

### 競技参加の手順

- ① 車で会場に着いたら自転車以外の荷物を会場に下ろして、指定の駐車場 (P14 に掲載) に車輛を移動し、 駐車したら、自分の自転車で会場に戻る。
- ② バイク置き場に着いたら、バイクラックに自転車を掛け、受付を済ませる。
- ③ バイクの受け取りは競技終了後12時から行います。
- ④ 競技に関係ない持ち物、邪魔になるような大きな物やバックの持込は禁止(JTU 規則 67条)。
- ⑤ スイム会場へ移動し、スイム会場において入水チェックを受けること。 (7時00分~7時30分までにスイム計測マットを通過して下さい。)
- ⑥ 入水チェック後は、スイム会場から出ないで下さい。開会式には全選手が参加をして下さい。

### 競技上の注意事項

※ (競技上の注意事項は必ずお読みください。)

- ① 競技のコースについては選手自ら確認を行い、役員の誘導によりコースミスがあっても、選手の責任となります。(バイクの周回においてサイクルメーター等を利用し、選手自身で競技を行うこと。)
- ② スイムにおいて、ナンバーは手の甲に記入してください。
- ③ スイムキャップは大会当日、選手受付の際に支給します。支給されたスイムキャップを必ず着用して下さい。
- ④ スイムはコースを2周回します。ナンバーの確認のために選手を止めて確認することもありますので、御協力をお願いします。
- ⑤ バイク・ランにおいても折り返し地点で上記同様にナンバーのチェックを行いますので、選手自ら ナンバーを知らせてください。御協力をお願いします。
- ⑥ 熱中症への対策は選手各自で行って下さい。水分補給についてはランコース上で5箇所の給水所を設置 します。自分で水入りコップを取って飲料してください。(ピックアップ方式)自然環境へ配慮し、 マナー違反をしないように使ったコップやボトル等はゴミ入れに投入してください。(〇TU規則)
- ⑦ 競技については日本トライアスロン連合の競技規則を準用します。クレームについては異議申し立てする 選手が競技終了30分後までに書面にて申し出ること。
- ⑧ リレーの部においては、それぞれの種目での途中棄権者が出た場合、スキップを認めます。(表彰対象外となります。)。
- ⑨ 疾病その他の競技中における事故については、応急処置と主催者が加入している傷害保険の範囲で対応しますが、それ以外の責任は一切負いません。自身の健康管理には各自で責任を持って下さい。体調不良・異常または故障のために競技継続が困難になったら最寄の係員に連絡し指示を受けて下さい。競技中における事故については、傷害保険に加入していますが、選手等の不注意による事故は保険の対象にはなりませんのでご注意ください。対象外については選手個人の責任で対応してください。各自が自己管理を十分に行ってください。健康保険証を持参ください。



## 競技規則

#### 1. 競技規則

- ①日本トライアスロン連合競技規則に準じ、一部ローカルルールを適用します。
- ②競技者が健康上危険と判断される場合、審判は強制的に競技を中止させる権限を持ちます。 マリンレスキュー、船舶乗船者、大会スタッフは、審判と同等の権限を有し、宣告を受けた選手は その指示に従わなければなりません。

#### 2. 制限時間・リタイア

エイジ部門・リレー部門には制限時間を設けます。

- スイム 8:00~ 9:30
- バイク 1

11:00

〇 ラ ン

12:00

制限時間内でも以下の場合、リタイアを勧告します。

健康上問題があると審判団、主催者が判断した場合。 運営上、 支障が出ると判断した場合。 勧告を受けたら、 競技は継続できません。

#### 3. トランジッション

- ①トランジッションエリアへは、選手以外は立ち入り禁止です。またレース開始後、たとえ選手でも レース中以外は立ち入りを禁止します。
- ②トランジッションエリアは、競技コースの一部で、エリア内は乗車禁止です。
- ③ヘルメットのストラップは、ラックからバイクを外す前にしっかり締めて下さい。フィニッシュ後は、 バイクを掛けてからストラップを外してください。
- ④ウェアーは必ず着用して下さい。
- ⑤バイクの乗降ラインを守って下さい。

