



Press Release

2024年5月19日

## 究極の400m坂道ダッシュ「Red Bull 400」 史上最大規模1,644名がスキージャンプ台を大逆走！ 男子シングル優勝者は大会4連覇達成！



Suguru Saito / Red Bull Content Pool

レッドブル・ジャパン株式会社は、2024年5月18日（土）に札幌大倉山ジャンプ競技場にて、ヒルクライムのスプリントレース「Red Bull 400（レッドブル・フォーハンドレッド）」を開催しました。「Red Bull 400」は、最高斜度37度のラージヒルのスキージャンプ台を一気に駆け上がるレースで、世界で最も過酷な400m走と言われています。日本での開催7回目となる今年は、16歳以上からエントリーが可能となり、最年少16歳から最年長72歳まで、史上最大規模となる1,644名（個人戦：832名／チーム戦：203チーム）が出場し、男子シングル・女子シングル・男子リレー・オープンリレー・学生リレーの全5種目を実施。また、今回レッドブル・アスリートの上田瑠偉選手も2019年以来、5年ぶりにエキシビジョン・ランナーとして参加し、男子シングルのペースメーカーとしてレースを盛り上げました。

※リレーは4×100m、男女混合または女子のみのチームはオープンでの参加



男子シングル・女子シングルでは、それぞれ 30 名が決勝に進出し、“大倉山のトップ”を目指し激走が繰り広げられました。男子シングルでは、田中聖土（たなか まさと）さんが 3 分 35 秒 16 でゴールし優勝。昨年の自身の結果を 0.03 秒上回る速さで、4 連覇を達成。女子シングルは、5 分 5 秒 55 で沢田愛里（さわだ あいり）さんが、2021 年以來 2 回目となる、1 位に輝きました。全 68 チームが参加した男子リレーでは、「Runway」が、2 分 24 秒 11 という圧巻のタイムで優勝。さらに、学生リレーには 66 チームが出場し、「Tokai Phenix」が、2 分 16 秒 13 で優勝を飾りました。

Red Bull 400 の日本記録保持者でもあるレッドブル・アスリートの上田瑠偉選手は、本大会を終え、「本職のトレイルランニングでもなかなか見かけることのない急斜面を、さらにこのスピードで登るとするのはとても良い練習になりました。改めてラージヒルを登るという貴重な体験を、多くの人にやってほしいなと思います。また、5 年ぶりに出場した本大会は、リレーの参加者がかなり多くなった印象です。あの斜面をダッシュで登っていくのは観戦していても面白かったです。」とコメントしました。

## 【レースの様子】

### ■男子シングル 決勝

今回優勝した田中さんは「とても緊張しています。4 連覇できたら Red Bull 400 を引退します！」とスタート前に宣言。スタートのクラクションが鳴ると、ペースメーカーの上田選手が頭一つ抜け出すかたちで、30 名が一斉に飛び出していきました。決勝戦に駒を進めた方々ということもあり、皆さん序盤からかなりのハイペースでレースがスタート。しかし、中盤になると、前回大会の入賞者を中心に徐々にランナーが絞られていきました。この時点で優勝した田中さんは上位グループには付けていたものの、中腹を過ぎたあたりから一気に追い上げを開始。終盤の斜面に差し掛かると、上田選手と一騎打ちとなり、ゴール間際でついに上田選手と肩を並べ、手に汗握る大接戦となりました。最後は 2 人ともなだれ込むように、ゴールラインに手を伸ばしながらほぼ同着でゴール。見事、勝負を制したのは田中聖土さんで、3 分 35 秒 16 の記録で 4 連覇を果たしました。

### 田中聖土さんコメント

今の気分はすごく最高です。引退するかもって思った理由については、やっぱり過去に 3 回優勝していて、今年を迎えたのですが、辛さを分かっているので、毎年本番 2 週間前になると、何でエントリーしてしまったんだろうと思うんですよ。それで自身に踏ん切りをつけようと思って、今日優勝して引退しようと思っていました。今もその気持ちは変わっていません。でも



明日の朝起きたら変わっているかもしれないですね！

Red Bull 400 は、短時間で自分の限界の先にいける、斜度が目まぐるしく変わるので、それに合わせた走法で対応しないとイケない、3分で自分の体力を出しきれるといった点が魅力ですね。



Suguru Saito / Red Bull Content Pool

### ■女子シングル 決勝

首位グループでは、順位が総入れ替えとなる波乱の展開に。中腹あたりまでは、1位走者と3位走者で大きな差が開いていたものの、ラスト100m時点で3位だった沢田愛里さんが、怒涛のラストスパート。2人を追い抜く大激走で急斜面を駆け上がり、2位に大差をつける5分5秒55のタイムで、2021年の初優勝以来、2度目の優勝を掴み取りました。

