

出 産 GRINDURO! MINAKAMI GAZETTE

WELCOME LETTER / SPONSOR INTRODUCTION / COURSE MAPS / EVENT SCHEDULE / RULES AND CONDUCT / MAXIN' & RELAXIN' INFORMATION
 ウェルカムレター / スポンサー紹介 / コースマップ / イベントスケジュール / 規約 / MAXIN' & RELAXIN' インフォメーション



GRINDURO JAPAN 2024! 新しい場所。同じ挑戦。



Page - 02
A Chat with 'Bene'

ミナカミはダートで2輪を楽しむ長い歴史があり、我々の中心人物であるネイサン'ベネ'がその内情をスクープしている。



Page - 09
**2024 Grinduro
 Timed Segments**

MAXIN'の時間とRELAXIN'の時間がある。

Grinduro 21 Step Survival Guide

1. エリアマップ P.4
2. 日間スケジュール P.4
3. 駐車場 P.4
4. 登録 P.4
5. レースプレート&タイミングチップ P.4
6. SCHWALBE SHAKEDOWN P.5
7. M-FESTIVAL PRE-PARTY P.6
8. キャンプ場情報 P.6
9. コース概要 P.7
10. 朝食 P.8
11. 日間スケジュール P.8
12. フード&ドリンク P.8
13. 19日(土)午前 P.8
14. スタート・ライダー・ブリーフィング・エリア P.8
15. 安全 P.9
16. オンセンオプション P.9
17. プレゼンテーション P.11
18. M-FESTIVAL P.11
19. M-FESTIVAL P.12
20. 日間スケジュール P.12
21. 二日酔いライド&お別れ

ウェルカムレター グリन्दデュロ・ ジャパン2024チームより。

群馬県みなかみ 町の「砂利でひとつに」

皆様をみなかみ町に、そしてグライندوقロジャパン2024にお迎えできることを大変嬉しく思います。あと2週間足らずで、グリन्दデュロ・ファミリーは、群馬の山々で、団結した砂利と楽しい時間を愛する家族として再び合流します。この地域はアウトドア・アクティビティの天国であり、秋の季節にこの地域で有名な美しい景色と見事な紅葉を共有するのが待ちきれません。グライندوقロ・グローバル・チーム、地元の関係者、そして日本を拠点とするイベント・スペシャリストたちは、2023年12月以来、この世界的なグ

ラベル・サイクリング・イベントをこの新しく歓迎される地域で開催するために懸命に取り組んできました。Grinduroの世界的な主要原則のひとつは、包括性と友好性です。私たちは、このビジョンを共有し、世界中のグラベルライダーが日本で成長し、団結することを望んでいるホスト地域と協力できることを光栄に思います。

みなかみ村、みなかみ町観光協会、群馬県警、アウトドア・アライアンス、キャニオンズ、MT-BJAPAN、その他多くの地元や国内のパートナーのサポートにより、この地域が提供できる最も素晴らしく風光明媚なバックカントリートレイルを含む80kmのコースで、素晴らしく安全な会場を作り上げることができました。CanyonsとForest and Waterのパートナーと協力し、熱心なキャンパーたちのために芝生のキャンプ場を提供し、Grinduroと同時に開催される音楽フェスティバルM-Festivalのチームと

提携しました。

Grinduroのゴールは、ライダーがひとつになり、誰もが歓迎され、特別なものの一部であると感じられるようにすること。日本だけでなく、オーストラリア、ニュージーランド、北米、イギリス、ヨーロッパ、そして日本のグライندوقロファミリーに加わりたいすべてのライダーがひとつになること。私たちは、この団結が大会に参加するすべての人にもたらす価値、この団結が私たちの世界観にもたらす重要性、この団結が私たちの国際理解を深めること、そして自転車に乗るといふ単純な喜びと、そこから生まれる仲間意識が私たちサイクリストにもたらすことを信じています。as cyclists.

(3ページに続く)

/Global Sponsor

SHIMANO - United In Gravel

/In Gravel We Trust

私たちGrinduroはグラベルのユニテッドです。- 私たちはライドを楽しみ、仲間を楽しみ、自然を楽しみ、レースを楽しみます。ユニテッド・イン・グラベルは、どんなレベルの人にも、サドルに乗って人生を楽しもうという私たちの呼びかけです。丘に挑み、未舗装路や農道、トレイル、舗装路を駆け下り、あるいは街中や都会のジャングを最高の方法でクルージングする。

言葉では言い表せないような場所で一緒に走る喜び。



30 YEARS OF DIRT IN JAPAN

Interview: Nathan (aka Bene) Bennett is no stranger to the dirt of Minakami. #mtbjapan

ネイサン・ベネットは2輪の楽しさを熟知している、そしてその楽しさを周りの人に伝え、水上にライダーが増えていきます。それを「ベネ効果」と呼びます。」

ニュージーランド生まれで、長年水上町に住んでいるネイサン・ベネットは、グラベルを除くほぼすべての自転車競技でレースに参加してきました。

Nathan Bennett 熱心な自転車レーサーである彼は、10月18日から20日にかけて行われる、過去最大規模のグランドデュロ ジャパンの開催に向けて準備を進めています。

レーサーからイベントオーガナイザーへと転身したベネットは、MTBジャパンの自主創業者であり、日本の自転車界で活躍する競技者です。

若い頃から熱心なモトクロスライダーだった彼は、ダウンヒル、ダートジャンプ、クロスカンントリーマウンテンバイクに熱中し、1996年、24歳のときに日本に移住し、ラフティングガイドとしてのキャリアをスタートさせました。

「数か月後、水上町が大好きになったのですが、ラフティングの仕事はあまり楽しめなくなりました。

グラベルは岩、砂、石英、粘土の集まりで、このスポーツが惹きつけるライダーと同じくらい多様なユニークな混合物だ。グラベルは岩、砂、石英、粘土の集合体であり、このスポーツが魅了するライダーと同じくらい多様なユニークな混合物である。

グラベルに乗ることは、共有するユニークなストーリーを創り出すことであり、個性が力を与える、より健康的で持続可能なコミュニティを目指していくことなのです。仕事帰りに親友とサイクリングに出かけても、遠く離れたトレイルをビーストモードでバイクパッキングして、あなたはそこにいて、1マ

イル走ることによって笑顔を更新するのです。

みなかみ町のGrinduroでシマノグラベルファミリーに加わり、あなたの瞬間を写真に収めましょう。今週末、あなたのバイクがスタンディングオーバーションを浴びるほどボロボロなのに気づきましたか？

シマノは、グランドデュロコースで走るスムーズな走りを維持するために必要な最後の修理をお手伝いします。シマノブースにお立ち寄りの際は、あなたの頼もしい(かもしれない?)相棒に愛情を注いでください。



Who really is Gravel Gary??

