

はじめに

この度はASO VOLCANO TRAIL（阿蘇ボルケーノトレイル）にエントリーを頂き、誠にありがとうございます。本大会はトレイルランニングを通した阿蘇の観光振興と草原維持への貢献を目的に誕生しました。防疫のため通常関係者以外は立ち入れない草原（牧野、ぼくや）を、大会のために特別に走行の許可を頂いています。この日だけの阿蘇の大自然をぜひお楽しみください。

受付日程：2026年5月8日（金）14:00～18:00 ロング・ショート・ペーサー@アスペクタ
" 5月9日（土）8:00～10:00 ショート・ペーサー @ "

[注意] ロングコースの受付は前日のみ。受付会場は昨年までと異なります。

会場：[受付・選手駐車場・フィニッシュ] 熊本県野外劇場アスペクタ（熊本県阿蘇郡南阿蘇村久石4411-9）
[ロングスタート] ASO MILK FACTORY（熊本県阿蘇市小里781）
[ショートスタート] 旧上色見小学校（熊本県阿蘇郡高森町上色見1399-1）

主催：ASO FIELDS RUNNING実行委員会（通称：AFR）

企画運営：株式会社LocalGain

後援：熊本県、阿蘇市、高森町、南阿蘇村、小国町、南小国町、産山村、阿蘇市観光協会、
阿蘇温泉観光旅館協同組合、高森観光推進機構、みなみあそ観光局

スペシャルアドバイザー：公益財団法人阿蘇グリーンストック

協力：32の牧野組合、HIP CARRIERS、ワクワクあそBe隊、肥後地質株式会社、久石ファーム、
阿蘇おふくろ工房、手野名水会、南阿蘇ファームキャンプ、坂梨婦人会、ごはん屋OKAGE、
グリル・ド・加藤、熊本県旅行業協同組合、セフティー観光JAPAN株式会社、国造神社、
熊本県野外劇場アスペクタ、熊本県立阿蘇中央高等学校、南阿蘇 久木野温泉 四季の森、
一般社団法人トラックセッション、熊本県柔道整復師会、コスモスカフェ

協賛：



道の駅阿蘇、株式会社杉養蜂園、ユナイテッドトヨタ熊本株式会社、味の素株式会社、株式会社杉本建設、
株式会社森工業、株式会社熊阿建設工業、式ノ式、アース製薬株式会社、阿蘇内牧温泉 湯巡道荘、
株式会社藤本建設工業、株式会社山崎企業、道の駅あそ望の郷くぎの・あか牛の館、milestone、
株式会社インナー・ファクト、コカ・コーラボトラーズジャパン株式会社、阿蘇マルキチ醤油、
NOK九州株式会社、株式会社アートプロセス、タッケン引越、日本航空株式会社

スケジュール（前日）

5月8日（金）

時間	内容	場所
13:00	選手駐車場 開場	アスペクタ
13:30	シャトルバス①空港→アスペクタ 出発 事前予約者のみ・所要約45分	阿蘇くまもと空港
14:00	受付開始（ロング・ショート・ペーサー）	アスペクタ
15:00	シャトルバス②アスペクタ→ASO MILK FACTORY 出発 事前予約者のみ・所要約45分	〃
17:00	シャトルバス③アスペクタ→ASO MILK FACTORY 出発 事前予約者のみ・所要約45分	〃
18:00	受付終了・選手駐車場 閉鎖 ※夜間の出入りや車中泊はできません	〃
18:00～19:30	ウェルカムパーティ	ASO MILK FACTORY

