

# 妙高の豊かな自然と

2018年にトラック走路をリニューアル!  
オーバーレイされた「スーパーX」トラックの練習環境は抜群!!  
跳躍系助走路と投てきフィールドを全天候型に改修!



## Myoko Kogen Sports Park 妙高高原スポーツ公園

(妙高市関川958)

1周1,500mの外周コースやアイシングプール、芝生フィールドで快適なトレーニング環境を提供。  
温泉トレーニングプールを備えた妙高高原体育館[ほっとアリーナ妙高高原]も隣接

### ●施設概要

- 陸上競技場&外周JOGコース
  - ・400m×8レーンの全天候型グラウンド(トラック走路「スーパーX」使用)
  - ・1周1,500mの外周コース・アイシングプール
- 野球場[両翼92m・センター120m・外野天然芝]

●申し込み先…(一社)妙高高原さわやか協議会  
☎0255(86)5500

●HPアドレス…<https://myokosawayaka.com>



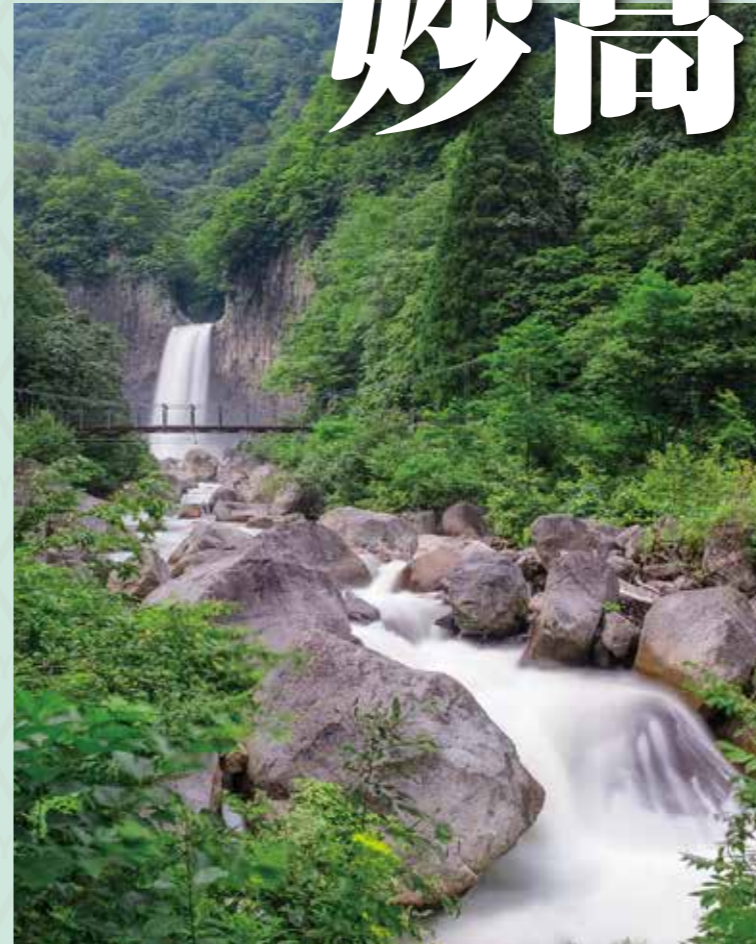
1500mの外周コース



施設全景



スーパーX 8レーンのトラック



日本の滝百選「苗名滝」



ランナーに配慮したロードマーカー



ロードトレーニングに  
集中できるように、  
ランナーの安全に配慮した  
ロードマーカーを路面表示!!

標高1,300mの準高地トレーニングでさらに上を目指せ!!  
ここには、大舞台に立ち、勝利をつかむヒントと法則がある!



## Sasagamine Cross-country Course 笹ヶ峰クロスカントリーコース

(妙高市笹ヶ峰高原)

箱根駅伝歴代優勝校も絶賛!!  
真夏でも25℃前後の冷涼な気候、梅雨でも晴天率が高い高原。  
木漏れ日の中、直射日光の当たらない最適な環境です。

### ●施設概要

- ウッドチップを敷き詰めた  
2km~5kmまでのクロスカントリーコース
- 400m芝生トラック・100m直線芝生コース

●申し込み先…杉野沢観光協会 ☎0255(86)6000

●HPアドレス…<http://www.suginosawa.com/gasyuku/>



ウッドチップの敷かれたコース



400mの芝トラック

2018年オープン! 150m×60mの広大な芝生広場と  
さわやかな空気が快適なトレーニング環境を約束します!



## Ikenotaira Sports-ground 池の平スポーツ広場

(妙高市大字関川2428-2)

夏は陸上やサッカーなど、トレーニングの場として、充実の環境を提供。  
冬には、全日本スキー連盟公認の常設クロスカントリースキーコースが開設し、スキー合宿に最適!!

### ●施設概要

- 芝生広場(9000㎡ グリーンシーズンは防球ネットを設置)
- クロスカントリースキーコース(全長5km・3km・2.5km 冬期間のみの開設)※SAJ公認

●申し込み先…(一社)妙高高原さわやか協議会 ☎0255(86)5500

●HPアドレス…<https://myokosawayaka.com>



施設全景



全日本スキー連盟公認クロスカントリースキーコース



最良の

# ランニング環境

準高地という

立地を活かした