世界規模で開催される究極のグラベル・フェスティバル、グランドデュロがフランスのグランエスト地方で開催され、私たちは親友のWynTV-Wyn Mastersにその雰囲気取材してもらい、もちろんグラベル・ファンにも参加してもらった。Grinduroの模様はこちらから。

Wyn Masters goes to Grinduro!



Shimano GRX Di2 12-Speed

New 2x12 Di2 Addition to Shimano's Legendary Gravel

グラベル・サイクリストは今を生きる。夜明けに車道を走り出すのはそのためだ。孤独で未知の未舗装路を冒険する理由。予測不可能なルートやレースに挑む理由。シマノはこのような高い期待を理解し、受け入れている。たとえ小さな不具合でも、楽しさと挫折、失敗と成功の分かれ目になることを知っているからだ。この追求こそが、シマノのグラベル専用コンポーネント、GRXファミリーの最新作を定義している。

シマノGRX Di2 RX825シリーズには、快適性とコントロール性に磨きかけたデュアルコントロールレバー、チェーンマネージメントを向上させるシマノシャドールD+搭載リアディレイラー、正確な変速を可能にするグラベルに最適化されたフロントディレイラーが含まれる。この一連のコンポーネントは、昨年発売された2x12 GRX RX820に電子制御オプションをもたらした。

RX820メカニカルコンポーネントと同様に、ライダーはRX820クランクとその48/31歯チェーンリング、またはRX610クランク

と46/30歯チェーンリングでギアリングを調整できる。後輪には、HG710 11-36歯カセットとシマノ12速11-34歯カセットが使用可能。

RX825互換ギアオプション:- 48/31T RX820クランク- 11-36T HG710カセット- 11-34T R9200、R8100、R7100カセット

これらのギアの組み合わせは、シマノの最新カーボン製グラベル・ホイール、WH-RX880と完璧にマッチする。RX880ホイールは、25ミリの内幅と最新のDIRECT ENGAGEMENTフリーハブにより、どんなに険しい場所でも、ライダーとロードをつなぐ重要な役割を果たす。

RX825は、ワイドなギアレンジとタイトなギア段数により、レース集団の先頭を走るときでも、静かな田舎道をソロで走るときでも、どこまでも続くダートロードを楽しむときでも、バックカントリーの険しい上り坂に挑むときでも、快適なケイデンスを刻むことができる。

より強くなれる」というエピソードの一つです。田口さんは何年も前から私にイベントを開催するよう励ましてくれていましたが、私が水上でグランドデュロを開催するよう依頼されたとき、2月に最初に依頼されたとき、窓の外には1メートルの雪が積もっていて、秋までにその風景がグラベルバイクやバイク、MTBなどで賑わう姿を想像するのは難しかったです。しかし、幸いなことに、ベネは予測不可能な状況でも、地元経験から、うまく対応できると自信があり、たとえばグランドデュロの規模は「大きな難題」ではあるが、一つ一つ確実に前に進んでいます。」

町がイベントの開催を承認すると、ベネットのやるべきリストは劇的に増えました。過去24時間に届いた膨大な数のメールにも、笑わずにはいられません。

『最初から何をしなければならぬかは、わかっていましたが、どこから始めればよいかは、本当にわかりませんでした。正直なところ、組織面での遅れを取り戻すために奮闘しています。』

Maxin' & Relaxin' with your Grinduro Family.

(from page 1)

しかし、過去2年間、我々の世界的なタイトルスポンサーであるシマノは、グランドデュロのコンセプトを世界的にサポートしてくれた。彼らのスポンサーシップのおかげで、世界中のライダーがそれぞれのグランドデュロ・ストーリーを共有し、グラベルで団結することができた。また日本では、COVIDの前後に開催されたGrinduro Japanのたびに、私たちの忠実なホストスポンサーであるサルサがそのビジョンをサポートし、日本のグラベルカルチャーと海外のグラベルカルチャーの融合というコンセプトを常に信じてきました。また、シュールベ、フワー、リートのサポートなしでは、グローバル・グランドデュロのストーリーは完結しません。このグローバルチームと、関係者、スポンサー、地元の村の観光担当者、警察、医療関係者などのローカルチームが一体となり、グラベルで団結し、日本のグラベルシーンを成長させ、特別なものを生み出すというビジョンで団結しています。共にこの目標を達成し、成功を分かち合いたいでしょう。私たちは、みなさんをグランドデュロにお迎えし、みなかみ町にお迎えし、日本にグラベルの世界をもたらすことを楽しみにしています。

ありがとう

The Grinduro Team



/Global Sponsor



WE GET WHY YOU DO WHAT YOU DO!

LEATT

LEATT - No Such Thing As 'Too Much Of A Good Thing'...

/Global Sponsor

ヘルメット、ボディアーマー、ブレース、ガード、ハイドレーション・システム、アパレルなど、「スリルを求める人」の安全を守るために必要なものは何でも、常に進化し続けている。あなたは自信に満ち溢れている。そして私たちは、あなたがより速く、よりハードに、そしてより遠くまで自分を押し進めるための自信と道具を手に入れることができるようにするのが仕事なのです。

息子だけでなく、すべてのライダーを致命的な頸部外傷の影響から守りたいという情熱に突き動かされ、リート博士はすぐに装置の研究開発を開始した。

売されました。

首の保護から始まり、より多くの身体の部位を保護するために製品ラインを拡張し、技術と市場のリーダーであり続けます。オフロード・



モータースポーツのヘルメット着用者の保護から始まり、現在はダウンヒルやBMX自転車のライダーを保護していますが、目標は複数の製品ラインで幅広いスポーツのより多くのアスリートを保護することです。

Leattの計画は、革新的で最先端の製品を開発し続けること、高速のウィンタースポーツやチームスポーツに進出すること、そして自転車やその他の一般的なヘルメットを着用するスポーツに幅広く対応することである。popular helmeted sports.