スケジュール（大会当日）

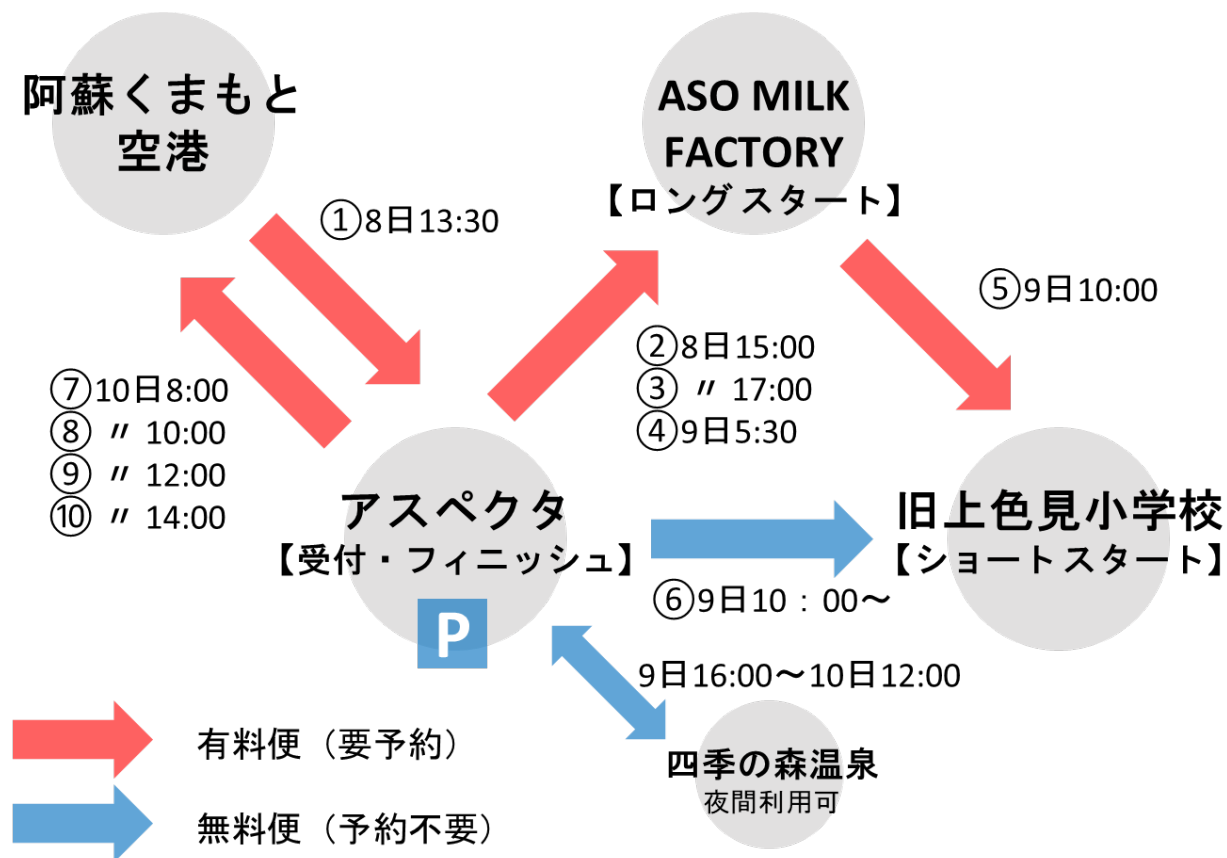
5月9日（土）

時間	内容	場所
4:00	選手駐車場 開場	アスペクタ
5:30	シャトルバス④アスペクタ→ASO MILK FACTORY 出発 事前予約者のみ・所要約45分	〃
6:00～6:30	【ロング】ドロップバッグ・手荷物預かり	ASO MILK FACTORY
6:30	【ロング】開会式	〃
7:00	【ロング】スタート	〃
8:00～10:00	【ショート・ペーサー】当日受付・手荷物預かり	アスペクタ
10:00	シャトルバス⑤ASO MILK FACTORY→上色見小学校 出発 事前予約者のみ・所要約1時間	〃
10:00～11:00	シャトルバス⑥アスペクタ→旧上色見小学校 出発 予約不要・所要約40分	ASO MILK FACTORY
12:00	【ショート】スタート	旧上色見小学校
17:00	【ショート】表彰式	アスペクタ
16:00～翌 12:00	四季の森温泉行きシャトルバス (1時間に1往復、毎定時に出発・所要約10分)	〃

5月10日（日）

時間	内容	場所
8:00/10:00 12:00/14:00	シャトルバス⑦~⑩アスペクタ→空港 出発 (事前予約者のみ・所要約60分)	アスペクタ
11:00	【ロング】表彰式	アスペクタ
12:00	フィニッシュ制限時刻	アスペクタ

