パドルスポーツフィニッシュ（筒石港南公園）まで2時間以内、バイク中継地点（船見公園）まで4時間以内、バイクフィニッシュ（斐太北小学校）まで5時間以内、ハイクフィニッシュ（鮫ヶ尾城跡 山頂）まで6時間以内です。
- ・チームの部で参加される方は、チームメイトのうち、専用カードを持っている方がチェックポイントでカードをスキャンしてください。全員がそろってチェックポイントを通過する必要はありませんが、専用カードは1チームにつき1枚ですので、制限時刻オーバーなどにご注意ください。

【バラチャレンジの部】

- ・「パドルスポーツ」「バイク」「ハイク」のステージの中から、希望のステージのみでの参加が可能です。
- ・定刻スタート方式となり、各ステージのスタート時間は、パドルスポーツ6:00、バイク8:00、ハイク11:00です。
- ・制限時間はパドルスポーツスタートからフィニッシュ（筒石港南公園）まで2時間30分以内、バイクスタートからフィニッシュまで（斐太北小学校）まで3時間30分以内、ハイクスタートからフィニッシュ（鮫ヶ尾城跡 山頂）まで2時間以内です。
- ・チーム参加の場合、チームの部と同じリレー方式で参加でき、ルールはチームの部に準じます。予め大会本部までお知らせください。
- ・タイム計測用の専用カードは、定刻スタート方式の場合は参加ステージに応じた枚数をお渡しします。
- ・タイム計測は参加部門ごとに行い、各ステージのスタートとゴールで、専用カードを使用して、チェックポイントに設けたカードリーダーでスキャンして完走となります。

■ 失格規定

- ・参加条件を偽って参加した者
- ・大会ルールに違反した者
- ・交通ルールを守らなかった者
- ・審判および役員の指示に従わなかった者
- ・ゼッケンを着用しなかった者
- ・必要装備品を携帯しなかった者
- ・自然保護に違反する行為があった者
- ・コース中にゴミを投棄した者
- ・不正行為（ショートカット等）があった者
- ・チェックポイントに立ち寄らずに通過した者
- ・自己の都合により途中棄権した者
- ・主催者側の判断でイベント続行が不可能と判断された者
- ・規定の時刻を超えてチェックポイントに到達した者、および最終制限時刻を超えた者
- ・タイム計測用の専用カードの紛失や破損により計測不能となった者
- ・山のステージ（アスファルト道を除く）で走った者 ※トレイルランニングは禁止しています。

■ 必要装備

- ・マイナ保険証または健康保険資格確認書（コピー可）
 - ・給水用装備
 - ・補給食（行動中に摂取できるもの）
 - ・パドルスポーツ必要装備（P.3参照）
 - ・自転車必要装備（P.5参照）
 - ・ハイク必要装備（P.6参照）
 - ・カードホルダー（ウエアのポケットでも可）
- ※タイム計測のための専用カード（サイズ：5.4×8.6cm）を携行できるもの。1チームにつき少なくとも1つご用意ください。
- ・アウトドアにおけるさまざまなリスクに備えるために、アウトドア保険への加入を推奨します。

■ 持ち物

- ・救急用具、常備薬
 - ・レインウエア
 - ・着替え
 - ・時計（コース上にはタイム掲示がありません。参照のためのタイム計測は各自で行ってください）
- ※その他、個人の技術、体力に応じて必要なものをご用意ください。