...if it's got two wheels, Nathan Bennett will ride it.

(from page 2)

日本では大会を開催するために、多くの書類作業が必要です。各トレイルやダートトラックは、管理する省庁のために、慎重に申請書を作成しなければなりません。』と彼は言い、ほんの少しの安堵の表情を浮かべながら、つい2週間前に最終許可を受け取ったことを話しています。

ベネと田口さんに加えて、コウキタザフもいます。彼は自転車ガジェットブランド「equipt」の創業者であり、Alternative Bicyclesのオーナーです。コウキタは日本で何度もシングルスピードワールドチャンピオンシップの、ディレクターを務めてきました。もしかすると、ベネ、田口さん、そしてコウが日本のグランドデュロの成功のトライエクターかもしれません。

昨日、彼が選んだ計測会社、Wakita Softのスタッフが到着し、チップタイミングシステムのための、衛星信号強度を確認しました。ベネットの目には、完璧なタイミングとスムーズなサインアッププロセスが必須であり、それがイベントを良いものから素晴らしいものに変える要素だと映っています。移民でありながらも、ベネットは地元スキルを活用して、グランドデュロ ジャパンが完全に日本のイベントであることを確保しようとしています。

すべての必要な許可が整い、彼は新しいグラベルバイク、スベシャライズド・ディバージュでルートの整備に乗り出す準備が整いました。

秋の色合いが最も美しい10

月中旬に、水上町を訪れるのはこれ以上ないタイミングですが、グランドデュロ ジャパンのチームは、イベントを町の賑やかな数日間の音楽イベント、M-Festivalとコラボすることによって、ウィンウィンの状況を作り出しています。ライダーはすべてのショーに入場できる特典もあります。

グラベルユニオンがあれば、グラベルイベントへの参加は決して単なるライディングだけのためではありません。

『その通りです』とベネットも同意します。グランドデュロの評判によって、世界中からの、グラベルライダーに注目される可能性があります。そして訪れた方は多くの人々が、水上町に魅了されると思います。

ミナカミに着いたけど、どうしよう？

1. エリアマップ



4. 登録

これで駐車できました。素晴らしい。

何よりも先に、登録を済ませる必要がある。これにはキャンプ場の設営も含まれる。登録が済んでいないとキャンプ場には入れません。キャニオンズまで行き、登録テントでグランドロチームに会いましょう。ここで、以下を含むすべてのライダー登録バックを受け取ります：

- ゼッケンプレート
- バイクプレート
- タイとピン
- ワキタソフト・タイミングチップセット
- フェスティバル・アクセス・リストバンド
- グリンデュロ記念品
- ディナートークン¥1500
- キャンプバス
- スポンサー・シュワッグ

受付を済ませたら、レースプレートをバイクのフロントに、ステッカーをシートポストに貼り付けてください。

キャンプをされる方は、谷川キャンプ場事務所までお越しいただき、グランドロチームとキャンプサイトの割り当てを行います。そうでない場合は、リラックスしてつづぎ、スポンサーブースをチェックし、シュワルベ・シェイクダウンに備える。

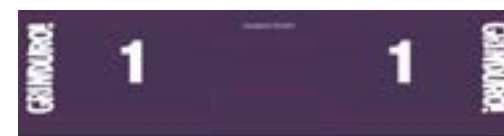
5. レースプレート&タイミングチップ



バイクプレート - 自転車の前部で見えること(ヘッドチューブに巻きつけないこと)

この2つの重要なアイテムを必ず自転車に取り付けてください。

さらに、ヘルメットとシートポストのステッカー、Tシャツやジャージに貼るビブプレートがセットになったステッカーセットも用意します。



2. 日間スケジュール

10月18日(金)

- 12:00 - 会場および受付開始
- 12:00 - キャンプ場オープン* 12:00 - 18:00
- 12:00 - 18:30 バイクエキスポ
- 12:00 - 24:00 バーオープン
- 12:00 - 18:00 バンド/DJ* (ラインナップ)
- 14:00 - 16:30 シュワルベ・シェイクダウン
- 17:30 - 18:00 シュワルベ・シェイクダウン・プレゼンテーション(シュワルベ・ブースにて)
- 18:00 - 24:00 Mフェスティバル・プレ・パーティー - バンド/DJ* (ラインナップ...)

3. 駐車場

駐車場は2ヶ所ございます。駐車可能な場所については、必ず指示に従ってください。可能であれば、宿泊施設に車を止め、会場まで乗り合わせ、または徒歩でお越しください。

これらのエリア以外には駐車しないこと。

Location 1
Grinduro Village & Canyons Area. Oana River
(<https://maps.app.goo.gl/4k6DgXXPjbTV3nw39>)

Plenty of parking near the river and a short walk/ride to Canyons.

Location 2
Tanigawa Camping Area, Yubiso Park Area, Yubiso
(<https://maps.app.goo.gl/tUaZ8pS3jiktufb96>)

キャニオンズまで歩いてすぐのキャンプ場が望ましい。



タイミングチップ-フォークに装着すること(説明書に従い、必ずチップを返却すること)

6. SCHWALBE SHAKEDOWN SCHWALBE



14:00-16:30
1.2km Gravel Sprint to get the legs burning.

Shakedown Course Profile & Link

Schwalbe Shakedown

Bring Your Best Max Effort To The Schwalbe Shakedown.



