

極限に挑む

～日本人初の世界7大陸走破～

アドベンチャーランナー 北田雄夫



地球のはしからはしまで走りたい。

小心者で、暑さも寒さも弱い。

貧血で、長距離走が苦手。

そして大人になった30歳からの挑戦。

でも、だからって諦めたくない。

たとえ失敗しようが、苦勞しようが、
挑む前から諦めるなんて嫌だ。

自分にしか歩めない自分の人生に、
すべてを賭けて挑んでみたい。



挑戦物語

※日本人初挑戦

第1章 日本人初の世界7大陸走破

2014~2017年

未知なる秘境で、衣食住を背負い、数百km以上を走るマラソンで7大陸を駆ける

2014年 6月	Gobi March (中国 / ゴビ砂漠 250km)	【51位】
2014年 10月	Atacama Crossing (チリ / アタカマ砂漠 250km)	【64位】
2015年 5月	The Track (オーストラリア / 荒野 521km)※	【10位】
2015年 9月	Fire + Ice (アイスランド / 火山地帯 250km) ※	【3位】
2016年 5月	Sahara Race (ナミビア / ナミブ砂漠 250km)	【記録なし】
2016年 9月	Grand to Grand Ultra (アメリカ / 荒野 273km)	【8位】
2016年 11月	The Last Desert (南極 / 氷雪 250km, チーム戦)	【2位】
2017年 2月	Ice Ultra (スウェーデン / 北極圏 230km)※	【3位】
2017年 11月	Ultra Africa Race (モザンビーク / サバンナ 220km)※	【3位】

実績

総距離: **6,893km**

総時間: **1,945時間**
(総期間8年)

総費用: **1,560万円**

※2021年10月現在

第2章 世界4大極地の最高峰レース走破

2018~2023年

地球上で人間が走れる4極地(砂漠・寒冷地・ジャングル・山岳)の最高峰に挑む

2018年 6月	Alvi Trail Liguria (イタリア / 山岳 400km)※	【15位】
2018年 8月	Trans Pyrenea (フランス / ピレネー山脈 866km)	【踏破】
2018年 12月	Tuscobia Winter Ultra (アメリカ / 氷雪 256km)※	【15位】
2019年 2月	Itditarod Trail Invitational (アメリカ / 氷雪 240km)※	【4位】
2019年 6月	Jungle Ultra (ペルー / ジャングル 230km)	【6位】
2019年 11月	La 1000 (モーリタニア / サハラ砂漠 1,000km)※	【6位】
2021年 3月	ItditarodTrailInvitational (アメリカ / 氷雪 560km)	【5位】
2021年 9月	MegaRace (ドイツ / 森林 1,001km)※	【6位】
2022年 5月	HimalRace (ネパール / ヒマラヤ山脈 850km)※	
2023年 3月	ItditarodTrailInvitational (アメリカ / 氷雪 1,600km)※	

今ココ

第3章 さらになる冒険へ

2024年~ 未知への挑戦はつづく

賞金なし！すべて自己責任！世界一過酷なマラソン アドベンチャーマラソン



世界中から集まる猛者たち

レース概要

- 舞 台：砂漠、ジャングル、山岳、寒冷地（南極、北極圏）など
- 距 離：200～1,000km以上
- 期 間：3～30日以上
- 参加費：10～150万円（渡航費、滞在費、装備費などは別途必要）
- 賞 金：なし
- 大会数：100大会以上
- 参加条件：大会によっては規定あり（超長距離レース実績、類似レースの完走など）
- 死 傷 者：あり（体調異常、遭難、滑落、凍傷、熱中症など様々）
- 誓 約 書：必要（レース中のいかなるアクシデントもすべて自己責任）

ル ー ル

- ・サポートをつけることは禁止されており、自らの力だけでゴールを目指す。
- ・各区間で定められた制限時間をオーバーすると失格となる。
- ・チェックポイントを辿りながらゴールを目指し、合計タイムで順位を競う。



足のマメが潰れたり、爪が剥がれることも

レース種類

- 1) ノンストップレース
スタートからゴールまで、ノンストップでレースを行う。不眠不休で進むもよし、途中で仮眠するもよし。上位を目指すには睡眠時間を極限まで削ることとなる。
- 2) ステージレース
複数のステージにわたりレースを行い、ステージ毎にタイムを計測。全ステージの合計タイムで順位を競う。慣れない環境への対応やセルフコントロールが重要となる。



大自然の中でキャンプしながら進む

所持品

食料、衣類、寝袋、ナイフ、ライト、包帯などのサバイバル道具など（大会で定められた装備もあり）を自らで運びながら競技する。総重量は5～20kgとなる。

その他特殊品：

浄水器（泥水を濾過して水分を補給）、アイゼン／スノーシュー（氷雪の上を走る）、ハンモック（地上の外敵から身を守る）、毒抜き器（毒虫などに刺された際の応急処置）、バンテージ（動物に噛まれた際などの止血）、GPS（遭難防止、SOS発信）など。