アクセス・シャトルバス路線図

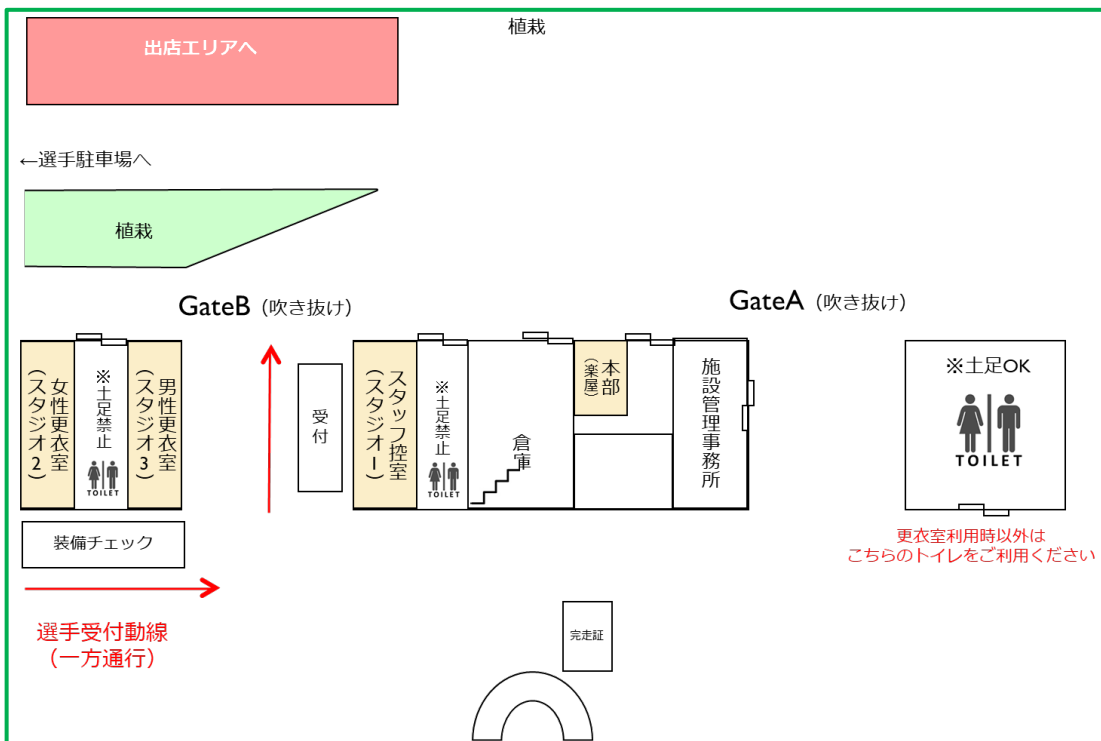


会場図 アスペクタ (選手駐車場・受付・フィニッシュ)