CSR at SCHWALBE

【シュワルベ】は、最も環境に優しい自転車タイヤメーカーになることを目指しています。

シュワルベはメーカーとして、ライフサイクルを超えて製品に責任を負っています。シュワルベ・リサイクルング・システムでは、インナーチューブやタイヤの回収を行い、リサイクルすることで、無駄な廃棄物を出さないようにしています。

その目的は、回収した材料を新しい商品の生産に使用し、リサイクルの割合をさらに高めることである。これにより、循環型経済への重要な一歩を踏み出したいと考えている。

シュワルベから提供される豪華賞品を獲得するためには、あなたの最高の努力と技術が試されることになる！

このスペシャルステージは時間制。ベストタイムを出すために何度も挑戦することができる。シェイクダウンの結果は、グランドロの総合成績にはカウントされませんが、シェイクダウンの結果はグランドロの総合成績にはカウントされません！

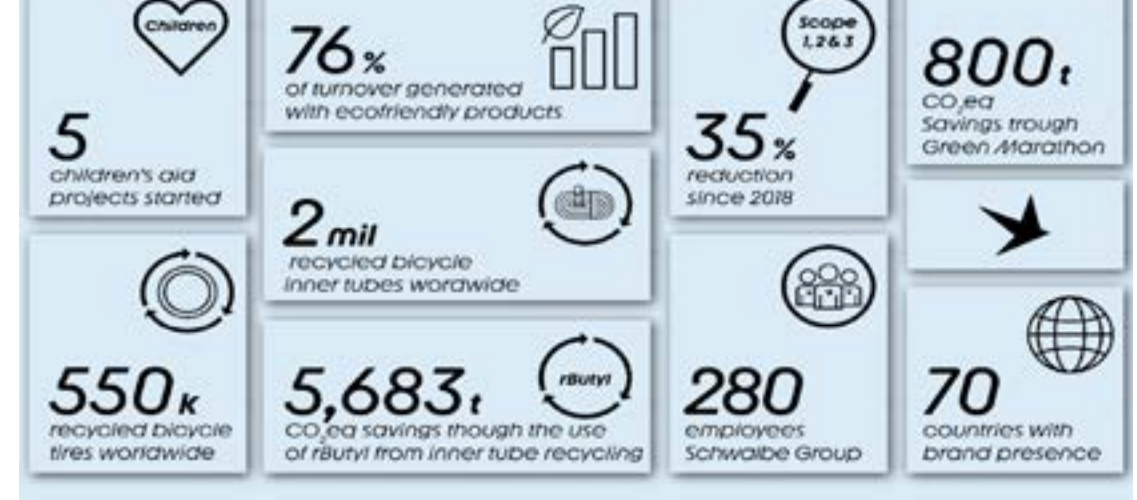
(e-bikeでの参加も可能ですが、最終結果からは除外されます。)

シュワルベはメーカーとして、ライフサイクルを超えて製品に責任を負っています。シュワルベ・リサイクルング・システムでは、インナーチューブやタイヤの回収を行い、リサイクルすることで、無駄な廃棄物を出さないようにしています。

完全に閉鎖された循環システムは、エネルギーと資源の節約に積極的に貢献し、CO2を80%削減します。この総合的なリサイクルプロセスは、Eurobike Innovators Prizeを受賞しました。

その目的は、回収した材料を新しい商品の生産に使用し、リサイクルの割合をさらに高めることである。これにより、循環型経済への重要な一歩を踏み出したいと考えている。

2022年にタイヤ・リサイクル・システムを導入して以来、100万本のタイヤが回収、リサイクルされています。これは、世界初の自転車用タイヤメーカーとして、当社はあらゆる



GO FOR THE WIN WITH SCHWALBE G-ONE R

THE RACE GRAVEL TIRE.

シュワルベG-One Rは、軽地、砂利道、アスファルトでの使用のために作られています。スーパーレースカーカスのおかげで、スーパーレース、スピード、コントロール性を最高レベルで兼ね備えている。

- 新しいBoomerangプロファイルは、上り坂で最高のトラクションと理想的な転がり挙動を実現。
- スーパーレースカーカス (Souplesse構造) により、転がり抵抗が少なく、高い衝撃保護性能を持ちながら、特にスムーズな乗り心地を実現。
- 角度のついたサイドラグがスーパーレースカーカスと相まって最高のコーナリンググリップを生み出す。



Race Directors Choice: Thunder Burt

LOW WEIGHT AND FAST!!

高速でドライなXCトラックに最適。軽量で転がり抵抗が極めて小さいため、シュワルベ最速のMTBタイヤとなっている！

- 高速で静かな転がりを実現する複数の小さなフラットスポット。
- ハードな路面に対応する多数のグリップエッジ。
- エッジの効いたショルダー・スタッドにより、カーブでのグリップとコントロール性が向上。



SCHWALBE

SHAKEDOWN MAXED --> TIME FOR THE RELAX

7. M-FESTIVAL PRE-PARTY

M FESTIVAL 2024
10月19日-20日
CANYONS MINAKAMI

渡辺俊美 (THE ZOOT 16) | 柳家睦 & THE RAT BONES
CARIBBEAN DANDY | SOUTH CARNIVAL
LA GORDA DUBS FT. YUGO TANIGUCHI
MC ANTSMAN & DJ RANGE | LIGHTCRAFT | AO YOUNG
MIDORINOMARU | OF TROPIQUE | THE MINISSOTA VODOO MEN
HUMMINGBIRD | 満作ジブシーオルケスタ | THE SPATS MAN
RIP VAN WINKLE | BAR JACK BLUES TRIO | SHIMOKITA BAM BAM
AFRICAN BOLERO | LAWIND | MEXICAN CLUB BAND
ANTELOPE COLLISION | GAYA GOES ANALOGUE | PAUL BROTHERS BAND
DJ TXAKO | CUMBIA KID | METRALLETA DJ | KAZ SUDO | DOC.KOYAMANTADO
VENTE SONIDO COLECTIVO | DJ FERGUS | WEIRDABOUT

シュワルベ・シェイクダウンのプレゼンテーションの後、グラインドロ・フェスティバルの1日目は終了するが、パーティーはキャニオンズで続けられる。食事はみなかみ町のレストランで取るか、Mフェスティバルのプレパーティーが始まるキャニオンズ周辺にいることをお勧めする。

- 16:30 LIGHTCRAFT
- 17:10 SOUTH CARNIVAL
- 17:50 OF TROPIQUE
- 18:30 MIDORINOMARU
- 19:25 CARIBBEAN DANDY
- 20:30 S'n'D (M Festival)
- 21:10 METRALLETA DJ (from Colombia)
- 21:50 DOC.KOYAMANTADO (Rumba Loco)
- 22:30 TXAKO (Japonicus)
- 23:15 MIKE (Canyons)
- 24:00 END



8. キャンプ場情報



谷川オートキャンプ場は、キャニオンズのグリンデュロビレッジから1.5kmのところにあります。

<https://tanigawadakecamp.com/>

グラインドロー・チームとスタッフは、ライダーや家族連れに十分なサービスを提供することを確認するが、キャンプ場が提供するすべての規則とレギュレーションを尊重してほしい。

友人や家族用の追加キャンプサイトは、当日3000円/頭で購入できる。

キャンプバウチャーが必要です。

CAMPING VOUCHER

Name _____

Phone # _____

Bib # _____

Site # _____

Please present to the Grinduro team at the Campground. Valid for 1pax 2nights (Fri18 & Sat19 October).