レースで所持する装備・食料の一例



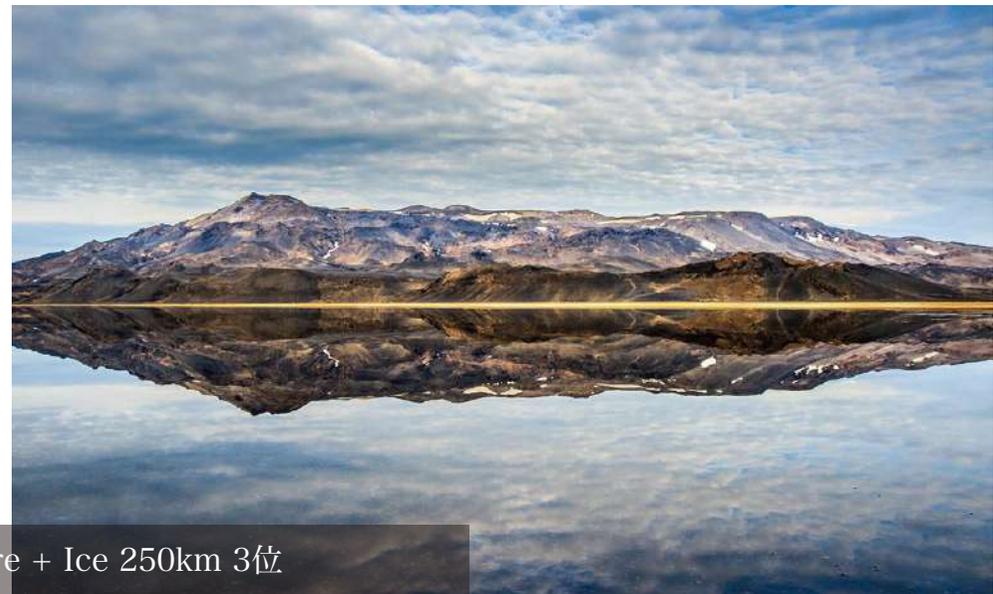
Gobi March 250km 51位
 2014年6月 初レースとなる中国ゴビ砂漠。12kgのリュックで肩は痛み、腰は擦り切れ、足は使いものにならない。このどん底から物語は始まった。



The Track 521km 10位
 2015年5月 オーストラリア荒野にて、不安と恐怖を抱え挑んだ日本人初レース。極度の疲労による寒気、眠気、空腹。そして幻覚に打ちのめされる。



Atacama Crossing 250km 64位
 2014年10月 標高3,000m、気温45度、チリのアタカマ砂漠。熱は冷めず、水分は蒸発し、意識は朦朧とする。それが7日続いたのだった。



Fire + Ice 250km 3位
 2015年8月 火山と氷河の国アイスランドにて渾身の3位入賞。川の冷たさで足の感覚がなくなり、体中が悲鳴を上げるが、力を振りしぼり走る。



Grand to Grand Ultra 273km 8位

2016年9月 アメリカ荒野で起こる想定外のトラブル。水膨れは足裏に広がり、黄色い液体が溢れでる。一步毎に足が裂けるように痛むのだった。



Ice Ultra 230km 3位

2017年2月 極寒の北極圏スウェーデン。寒さで手の感覚はなくなり、シューズは凍り、視界は暗くボヤけ、もう生還することだけを考えた。



The Last Desert 250km 2位

2016年11月 夢の世界かと思うほどに幻想的な場所、南極。結果チーム戦2位。悔しい。あと一步だった。自分の弱さがただただ悔しい。



Ultra Africa Race 220km 3位

2017年11月 7大陸最後となる、モザンビークのサバンナレース。今自分にできることをする。それだけを考えて走った。そして辿り着いた日本人初の7大陸走破。

凡人が失敗をしながらも愚直に挑み続ける

北田雄夫ヒストリー

1984~2019

『学生生活のすべてを注ぐも、目標に遠く及ばず』

1984年 0歳 大阪府堺市で生まれる

1996年 12歳 中学から陸上競技部で走り始める

1999年 15歳 大阪府立登美丘高校入学

2001年 17歳 大阪インターハイ5位(400m)

2002年 18歳 近畿大学理工学部入学

2004年 20歳 日本選手権3位(4×400mリレー)

2005年 21歳 学生生活のすべてを陸上に注ぐが日本一に遠く及ばず
トップ選手との差を痛感し競技引退、大学卒業



『人生に迷い、もがく会社員時代』

2006年 22歳 食品容器メーカーに就職

目標を見失い、悶々とした日々から何かを変えようとチャレンジを始める

2007年 23歳 初ひとり旅は大阪～和歌山でビクビクして行う

富士登山は8号目で高山病にかかりリタイア

2008年 24歳 フルマラソンに初挑戦(4時間43分)