※5/8 (金) 18:00~5/9 (土) 4:00は入場ゲートを封鎖します。選手駐車場での車中泊はできません。

アスペクタ ステージ周辺詳細図

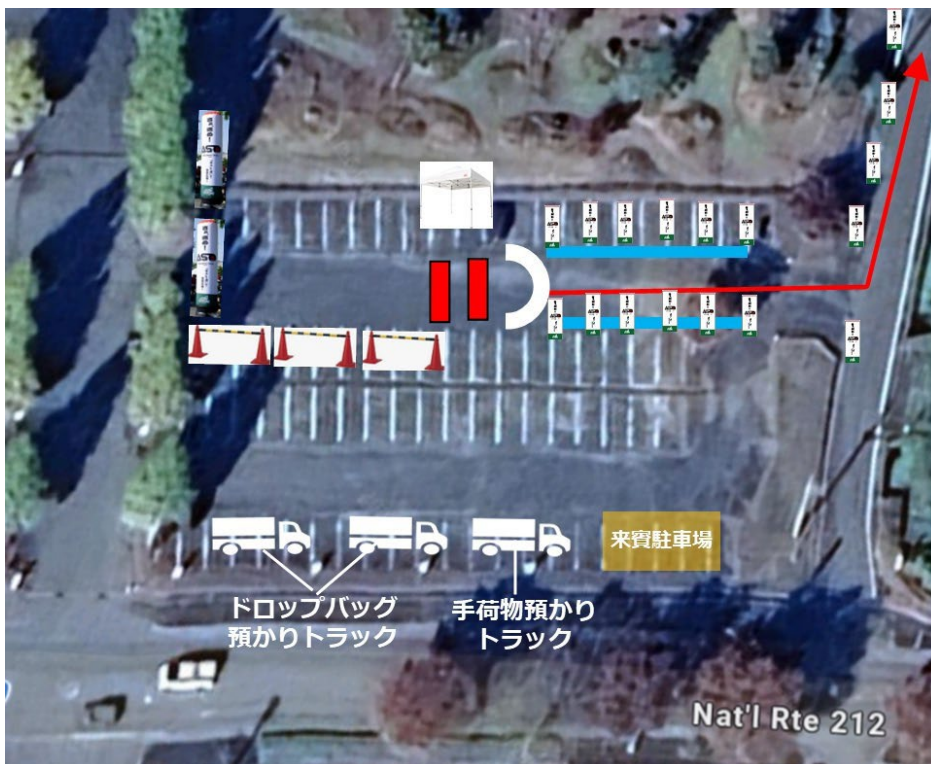


会場図 ASO MILK FACTORY (ロング スタート)

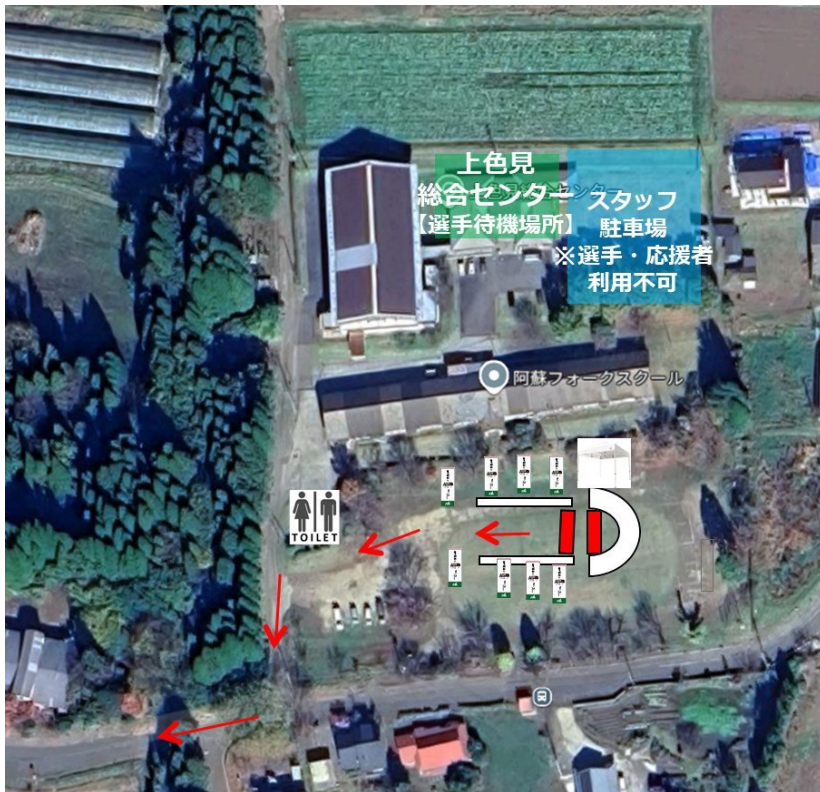


※スタート会場周辺に大会選手用の駐車場はありません。フィニッシュ会場（アスペクタ）の駐車場とシャトルバス（要予約）をご利用ください。

ASO MILK FACTORY ロング スタートエリア詳細図



会場図 旧上色見小学校 (ショート スタート)