キャンプ場にてグリンデュロチームにご提示ください。10月18日(金)・19日(土)の2泊1パックに限り有効。

谷川キャンプ場はグリンデュロビレッジから歩いて行ける距離にあるので、パーティーではしゃいだ後でも簡単にテントに戻ることができます。近隣住民への配慮 夜10時以降の騒音は最小限にとどめ、駐車場は近隣の道路ではなく、グリンデュロ指定の駐車場をご利用ください。

整理整頓

キャンプ場にはゴミ箱があり、リサイクル品やゴミを捨てることができます。

注意事項

日没後の騒音は最小限にとどめ、他のキャンパーを尊重してください。また、パーティーや大音量の音楽はご遠慮ください。

また、パーティーや大音量の音楽はご遠慮ください。

IT'S GRINDURO DAY - TIME FOR THE MAXIN'

9. コース概要

SEE VILLAGE DETAIL MAP

GRINDURO! MINAKAMI

CANYONS

MINAKAMI ST.

SHIMANO STUDIO

NORN SKI

SHIMANO PRESENTS GRINDURO! MINAKAMI | JAPAN

HOSTED BY SALSA

STAGE 1 (20-25)

STAGE 2 (30-35)

STAGE 3 (60-65)

STAGE 4 (70-75)

THE TUNNEL (15)

THE TUNNEL (20)

MINAKAMI ST. (45)

BUNGY JAPAN (45)

WYB JAPAN (40)

SHIBUWA DAM (55)

SCHWILBE SHAKEDOWN (50)

FUJWARA DAM (60)

HOUDAIGI (70)

GRINDURO AM + GRINDURITO LOOP

52.3KM DISTANCE
1325M ELEVATION
2 TIMED STAGES



GRINDURO PM LOOP

30.2KM DISTANCE
650M ELEVATION
2 TIMED STAGES



/GRINDURO SURVIVAL CHECKLIST DAY 2

バイクの上でも外でも土曜日のアクション

10. 朝食



BREAKFAST SERVED
6:00AM - 8:00AM AT CANYONS

12. フード&ドリンク

グリンデュロ入場料には3回の食事が含まれます。

Breakfast - 6:00AM to 8:00AM (Canyons Cafe)
Bacon, Eggs, Toast, Coffee and Tea (Riders must show wristband)

Lunch - 10:30AM to 13:30PM (Canyons Cafe)
Bean Curry, Rice, Barley Tea (Riders must show wristband)

Dinner -13:30PM to Close (Various Food Vans)
Various Food Trucks at Grinduro Village (Riders can use Y1500 vouchers)



11.日間スケジュール 10月19日(土)

- 06.00 - 08.00 グリンデュロ・フードコートで朝食(キャニオンズ)
- 06.00 - 07.30 遅着者*の受付開始
- 07.00 - 09.00 バイク・エキスポ(シマノ・テック・サポート)*。
- 08.30 - マススタート モーニンググループ(グライندوقロ、グライندوقリート)
- 10.30 - 18.00 Mフェスティバルバンド/DJ* (ラインナップ)
- 11.00 - 24.00 バーオープン
- 10.30 - 13.30 グリンデュロ・フードコート(キャニオンズ)にてランチサービス
- 12.00 - 15.00 午後のループスタート(グリンデュロ)
- 11.00 - 18.30 バイク・エキスポ*会場
- 16.40 - 17.25 表彰式(野外ステージ)
- 11.00 - 19.30 フードトラックによる夕食(Mフェスティバル)
- 19.00 - 24.00 Mフェスティバルバンド/DJ* (ラインナップ)

13. 19日(土)午前

何らかの理由で18日(金)の受付に間に合わない場合は、19日(土)の午前中に受付を行います。

午前6:00から7:30までの間に、グリンデュロ・ビレッジの登録テントにて受付をお済ませください。

14. スタート・ライダー・ブリーフィング・エリア

グライندوقロとグライندوقリートは由比荘公園からスタートする。グリンデュロ村から1.5km、谷川岳キャンプ場の隣にあります。

このエリアには駐車せず、キャニオンズ近くの第1駐車場をご利用ください。

ライダーブリーフィングと警察による地元紹介を行いますので、8:00amにはスタートエリアにお越しください。

スタート後、みなかみ町内5kmのニュートラル区間を走ります。交通ルールを厳守してください。

Grinduro Timed Sections : Who will reign supreme against the clock.

S1	IN DA' WOOD - 4.2KM 348M A juicy climb to get the Grinduro legs buring. Stage 1 is 100% gravel climb with multiple swtichbacks, waterfalls and whole lot of vertical.	Open 9AM Close 11AM
S2	DON'T STOP NOW - 3.0KM 200M A mixed section of terrain with some techcal skills needed near the end. Stunning forest views and a nice fast open decent finish.	Open 9AM Close 12PM
S3	HOLD MY BENTO - 1.5KM 200M Heading up from Fujiwara Lake, we hope that your lunch has settled. Keep your bento down and the views will reward.	Open 12PM Close 2PM
S4	BENE'S B-LINE - 1.0KM 0M Ready to rip some singlettrack. The final section has riders testing themselves on some hand-groomed flow trail. Let's get loose!!	Open 12PM Close 3PM

- STAGE 1 IN DA' WOOD 4.2KM | 348M**
- STAGE 2 DON'T STOP NOW 3.0KM | 200M**
- STAGE 3 HOLD MY BENTO 1.5KM / 200M**
- STAGE 4 BENE'S B LINE 1KM / 0M**