### 沢田愛里さんコメント

2021年に優勝した時は、無欲で走り、「優勝してしまった」感がありましたが、今回は優勝を掴みに行ったので自分にプレッシャーをかけて緊張しました。すごく嬉しいです。前回出場時は前半200mまで滑る感覚がなかったが、今回は予選の際に滑ってしまい、自分が持っている力を出し切れずに終わってしまった。決勝はそこを修正して慎重に走り、後半に気持ちよく走っていきたいという想いで挑みました。

Red Bull 400の魅力は「ゴール地点がはっきり見える登り」と、「5分間のドラマがすごく楽しくて、前半・中盤・後半と走る走路の感覚が全く違うこと」。それを全て攻略していくのが面白いです。



Suguru Saito / Red Bull Content Pool



### 【レース結果】

#### ■男子 4×100m リレー

- 1 位 : Runway 02:24.11
- 2 位 : 即席 RC 02:29.68
- 3 位 : TWIST SAPPORO 02:30.80

#### ■オープン 4×100m リレー

- 1 位 : 頭文字M 02:55.35
- 2 位 : ビンブラスチン 03:14.25
- 3 位 : ちーむ ゆうぽよ 03:25.51

#### ■学生 4×100m リレー

- 1 位 : Tokai Phenix 02:16.13
- 2 位 : ナチュリラ 02:24.53
- 3 位 : ↓2 位以下の方 02:26.62

#### ■女子 シングル

- 1 位 : 沢田愛里 05:05.55
- 2 位 : 大滝まゆみ 05:16.77
- 3 位 : 戸井田美空 05:31.89

#### ■男子 シングル

- 1 位 : 田中聖土 03:35.16
- 2 位 : 山本大晴 03:40.84
- 3 位 : 渡辺良治 03:42.40

### 【Red Bull 400 日本大会に関して】

2011年にオーストリアで初めて開催され、日本では2017年を皮切りにスキージャンプの聖地と言われる「札幌大倉山ジャンプ競技場」にて今年で7回目の開催となります。

平均斜度35度、最高斜度37度で、平地でのランニングの約4倍の負荷がかかり、徐々に斜度がきつくなると立ったまま登ることが困難なほど、世界で最も過酷な400m走と言われています。



### 【開催概要】

- 大会名称： Red Bull 400 (レッドブル・フォーハンドレッド)
- 開催日： 2024年5月18日(土)
- 会場： 札幌大倉山ジャンプ競技場(北海道札幌市中央区宮の森1274)
- 内容： スキージャンプ競技場のラージヒルで行うヒルクライムのスプリントレース  
(コース：400m、斜度：平均35度、最高37度)
- 種目： ・フルディスタンス個人(男子、女子)  
・4×100mリレー(男子、オープン、学生チーム対抗)  
※個人は予選と決勝を実施、リレーは決勝のみの開催
- ルール： ・ランナーが靴に装着した計測チップを使用したタイム計測で順位を確定  
・各レースの制限時間は15分  
※15分以内ゴールできない場合はリタイア扱いとなります。
- 参加資格： イベント開催日時点で16歳以上の健康な男女  
※未成年の場合は保護者の同意が必要です。
- 主催： レッドブル・ジャパン株式会社
- パートナー： DEFENDER、BFGoodrich、UNBORDER、ON、RELIVE、  
All Sports Community、札幌 海鮮丸





Keisuke Kato / Red Bull Content Pool



Suguru Saito / Red Bull Content Pool



Suguru Saito / Red Bull Content Pool



Suguru Saito / Red Bull Content Pool



# 究極の「」 坂道ダッシュ

## 傾斜



最大傾斜角 **37度**  
日本を代表する富士山の山頂部の傾斜は32~35度、ジャンプ台の最大傾斜は37度

## 高さ



標高差 **約130m**  
さっぽろテレビ塔は高さ147.2m、ジャンプ台の標高差は130m

## 長さ



距離 **約400m**  
16両編成の新幹線は約400m、ジャンプ台の距離も約400m

## タイム



Red Bull 400  
日本最速タイム  
**3分23秒13**  
2019年 / レッドブル・アスリート 上田瑠偉

## 心拍数



**220 - (年齢) ± 10 BPM**  
※30歳の場合は180~200BPM  
一般人の平常時の2倍~3倍程度の心拍数と同等

## 歩数



**600~800歩**  
東京タワーの一般開放される外階段600段(歩)と同じ  
※フットタウンの屋上から高さ150mまで続く階段

レッドブルに関する詳細は [www.redbull.com](http://www.redbull.com) をご覧ください