※スタート会場周辺に大会選手・応援者用の駐車場はありません。フィニッシュ会場（アスペクタ）の駐車場とシャトルバスをご利用ください。

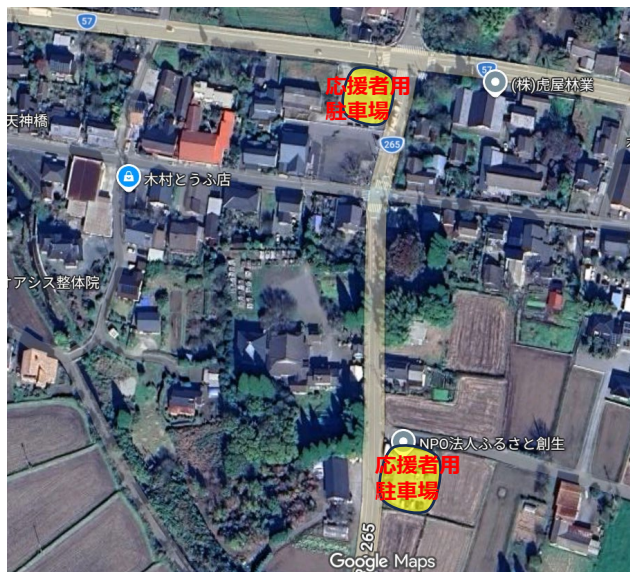
応援可能エリア

今大会の応援可能エリアは①ロングスタート（ASO MILK FACTORY）②A1阿蘇草原活動センター③A3坂梨公民館④フィニッシュ（アスペクタ）です。上記個所での食料補給など私的サポートに制限はありませんが、必携装備品の受け渡しはできません。

▼A1阿蘇草原保全活動センター



▼A3となりの砂利駐車場 + NPOふるさと創生

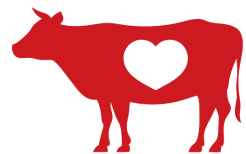


■必携装備品

選手は下記の必携装備品を常に携帯する必要があります。受付前の装備チェックをクリアしない選手は 受付できません。大会中およびフィニッシュ時にも装備チェックを行う場合があります、その場で携帯が確認できないと失格になる可能性があります。

[必携装備品] (ロング・ショート共通)

- ① 靴底・靴側面を洗浄したシューズ (受付時に履くものとは別に持参してください)
※受付前のチェックで泥等の汚れがないか確認します
- ② ゼッケンナンバーカード (受付で配布します)
- ③ 水分 (スタート時1.5L以上)
- ④ 補給食
- ⑤ 携帯電話 (十分に充電し、大会中は常時電源が入った状態にすること)
- ⑥ マイカップ
- ⑦ サバイバルブランケット
- ⑧ レインウェア上下
- ⑨ ライト2個およびそれぞれの予備電池 (携帯電話のライトは不可)
※A3にて全選手の点灯確認をします
- ⑩ 後方から視認できるフラッシュライト
- ⑪ コースマップ (印刷物またはスマートフォンアプリにGPXデータをダウンロードしたもの)
- ⑫ モバイルバッテリー (10,000mAh以上)



家畜防疫対策

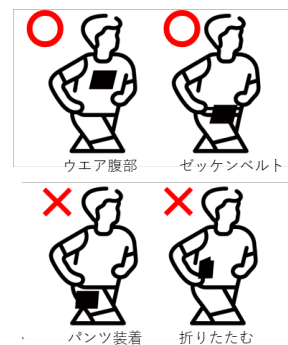
■受付

装備チェックを終えた選手から順番に行います。予め大会webサイトに公開されるご自身のNoを確認し、受付にて申告をお願いします。

[お渡しするもの]

- ・ゼッケンNo.カード 2枚
前後から視認できるようウェアやザック等に**横向きに着用ください。**
※省資源のためなるべく安全ピンやゼッケンベルトは各自でご準備ください。
- ・ドロップバッグ用袋 (容量：約15ℓ)
- ・No.シール2枚：当日預ける手荷物用1枚、ドロップバッグ用1枚シールを貼り付けてスタッフにお預けください。
- ・大会参加賞：地域特産品、協賛品
- ・(購入者のみ)大会オリジナルグッズ：Tシャツ (The North Face製)、スポーツタオル、ゼッケンベルト、ロゴステッカー

ゼッケン着用例



■ウェルカムパーティー ※事前申込者のみ

日時：2026年5月8日(金)18:00~19:30

会場：ASO MILK FACTORY内レストラン ※受付会場と場所が異なるのでご注意ください

メニュー：飲み放題+阿蘇の食材とasomilkたっぷりプラン

※阿蘇を知り尽くした阿部と森本が語る完走対策ブリーフィング付き。

■前日宿泊

- ・大会Webサイトより宿泊施設をご予約された方は旅行会社の案内に従って各自でご移動をお願いします。
- ・送迎付きの宿泊施設 (ホテルルートイン阿蘇熊本空港駅) をご予約された方は送迎車をご利用ください。
5/8 (金) 15:30 アスペクタ 発 → ホテル
5/9 (土) 5:30 ホテル発 → ASO MILK FACTORY