ステージ1は、重量に対するパワーのテストであり、バイクやトライヤーの選択が成功したかどうかのテストでもある。最初の得点を獲得するために、適切なグラベルの登りが用意されている。グラベルロードは丘陵地帯を蛇行しながら進み、何度もスイッチバックを繰り返す。ペース配分に気をつけるか、用心に用心を重ねるか、とにかくぶつかりまくること。群馬県サイクリングスポーツセンターの裏を下り、第1ステージのフィ

ニッシュ地点である標高1100mの目くらむような高地から、Wahooフィードステーションに到着する。Wahooの雰囲気は、フィーディングステーションのすぐ隣で始まるステージ2への気持ちを高めてくれるだろう。ワイドタイヤはここで威力を発揮する。ステージの最後には、快速の下りが待っている。標高1100mからのみなかみ溪谷の眺めを堪能し、シマノフォトスタジオで記念写真を撮

ろう。昼食までの道のりは、ノルンSKIフィールドやMTBジャパンへの下りで笑顔が溢れ、キャニオンズやグライندوقロビレッジで昼食に戻る途中の記念撮影でも笑顔が溢れるだろう。グライندوقライダーにとっては、午後の雰囲気やM-フェスティバルを楽しむグライندوقリートの仲間たちと一緒に、まだまだ走らなければならないことがある。藤原ダムの絶景を堪能した後は、テクニカルな第3ステ

ージに挑むことになる。フィニッシュからの眺めは格別で、特に10月中はこの地域のハイライトとなる。そしていよいよ最終ステージ。MTB JAPANが整備・運営するフロントレイルを走る。ほんの短い区間なので、現地に戻ったらベネに秘密のトレイルを聞いてみよう。BeneのB-Lineに続く道は、待ち受けるGrinduro Partyへと続くダウンヒル。

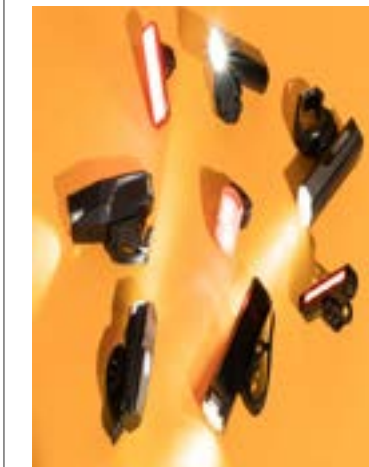


Lunch Time: Recharge the battery at Canyons Cafe

Lunch is served at Canyon's Cafe during the Grinduro or at the completion of the Grindurito. Use your Grinduro wristband to access the home-cooked menu between 10:30AM-13:30PM.

15. 安全 LIGHTS... CAMERAS... ACTION...!

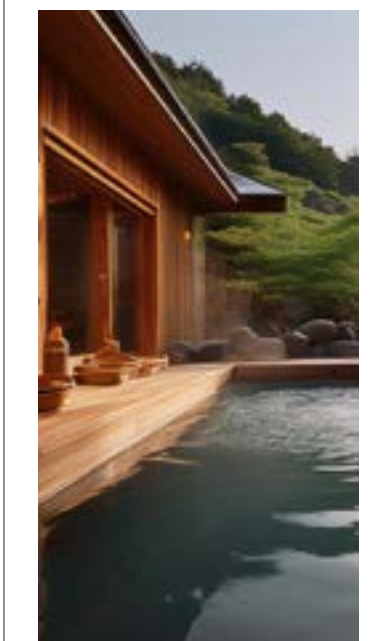
DON'T BE LEFT IN THE DARK! YOU WILL NEED A FRONT LIGHT



安全第一で、コース上にはトンネルがいくつかあるので、バイクには必ずフロントライトを装着すること。

16. 温泉

It's more than just a bath. It's Tradition.



みなかみ町は、美しい自然を望む露天風呂をはじめ、名湯が点在する人気の温泉地だ。みなかみ町の山間部や溪谷には十数か所の源泉があり、その周辺にはさまざまなキャラクターのリゾートホテルが建てられている。グライندوقロのライダーは、ホテル湯の陣の温泉を1日1000円の割引料金で利用できる。チケットは谷川キャンピングオフィスのみで販売され、利用時間は金曜と土曜の午後2時から午後7時に限られる。



A FANTASTIC OFFER FROM WAHOO

Want to test out the latest technology from Wahoo?

Wahooブースを訪れ、新しい Wahoo ELEMNT ROAM V2、ELEMNT BOLT V2、Wahoo Rivalウォッチをチェックしてください。Wahooはイベント期間中、Grinduroルートがプリインストールされたこれらの時計を試せる機会を提供しています！このWahooデモ機は数に限りがあり、先着順となります。

WAHOO WILL BE ROAM(ING) OUT ON THE COURSE.

Bringing the vibes all the time.

朝のAMループの25km地点で、GrinduroとGrinduritoのライダーはWahooに合流し、ひとときの冷静さと内省に浸る。STAGE 2がスタートし、再び脚が悲鳴を上げる前に、Wahooのスタッフによるフレンドリーなもてなしをお楽しみください。



Navigate & Connect Seamlessly: GO ROAM AND BE A #WAHOOLIGAN

SIMPLY POWERFUL マウンテンバイクやグラベルロード、不慣れた道でGPSが必要な場合も心配無用。Wahoo ELEMNT サイクルコンピュータは、パフォーマンスの計測、新しいルートのナビゲーション、走行前・中・後のインターネット接続といったさまざまな便利機能を搭載しています。スマートナビゲーション機能により、自由なルートで安心して走行することが可能。高度なパフォーマンス測定機能を活用することで、より優れたサイクリストへと近づきます。ELEMNT GPSをサイクリングに使用して、屋内・屋外をシームレスに様々なエコシステムをご活用ください。