種 目 別 ガ イ ド

パドルスポーツガイド



- 説 明
- ・ カヤック搬入方法については最終ページ（カヤック搬入のご案内）をご覧ください。
 - ・ ライフジャケットにつけるゼッケンは左肩に取り付けてください。
 - ・ スタートは15秒間隔のラリー方式（チームの部からスタート）を予定しています。
 - ・ フィニッシュ後は決められた場所までカヤックを陸揚げしてください（大会スタッフが補助する場合があります）。
 - ・ フィニッシュ後、使用したライフジャケット、パドル、セルフレスキュー装備はカヤックのコクピットに入れてください。**カヤック装備各種の保管は各自の責任のもと行ってください。**
 - ・ 沈脱したときはカヤックから手を離さないでください。
 - ・ スタッフのレスキューを必要とするときはホイッスルを使い（大きく吹く）、スタッフに知らせてください。
 - ・ スタッフのレスキューを受ける際はスタッフの指示に従ってください。
- 制限時間
- ・ シングルの部、チームの部 8:00
 - ・ パラチャレンジの部 8:30
- 必要装備
- ・ カヤック艇
（インフレーター艇、SUP<スタンドアップパドルボード>可。動力、風力の補助を備えたものは不可）
 - ・ 浮力体 ・ ライフジャケット ・ パドル ・ ホイッスル
 - ・ セルフレスキュー装備（個人の技量にあったもの）
 - ・ 給水用装備（各自給水用の装備を携行してください、水分は各自1リットル以上推奨）
 - ・ **海を航行するため、カヤックはフラッグを着装してください（高さ目安150cm）。**
 - ・ **SUPの場合、フラッグは不要ですが、ライフジャケット・リーシュは必要です。**
- ※その他、個人の技術、体力に応じて必要なものをご用意ください。
- 回収方法
- ・ パドルスポーツ終了後から7月19日（日）17:30までに筒石港南公園にお越しのうえ、回収してください。
 - ・ カヤックの回収は参加者以外の方でも可能です。
 - ・ 回収に関する破損、トラブルについて、大会主催者は一切責任を負いません。
 - ・ カヤックの運搬、車両への積み込みは各自で行ってください。
 - ・ 事前にお申込みの方に限り、斐太北小学校から能生海水浴場および筒石港南公園への送迎バスを2便運行します。（1便目 11:10発 | 2便目 15:30発）
- そ の 他
- ・ 体調不良、カヤックの損傷、その他の理由により、カヤックをリタイアするときはスタッフに申告した後、スタッフの指示に従ってください。リタイア時点でカヤックは失格となります。
 - ・ 失格となった場合、シングルの部の参加者は大会の継続はできません。チームの部は自転車からの再スタートは可能ですが、完走対象チームとはなりません。

バイクガイド



■ 説 明

- ・ **法令に基づくベル、ライト、リフレクター（テールライト可）、前後ブレーキを装備してください。**
- ・ 自転車コースは交通規制を行っておりません。一般車両、歩行者に注意して走行してください。
- ・ 道路標識、信号機に従って走行してください。信号機のある交差点での右折は二段階右折を行ってください。
- ・ 走行中の自転車トラブルは各自で修理してください。参加者同士が助け合いながら修理することは可能です。
- ・ 自転車走行は道路の左側を走行（キープレフト）してください。
- ・ 追い越しをする時は、後方より車両等が来ていないか確認し、右側より追い越しをしてください。二重追い越しおよび交差点付近での追い越しは禁止です。
- ・ 参加者同士の並進走行、蛇行走行は行わないでください。
- ・ チェックポイント、エイドステーション内は決められた位置で降車し、計測箇所まで歩いてください。
- ・ 計測が終了するまで乗車はできません。計測が確認できてからの再乗車となります。
- ・ 体調不良、自転車の損傷、その他の理由により、自転車をリタイアするときはスタッフに申告したのち、スタッフの指示に従ってください。リタイア時点で自転車は失格となります。
- ・ 失格となった場合、シングルの部の参加者は大会の継続はできません。チームの部は、次の参加者より再スタートが可能ですが、完走対象チームにはなりません。
- ・ 自転車本体、各装備の保管は各自の責任のもと行ってください。

■ 制限時間

- ・ シングルの部、チームの部 11:00
- ・ パラチャレンジの部 11:30

■ 必要装備

- ・ 自転車本体
- ・ ヘルメット
- ・ 給水装備（各自給水用の装備を携行してください、水分は各自1リットル以上推奨）
※その他、個人の技術、体力に応じて必要なものをご用意ください。

■ 回収方法

- ・ 自転車終了後から7月19日（日）18:00までに斐太北小学校にお越しのうえ、回収してください。
- ・ 自転車の回収は参加者以外の方でも可能です。
- ・ 自転車の運搬、車両への積み込みは各自で行ってください。
- ・ 事前にお申込みの方に限り、斐太北小学校から能生海水浴場および筒石港南公園への送迎バスを2便運行します。（1便目 11:10発 | 2便目 15:30発）
- ・ 輪行バッグをお持ちの方に限り、フィニッシュ後の送迎バスに自転車を積み込むことが可能です。その際の破損等に対し、大会主催者、協賛企業は一切責任を負いません。

■ そ の 他

- ・ 応援する方がコースへ飛び出すことは他の参加者の迷惑となりますのでご遠慮ください。
- ・ 路上駐車、自動車等による自転車との並走は周辺住民の方のご迷惑となりますのでご遠慮ください。
- ・ エイドステーション内への車両進入は制限があります。スタッフの指示に従ってください。
- ・ 大会までに最寄りのサイクルショップ等で、自転車のメンテナンスなどを行ってください。
- ・ 事故が発生した場合、参加者に応援を求める場合があります。スタッフの要請に応じてください。

■ 自転車歩行者専用道路「久比岐自転車道」について

- ・ 土砂崩れの影響により左図の！マークの自転車歩行者専用道路が、一部通行止めになっています。案内にしたがって、迂回路を利用してください。
- ・ 自転車の逆走は、道路交通法違反により罰則の対象となりますので徹底してください。