■ ドロップバッグ（ロングのみ）

- ・ スタート時に預けたドロップバッグをA4にて受け取ることが出来ます。また、そこまでの区間で使用した用具をドロップバッグに戻すことが出来ます。
- ・ 必携装備品を出し入れすることはできません。
- ・ ドロップバッグは受付時にお渡しする専用の袋（約15ℓ）に入れ、ゼッケンナンバーシールを1枚所定の位置に張り付けてください。
- ・ A4で戻したドロップバッグは、A4関門閉鎖後にフィニッシュ会場に搬送します。上位選手はフィニッシュ時にドロップバッグが到着していない場合もありますのでご容赦ください。

■ 手荷物預かり

- ・ ロング：スタート会場で預かり、フィニッシュ会場で返却します。
- ・ ショート：フィニッシュ会場でシャトルバス乗車前に預かり、フィニッシュ後に返却します。

スタート会場で預けることはできないのでご注意ください。

- ・ 荷物はリュックやスーツケースなど口が閉まるものに一つにまとめ、受付時に配布するゼッケンナンバーシールを見えるところに張り付けてください。

競技規則

■ 競技方法

1. 決められたコースのタイムレース方式です。
2. エイドステーション (A) およびフィニッシュに閉門時刻を設けます。各閉門時刻までに出發できなかった選手はその場で走行を中止し、スタッフの指示に従って帰還してください。

■ 閉門時刻

【ロング】

A1	9日	12:00	阿蘇草原保全活動センター (21km地点)
A2	"	15:00	国造神社 (36km地点)
A3	"	18:00	坂梨公民館 (51km地点)
A4	"	22:00	上色見小学校 (68km地点)
A5	10日	2:30	高森峠 (80km地点)
A6	"	7:00	久石ファーム (94km地点)
Fin	"	12:00	アスペクタ (114km地点)

【ショート】

A5	9日	16:00	高森峠 (12km地点)
A6	"	19:00	久石ファーム (26km地点)
Fin	"	20:00	アスペクタ (32km地点)

■ 通過確認

- ・ゼッケンナンバーカード (以下ゼッケン) に付属する計測タグにより、出走人数完走人数の管理、および各閉門にて通過チェックを行います。
- ・選手の記録とともに個人を特定することが可能です。
- ・競技中は必ず計測タグが付いたゼッケンを、前後から番号が見えるよう横向きに装着してください。

■ コース案内

- ・土地所有者及び管理者の許可を得て、必要最低限のマーキングテープや表示看板、スタッフの配置を行います。誘導スタッフを配置している箇所はその指示に従ってください。
- ・交差点などで一時停止をお願いする場合があります(車両優先)。必ずスタッフの指示に従ってください。
- ・案内は大会直前に設置し、終了後速やかに撤去します。
- ・舗装路に歩道がある場合は歩道を走行してください。
- ・夜間区間となるA4～フィニッシュはマーキングテープに反射材を貼付するほか、分岐点など要所に点滅ライトを設置します。

■リタイア(途中棄権)

- ・途中棄権の場合は必ずエイドステーションにてスタッフに申告し、ゼッケン1枚を提出してください。
- ・緊急時を除き、エイドステーション以外のコース上でのリタイアや搬送はできません。
- ・怪我や急病で自走ができない場合、またはそのような選手を発見した場合は近くのスタッフまたは本部へ連絡し、指示に従ってください。

080-7577-2505 (大会本部)

※5月9日(土)7:00～

大会本部の電話番号はゼッケンにも記載があります。

エイド提供品 (予定)