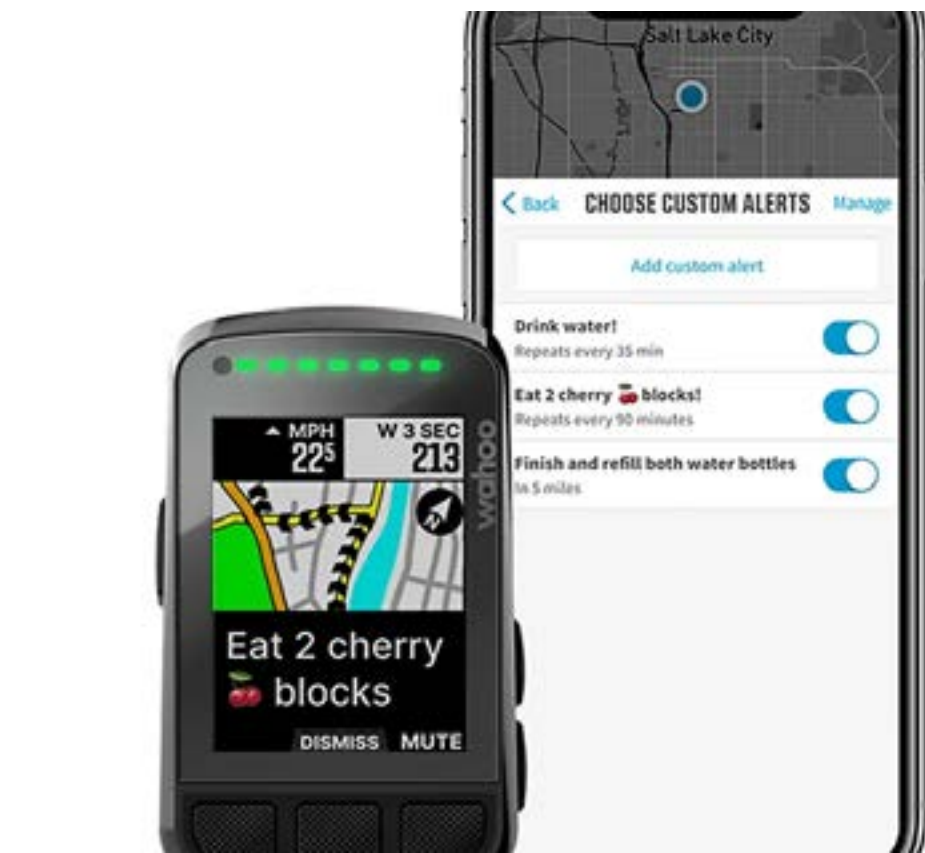
THE ELEMNT EXPERIENCE ELEMNTコンパニオンアプリなら、スマートフォンの直感的なインターフェイスを使用して、ELEMNT GPSサイクルコンピュータの操作が簡単に。ワークアウト画面のカスタマイズ、高性能なスマートナビゲーション機能の有効化、ルートの共有、ライダー仲間との位置の追跡など、ELEMNTコンパニオンアプリは、従来のサイクルコンピュータの複雑な操作をなくして、必要な機能を提供します。

READY TO RIDE



ELEMNTのReady to Ride機能があれば、Wahooliganは準備の段階からスピードアップ。安心感を持ってライドに臨めます。一新されたメニューの外観と感触により、使いやすさが向上。コネクテッドセンサーからバッテリーレベルまで、ライドに必要な機能にすばやくアクセスでき、ルートやワークアウトの選択をよりスピーディに行えます。

SUMMIT 勾配の変化予測や直感的な色分



け表示で、前方の道路情報の把握をサポートしてくれる、高性能なナビ機能。

サミットフリーライド機能は、事前のルート設定不要で登り坂を自動検出し、先にある登り坂を事前に通知します。サミットセグメント機能により、走行中に登り坂の傾斜が一目でわかるよう色分け表示し、閲覧しているページに関係なく、登り坂の始まりと終わりを通知します。

PUBLIC ROUTE SHARING 他のELEMNTユーザーとルートと共有する最も簡単な方法であるパブリック・ルート・シェアリングで、冒険が楽しく安全であることを確認してください。ELEMNTアプリを開くだけで、近くにELEMNTがある人なら誰でもルートを表示し、端末に読み込むことができます。

PERFORMANCE ON DISPLAY カスタムアラートを使用すれば確実に適切なエネルギー・水分を補給できるため、ハンガーノックや脱水の心配は不要です。ELEMNTは、トレーニング時間、距離のインターバル、消費カロリーに応じて、カスタマイズしたリマインダーやモチベーションを高めるメッセージを表示します。パーフェクトビューズームとQuicklook LED™を使用すると、最も重要なデータを目で簡単に把握することが可能。ELEMNTならではのイノベーションにより、ライドに集中しながら情報を得ることができます。

WAHOO SYSTM OUTDOOR WORKOUTS ELEMNT ROAMとWahoo X サブスクリプションを併用することで、屋内と屋外の両方で体系的トレーニングプランに従うことが

きるため、一年を通して冒険に備えることができます。ワークアウトやトレーニングプランをSYSTEMカレンダーに読み込むだけで、ワークアウトサイエンスチームが設定した目標に沿って、トレーニング環境に関係なく最大限の努力をすることができます。

Freedom to Connect KICKRスマートトレーナーやELEMNT RIVAL GPSスポーツウォッチなどの高性能なトレーニングアクセサリーへの接続から、Wahoo Xを利用した屋外での体系的ワークアウトの実施にいたるまで、ELEMNT GPSサイクルコンピュータはWahooエコシステム全体とシームレスに連携し、ワンランク上の屋内外のライドやワークアウトを実現します。

DJ Chakku

FROM TWO WHEELS TO TWO TURNTABLES WE WELCOME BACK DJ CHAKKU



Live Friday & Saturday

DJ Chakku は幅広い音楽のセレクションをしており、常にサウンドを通じてポジティブな波動を発信しようとしています。エレクトロニック・ミュージック、ロック、レゲエ、ヒップホップ、アンビエント... 彼にとって、何にも制限はありません。彼の最新プロジェクト「Radiant」は、DJ、アーティスト、ライブミュージシャンが集まり、自然災害の被災者や一般的に困難な状況にある人々のために食料や日用品を集めることで、困っている人々を支援することに焦点を当てたパーティーです。彼は日本の松本市周辺のさまざまなクラブ、レストラン、カフェで演奏しており、過去 4 年間はパーティー「ELE」のレジデントDJを務めています。また、日本各地の野外フェスティバル、プライベートパーティー、スポーツイベントでも演奏しています。

17. プレゼンテーション

ALL GOOD THINGS MUST END.