それなりの達成感を得られたがモヤモヤは消えず

2009年 25歳 化学メーカーに転職

50mしか泳げなかったが、トライアスロンを始めようと決意



『不得意な水泳と長距離走を4年間続け、見つけた道』

2010年 26歳 トライアスロンのデビュー戦で溺れかける

2012年 28歳 高山病に苦しみながら、キリマンジャロ登頂

2013年 29歳 アイアンマンレース完走

初100kmマラソンはタイムオーバーで失格も、

半年後にリベンジし100kmマラソン完走

インターネットでアドベンチャーマラソンを見つけ、挑戦することを決意

「誰もやっていないことを成し遂げる」という道へ進む



『収入がない、理解されない、葛藤の日々』

2014年 30歳 周囲の反対を押し切って退職し、アドベンチャーマラソン参戦

中国250km、チリ250km走破

周りからは理解されない、アルバイトで食いつなぐ日々を過ごす

2015年 31歳 オーストラリア521km、アイスランド250km走破

貿易会社に再就職して競技を続けるも、

貯金は激減し、将来の不安に押し潰されそうになる

2016年 32歳 ナミビア250kmを飛行機乗継ミスで遅刻し失格

アメリカ273km、南極250km走破

足裏がズル剥けになり、全治2ヶ月の傷を負う

2017年 33歳 念願の「世界7大陸走破」を日本人初達成

情熱大陸出演、その裏では感染症にかかり緊急入院



『さらなる高みを目指して』

2018年 34歳 貿易会社を退職し、日本初のプロアドベンチャーランナーとなる

挑戦を一緒に楽しむ、会員制コミュニティ「アドベンチャークラブ」設立

ピレネー山脈866kmを踏破するも、全治1年半の大怪我を負う

2019年 35歳 砂漠最高峰レースのサハラ砂漠1,000kmを走破



北田 雄夫 (きただ たかお)

アドベンチャーランナー

1984年生まれ、大阪府堺市出身。幼いころから小心者で貧血持ち。学生時代は短距離選手として日本一を目指すのが、志半ばで挫折。30歳になり、「誰もやってないことを成し遂げたい!」という思いを抑えきれず、2014年に脱サラしてアドベンチャーマラソンに参戦。だが始めた当初は成績を残せず、人に理解されず、貯金は激減し、辛い日々を送る。また厳しい自然環境の中で熱中症、凍傷、感染症になりながら、2017年に世界7大陸のレースを日本人初走破。現在は『世界4大極地の最高峰レース走破』に挑戦中。

情熱大陸などのメディア出演をはじめ、講演、執筆、レース映像の配信などを通じて、見たことのない景色と胸熱くなる物語を届ける。

<https://takaokitada.net/>



takaokitada

出演

テレビ…情熱大陸、激レアさんを連れてきた、1Hセンス、ミント!、ビーバップ!ハイヒール、他
新聞…読売新聞、朝日新聞、毎日新聞、産経新聞、日本経済新聞、サンケイスポーツ、他
ラジオ…NHKラジオ、TOKYO FM、ニッポン放送、J-WAVE、ABCラジオ、FM802、他
雑誌…ランナーズ、RUN+TRAIL、子供の科学

活動

講演(企業、団体、学校など)
ゲスト出演・ゲストランナー(マラソン大会、イベントなど)
雑誌寄稿(ランニング専門雑誌)
クラブ運営(アドベンチャークラブ)
オリジナルグッズ制作・販売



著書、集英社より発売中

挑戦予定

※日本人初挑戦

2022年5月 Himal Race (ネパール/ヒマラヤ山脈 850km)※

山岳最高峰レース。地球上に最も高くそびえるヒマラヤ山脈にて、酸素が50%にもなるエベレストベースキャンプ標高5,300mから24日間で850km先を目指す。挑戦が許されるのは標高4,800m以上の経験と、超長距離レースの実績がある者のみ。



2023年3月 Iditarod Trail Invitational (アメリカ/アラスカ 1,600km)※



寒冷地最高峰レース。同レースの560kmを完走した者にだけに挑戦が許される。あまりに過酷すぎて参加すること自体が困難。1年に1~2人完走できるかどうかで、今まで完走できた者は世界で30人ほど。



NO ADVENTURE NO LIFE

クラブ会員募集／アドベンチャークラブ

挑戦を応援する、一緒に楽しむ仲間を募集しています。秘境レースを綴ったフォトブック・限定 SNS グループ、オリジナルグッズなど、想いのつまった特典たくさん。胸熱くなる冒険を届けます。



講演のご依頼

極限の地で起こる数々の苦難やハプニングをどう乗り越えてきたのか。絶景写真や動画を交えて話す「折れない心」が好評です。
(実績: NHK 文化センター、キリンビバレッジ、近畿大学、日揮、名鉄百貨店、日本経営合理化協会、アークホテル、KVI 税理士法人、香川西高校など)



お問合せ

取材、出演、講演、コラボのご相談など、どうぞお気軽にご連絡ください。

Mail : info.takaokitada@gmail.com

Web : <https://takaokitada.net>