ポイント	A1	A2	A3
名称	阿蘇草原保全活動センター (21km)	国造神社 (36km)	坂梨公民館 (51km)
地域食メニュー	阿蘇ミルク 子牛クッキー ソフトクリーム だご汁	ちゃんこスープ いちごソーダ 黒糖ドーナツ棒	おにぎり3種類 お饅頭 お味噌汁 唐揚げ 漬物3種類 シフォンケーキ
その他メニュー	あんぱん チョコパン 塩タブレット 梅干し ミニトマト 飴3種類	すいか 塩タブレット 梅干し たくあん 飴3種類	からし運根棒 チョコパン バナナ パイナップル缶 塩タブレット 飴3種類
ドリンク	水 スポーツドリンク 麦茶 コーラ	水 スポーツドリンク カルピス 麦茶 (パック)	水 スポーツドリンク コーラ 麦茶
ポイント	A4	A5	A6
名称	旧上色見小学校 (68km)	高森峠 (80km) (ショート12km)	久石ファーム (94km) (ショート26km)
地域食メニュー	根子岳カレー	アミノバイタルONE	クリームシチュー ハニースティック 2種類
その他メニュー	おせんべい あんぱん バナナ 塩タブレット 飴3種類	インスタントミソラーメン 味噌汁(即席)お吸い物(即席) パン ベビースター丸 ハッピーターン バナナ 魚肉ソーセージ 塩タブレット・飴3種	バナナ 飴3種類 塩タブレット 魚肉ソーセージ
ドリンク	水 スポーツドリンク コーラ 麦茶	水 スポーツドリンク コーラ 麦茶	水 スポーツドリンク コーラ 麦茶

その他競技に関して

■自然保護・草原維持に関するルール

本大会は阿蘇くじゅう国立公園に指定された貴重な自然環境の中で開催されます。また家畜を放牧する草原（牧野）を特別な許可を得て通行します。自然環境保護および口蹄疫などの家畜貿易対策のため、以下のルールを順守してください。

1. 当日走るシューズは予め靴底・靴側面を洗浄した上で来場時の靴とは別にお持ちください。
2. コース上に消毒用の消毒液を踏む箇所があります。必ず靴で踏んでから進んでください。
3. トレイルへの負荷を軽減する為、ストック（トレランポール）は使用できません。
4. コース以外の山野を走ることやコースのショートカットはできません。
5. コース上の動植物、岩石などを傷つけたり持ち帰ることは禁止です。
6. ごみは必ず持ち帰り、落ちているものがあれば率先して拾ってください。
7. 用便は各エイドステーションのトイレを使用してください。
8. 大会当日の天候等によりトレイルが多数の選手の走行に耐えることができない場合、歩行区間の設定やコースの変更、大会中止の判断をする可能性があります。

家畜防疫対策



■一般歩行者、他の大会参加者への配慮

- ・コース上に一般歩行者がいた場合は、一般歩行者が優先となります。
- ・追い越しを行う場合は必ず声をかけ、安全な場所で追い抜いてください。
- ・大会中、けが、病気などで身動きできないランナーと遭遇した場合は救助を優先してください。
- ・大会にご協力頂く地元の方々やボランティアへの感謝の気持ちを忘れないでください。

■ヤマビル対策について

阿蘇地域、特に南外輪山（A4～FIN周辺）においてヤマビルが確認されています。

A4・A5・A6にてヤマビル対策用にアース製薬の虫よけ「はだまも」コーナーを設置します。

むらなくしっかり塗ることでヤマビル対策になりますのでご利用ください。



■救助及び医療援助の体制

・競技がより安全に行われるために、大会実行委員会では可能な限りのコース整備と、救助および医療救護体制を準備していますが、安全が保障されるものではありません。選手は、トレイルランニングという自然の中で行われる競技に危険が伴うことを十分に認識し、ケガ、病気、事故などに対して、自己の責任において大会に出場してください。