ライドを終えてチップを返却し、気分は上々か、あるいはとても上々かもしれない。タイム計測されたステージで堅実な努力を積み重ね、もしかしたら、もしかしたら、有名なグリンデュロ表彰台に立ち、仲間やグリンデュロ・アンの拍手喝采を浴びることができるかもしれない。私たちのモットーは 私たちのゴールは、バイクを降りてからのパーティーもバイクの上でのパーティーと同じくらい楽しいものにする事です。

Back Country Japan:

AUTHENTIC JAPAN CYCLING EXPERIENCES



日本でのサイクリングの複雑さを理解するには、多くの経験が必要です。京都を拠点に活動するロベルト・コルキは、日本が提供する最も素晴らしい道のいくつかで、ルートの設計とライダーのガイドの両方に1000時間を費やしてきました。BackCountryJapanは、自転車での壮大な日々と、適度な景色と文化的な浸り方のバランスを称賛している。地域

とライダーを理解し、展開するストーリーを調整し、サポートし、受け入れるには、巧みなタッチが必要です。ロベルトとBCJは、グランドウオークを特別なものにするために彼らの専門知識とチームを提供し、彼の謎めいた魅力が週末を通してライダーを迎える。さらに、BCJは厳選されたグランドウオーク・グッズのデザインと調達において卓越している。



18. M-FESTIVAL PARTY SATURDAY

	WOOD STAGE	GARDEN STAGE
10:00	WEIRABOUT	
11:00	CARIBBEAN DANDY FT. DJ HADI	
12:00	BAR JACK BLUES TRIO	DJ CHAKKU
13:00	FERGUS	ANTELOPE COLLISION (OPENING ACT)
14:00	DOC.KOYAMANTADO	METRALLETA DJ
15:00	LIGHTCRAFT	GAYA GOES ANALOGUE
16:00	METRALLETA DJ	WEIRABOUT & FERGUS
17:00	MIDORINOMARU	MEXICAN CLUB BAND (DJ SET)
18:00	KAZ SUDO	CARIBBEAN DANDY
19:00	THE MINNESOTA VOODOO MEN	PAUL BROTHERS BAND
20:00	TXAKO	GRINDURO AWARDS
21:00	渡辺俊美 (THE ZOOT 16)	HUMMINGBIRD
22:00	CUMBIA KID	WEIRABOUT
	SOUTH CARNIVAL	
	CARIBBEAN DANDY DJs (CLOSING ACT)	



渡辺俊美 (THE ZOOT 16)



THE MINNESOTA VOODOO MEN

/GRINDURO SURVIVAL CHECKLIST DAY 3

M-FESTIVAL + HANGOVER RIDE

19. M-FESTIVAL SUNDAY

10/20 SUN	WOOD STAGE	GARDEN STAGE
10:00		
11:00	CARIBBEAN DANDY (OPENING ACT)	
12:00	AFRICAN BOLERO	FERGUS & WEIRABOUT
13:00	FERGUS	SHIMOKITA BAM BAM
	AO YOUNG	DOC.KOYAMANTADO
14:00	VENTE SONIDO COLECTIVO	RIP VAN WINKLE
15:00	MC ANTSMAN & DJ RANGE	METRALLETA DJ
16:00	DOC.KOYAMANTADO	LIGHTORAF ACUSTIC
	THE SPATS MAN	VENTE SONIDO COLECTIVO
17:00	METRALLETA DJ	LAWIND
	LA GORDA DUBS FT. YUGO TAGUCHI	CARIBBEAN DANDY
18:00	TXAKO	SOUTH CARNIVAL ACUSTIC
19:00	溝作ジブシーオルケスタ	WEIRABOUT
	KAZ SUDO	
20:00	柳家睦 & THE RAT BONES	
21:00	CARIBBEAN DANDY (CLOSING ACT)	
22:00		

20. 日間スケジュール

10月20日(日)

- 08.00 - 11.00 バイクエキスポ
- 09.00 - 10.30 ガイド付き交流ライド(二日酔いライド)
- 11.00 - グリンドゥロ・ジャパン クローズ
- 11.00 - 22.00 Mフェスティバルバンド/DJ* (ラインナップ)
- 11.00 - 後半 フードトラック



AO YOUNG (Live Sunday)

21. 二日酔いライド&お別れ

午前9時、グラインドゥロ・ヴィレッジで90分間のライドをお楽しみください。



EVENT

GRINDURO!

MINAKAMI JAPAN

HOSTED BY

SALSA

GLOBAL SPONSORS

SHIMANO wahoo SCHWALBE PR2 LEATT

2024 **10/18 FRI** → **20 SUN**

Grinduroは、マウンテンバイクエンデュロとグラベルロードスタイルを融合させたライディングイベントです。みなかみの大自然の中、素晴らしい食事、音楽フェス、キャンピングも楽しめます。みなさまのご参加よりお待ちしております。

REGIONAL SPONSORS: MTB JAPAN Adventure Tours, GRAVEL UNION, equipt, CANYONS, GoPro, inno.

対応ショップ 応援団体: オルタナティブバイク/サイクル/cyclo wired / スペシャルライド 熊本 / スペシャルライド 自由ヶ丘 / スペシャルライド 高橋 / スペシャルライド おおたかの森 / サイクルハウスミカモ / サイクルショップルート610 / サイクルショップFUN / オガワサイクル / BIKE SHOP FORZA / サイクルショップアマノ / サイクルリレー 熊鷹 / フォールドバイクショップ / してんし / 車 佳 / なるぶ / サイクル / サイクルワークスオオタキ / シクル・モーター / 二輪工房佐藤 / サイクルメンテナンスカフエ WINDY / ワークショップモンキー / 輪工房 / ツール・ド・ソノカ / ノルンみなかみフラワーガーデン / ノルンみなかみスキー場

詳しくはこちらから エントリーはこちらから

WITH THANKS
TO OUR
AMAZING
PARTNERS & FRIENDS
IN MINAKAMI AND JAPAN

AND TO
OUR
GLOBAL FAMILY OF
RIDERS AND FRIENDS WHO HELP MAKE
GRINDURO SPECIAL

SEE YOU IN 2025