#### 4. **スイム**

- ①ウエットスーツの着用を推奨します。
- ②計測アンクルバンドの装着を確認してください。
- ③スイムキャップは当日支給されたキャップを必ず着用して下さい。
- ④スタート前にスタート地点、折り返し地点、周回方法を必ず確認下さい。エイジ・リレーは2周回です。
- ⑤ブイ等につかまっても構いません。但し、それを伝って進むことは禁止です。
- ⑥スイム競技を途中破棄する場合は、片手を上げてスタッフに「リタイア」の意思表示をして下さい。

#### 5. バイク

- ①レース中、ウォーミングアップ、バイクに乗車する時は必ず競技用ヘルメットを着用し、ストラップを 止める事を義務とする。
- ②自転車はロードバイクとします。
- ③ペットボトルをバイクに装着することは出来ません。必ずバイクボトルをご使用下さい。
- ④ヘッドホン類、 通信機器、 携帯音楽プレイヤーなどの携帯は失格とします。
- ⑤ウェアーは必ず着用して下さい。(前開きウェアーでも着用可能ですが、 ジッパーは下げないで下さい。)
- ⑥コースは周回コースです。 周回数を確認して下さい。
- ⑦規制されたコースでも交通規則を守り、左側走行で競技をして下さい。
  - ※追い越しは右側からを厳守して下さい。(対向車に注意)
- ⑧ドラフティング走行・集団走行・伴走は禁止です。違反の場合はペナルティーを与えます。



## 競技規則

#### 6. ラン

- ①音楽プレイヤーなど、ヘッドホンをつけての走行は失格とします。
- ②ウェアーは必ず着用して下さい。(前開きファスナーでも着用可能ですがジッパーは下げないで下さい)
- ③右側走行です、応援者の伴走は出来ません。
- ④ペナルティーボックスを設けます。 違反が有った場合は、ナンバーが示されます。 各自で確認して、 ペナルティーボックスに入りタイムペナルティーを受けて下さい。

#### 7. フィニッシュについて

フィニッシュ時にはレースナンバーを前面に整えて下さい。サングラスを外すことを奨励します。

#### 8. ペナルティー

- ①受付やトランジッションに遅れた場合。
- ②違反や危険が予想される行為があった場合。
- ③ボトル、コップ、補給食等のゴミの投棄やレースナンバーの乱れでも適用されます。
- ④上記に違反した場合、3分間のペナルティを与えます。

#### 9. 競技内容の変更・中止及び中断について

- ①気象状況などにより、大会開催が危険と判断される場合は、主催者よりコース・距離などの変更、 または中止を発表します。
  - ※スイム競技のみ中止により、トライアスロンからデュアスロンに変更する場合があります。
- ②中止になった場合でも、参加費の返金は致しません。

#### 10. 緊急時の対応

- ①緊急時、救急車が入る場合は、競技中でも一時競技を止めて、救急車を優先して運行します。 選手が止まっている時間も競技時間に含まれます。
- ②大会開催中、変調をきたした選手を見かけた場合は、すぐお近くのスタッフにお知らせ下さい。



# ナンバーの着け方

#### ■BIKE

(BIKE専用着を着用の方)

①ナンバーは後ろに着けてください。 ②ヘルメットシールは前に貼ります。



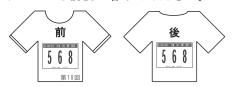


#### RUN

(RUN専用着を着用の方) ナンバーは前に着けてください。



■BIKE・RUN兼用の方 ナンバーは前後に着けてください。

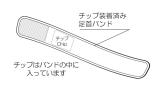


★レースナンバーベルト着用を 推奨します。



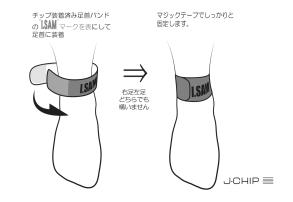
# 足首ベルト装着方法

#### 装着品



#### 装着方法

※必ず、足に装着します。



#### ※リレー部門に参加される選手は、次の選手に足首バンドをお渡し下さい。

チップとバンドは、ゴールするまで 外さないようにお願いします。

I.SAM