ハイクガイド



- 説 明
- ・ハイク装備を預けたい方は専用袋(大会受付時に配布)に入れて、7月19日(日)5:00~5:50までにパドルスポーツスタート地点にある「ハイク装備受付」にお持ちください。
 - ・コース上を走ることは禁止しております。登山道は歩いてください(アスファルト道は除く)。
 - ・登山道の脇を歩いてはいけません。
 - ・参加者同士で押し合ったり、並進して歩いてはいけません。
 - ・追い越すときは、必ず前の人に声をかけ、確認が取れてから追い越してください。
 - ・後ろから歩いている人のペースが自分より速いときは道をゆずってください。
 - ・一般登山者の歩行を妨げる行為をしてはいけません。
 - ・落石をしないように浮石に注意してください。落石を起こしたときは、大きな声で「落石」と叫び、後方の登山者に知らせてください。
 - ・ストックを使用するときは必ずプロテクターを使用してください。
 - ・頂上でカードスキャンしてフィニッシュとなります。
 - ・フィニッシュ後、**スタッフによる通過チェックを行います。必ずスタッフのチェックを受けてください。**
 - ・下山はタイム計測を行っておりません。体力を消耗しておりますので捻挫、転倒に注意してください。
 - ・下山後、抽選会会場にて完走証明書を贈呈します。

- 制限時間
- ・シングルの部、チームの部
12:00までに鯨ヶ尾城跡 山頂に到着。
※制限時間を過ぎてハイクを行っている参加者は安全配慮のため下山していただきます。
 - ・パラチャレンジの部
13:00までに鯨ヶ尾城跡山頂に到着。

- 必要装備
- ・ヘッドランプ
 - ・レインウェア、防寒具
 - ・給水用装備
(各自給水用の装備を携行してください。熱中症対策として、水分は各自1リットル以上推奨)
 - ・熊よけ鈴
(各自音の出るものを所持するなどの準備をして大会に臨んでください。)
- ※その他、個人技術、体力に応じて必要なものをご用意ください。

- そ の 他
- ・下山は自力下山となります。下山の体力を考慮のうえ、リタイアするときはお早めに決断することをおすすめします。
 - ・リタイアするときはスタッフに申告したのち、スタッフの指示に従ってください。
 - ・**ハイクコース内は給水箇所はありません。十分な水分を持参のうえ、頂上を目指してください。**

受付方法&カヤック、自転車搬入のご案内

■ 受付方法(能生マリンホール)

- ・参加者は能生マリンホールの駐車場をご利用いただけます。
- ・受付にて、ゼッケン各種、バイク装備預け専用袋、ハイク装備預け専用袋、出場記念品等を受け取ってください。
- ・参加同意書を必ずご用意ください。

■ カヤック搬入方法(能生海水浴場)

- ・カヤックの搬入は7月18日(土) 10:00~18:00、7月19日(日) 5:00~5:50となります。
- ・大会スタッフの指示に従って、所定のカヤック置場にカヤックを搬入してください。
- ・車輛からの積みおろし、搬入は各自でおこなってください。
- ・カヤック搬入後、スタッフによるカヤック検査をおこないます。受付時に配布したカヤック用のゼッケンを艇の前方に取り付けてください。
- ・カヤック搬送中の事故、破損、トラブルについては大会主催者側では一切責任を負いません。

■ 自転車搬入方法(筒石港南公園)

- ・自転車の搬入は7月18日(土) 10:00~18:00、7月19日(日) 5:00~5:50となります。
- ・バイクスタートまでに(自分の出番までに)自転車の搬入を終了させてください。
- ・自転車の所定の位置にゼッケンプレートを取り付けてください。
- ・車検はおこないません。搬入前に最終チェックをおこなってください。
- ・自転車はバイクラックに隙間が空かないようにつめて並べてください。

■ 注意事項

- ・大会運営側による参加者、応援者の送迎や装備の搬入はおこなっておりません(登山装備除く)。
- ・会場内は禁煙です。
- ・駐車場内、砂浜、公園、その他許可されていない場所でのテント宿泊は禁止されています。



【お問い合わせ先】

SEA TO SUMMIT® 連絡協議会 事務局 (株式会社モンベル 広報部内)

TEL 03- 3445 - 5408 FAX 03- 3445- 5435 〒108-0074 東京都港区高輪4-8-4

★当日の連絡先(7/18~19のみ) ☎ 090-5646-3594 (7/19 9:00~18:00、7/20 5:00~18:00)

オフィシャルウェブサイト

<https://www.seatosummit.jp/>