・救護所はすべてのエイドに設置し、医療資格者が待機しています。これらの救護所は大会本部と無線、電話でつながっています。

・環境やその状況により、援助が到着するまでに時間を要する場合があります。

・医師や救護者に処置を受けた選手は、レース後に必ず専門医を受診し、診察結果を大会事務局へ連絡してください。

・救護所のスタッフとは別に、マーシャル（コース上の安全管理）スタッフがコース上を巡回しています。これらのスタッフは大会本部と無線、電話でつながっています。

・応急処置は、選手だけでなく、本大会に関係するあらゆる人々を危険な状況から救うために行います。

・救護スタッフに処置を受けた選手は、レース後に必ず医療機関を受診し、診察結果を大会本部へ連絡してください。

・選手の救助のために、必要に応じて救助隊を呼ぶことがあります。この場合、かかった費用は救助された方に負担していただきます。

・救護スタッフには、これ以上競技を続けられない選手に、競技を中止させる権限があり、その際にゼッケンナンバーカードも回収する場合があります。

・レースを中止した場合、その場からフィニッシュ会場まで収容バスまたはサポートの車を使って戻ることが出来ます。タクシーなどを呼ぶ場合の費用は自己負担とします。

・原則的に大会本部が110/119などの救助/救急要請の必要性を判断します。ただし本部と連絡がつかない場合や緊急を要する場合は直接救急サービス（110/119など）を呼び出しても構いません。

■主催者が加入する傷害保険

大会の参加者や大会スタッフが、大会参加中に被ったケガや特定疾病（*1）に対して、主催者が補償規定に基づき費用を負担した場合に以下の保険金をお支払いします（*2）。

【補償金額】死亡・後遺障害 500万円、入院(日額) 3,000円、通院(日額) 2,000円

*1 特定疾病とは、下記①～⑤の疾病を言います。（被保証者が大会の直前12カ月以内に下記①および②の疾病と医学的に因果関係のある疾病について、医師の治療を受け、または治療のために医師の処方に基づく服薬をしていた場合は、保証の対象外となります。）

- ①急性虚血性心疾患(いわゆる心筋梗塞)、急性心不全等の急性心疾患
- ②くも膜下出血、脳内出血等の急性脳疾患
- ③日射病及び熱射病等の熱中症
- ④低体温症
- ⑤脱水症

*2 加入する保険は、日本国外の入院・通院には適用されませんのでご注意ください。

■免責事項

大会主催者は、主催者側に重大な過失がある場合を除き、競技中の事故や傷病について一切の責任を負いません。自己責任でのご参加をお願いします。

■大会中止の判断とその周知方法

下記の事由により大会の開催・継続が困難と主催者が判断した場合は、大会中止またはコース等競技内容の変更を判断することがあります。大会開催日を延期することはありません。

- ・ 気象警報発令時
- ・ コース途中における崖崩れ、落石など、ランナーの安全を確保できないと判断された場合
- ・ 災害時
- ・ コース付近で大地震が発生したときや、周辺地域に関わる大雨・防風などの「気象警報」「土砂災害警報」が発表された場合

大会前日16時まで中止を判断する場合は大会ホームページにて発表します。電話でのお問い合わせは ご注意ください。レース中に中止や競技内容の変更を判断した場合は、各エイドステーションでご案内します。大会中止の際でも、原則として参加料の返金は致しません。

■大会出場中の著作権、掲載権について

大会出場中の写真・映像・記録・記事等の新聞、雑誌、テレビ、インターネット等への著作権、掲載権は、主催者に属します。

■ 四季の森利用のご案内

フィニッシュ後は、会場最寄りの温泉施設「四季の森」の利用が可能です。フィニッシュ会場アスペクタと四季の森を往復する無料シャトルバスも運行します。是非ご利用ください。

①通常営業：～9日21：00、10日6：00～

入浴料：650円

[備考]

・一般用休憩所は利用可能。ただし仮眠や長時間の占有はできません。

②深夜営業：5月9日(土)22:00～10日(日)5:00

深夜利用料：2,000円

[備考]

- ・温泉入浴料、専用休憩所「阿蘇五岳の間（男性）」「105号室(女性)」の利用料を含みます。
- ・仮眠も可能ですが、寝具の用意はありません。寝袋等が必要な方は各自でご持参ください。
- ・10日5:00までに入館した方は同日9:00まで専用休憩所の利用が可能です。
- ・9日21:00～22:00、10日5:00～6:00は清掃時間のため入浴はできません。

▼温泉行きシャトルバス運行スケジュール

9日(土)16:00～10日(日)12:00（1時間に1往復・毎定時にアスペクタ出発）

始発：9日(土)16:00アスペクタ発 → 16:10四季の森着・発

最終：10日(日)12:00アスペクタ発 → 12:10四季の森着・発