

74th

沖縄県民体育大会 トライアスロン競技

第17回あやはしトライアスロン大会兼国体選考会

2022.07.17 SUN

START & FINISH あやはし海中道路ロードパーク

協賛

琉球トータルサービス／TETSUJIN DAMASHII／沖縄輪業株式会社／株式会社ぐしけん／大塚製薬株式会社

大会概要

大会趣旨

本大会は広く県民の間にスポーツを普及し、アマチュアリズムとスポーツ精神を高揚して県民の健康増進と体力向上を図り、併せて本県スポーツの振興と文化の発展に寄与するとともに、県民生活を明るく豊かにしようとするものである。

主催

沖縄県・沖縄県教育委員会・公益財団法人沖縄県スポーツ協会

共催

うるま市・うるま市教育委員会

主管

一般社団法人沖縄県トライアスロン連合

後援

株式会社沖縄タイムス・公益財団法人日本トライアスロン連合・
一般社団法人沖縄観光コンベンションビューロー・うるま市商工会・
一般社団法人うるま市観光物産協会

協力

沖縄マリンスキューボランティア協会・株式会社エムズ・株式会社アイサム
日本ストライカージャパン・宜野湾市水泳協会

日時

令和4年7月17日（日） 9:30 競技開始

会場

あやはし海中道路ロードパーク（うるま市）

コース

スイム：あやはしビーチ（北側） 1周 750m×2周回
バイク：海中道路片側（南側車道） 与那城～平安座 10km×4周回
ラン：海中道路片側（南側歩道） 与那城～平安座 10km×1周回

参加資格

2022年12月31日において18歳以上でトライアスロン競技に対応できる男女
（県内外・海外を問いません。）

競技方法

沖縄県民体育大会要綱及び日本トライアスロン連合競技規則による。自転車はトライアスロンバイク及びロードバイクとし、自転車競技用ヘルメットを着用のこと。スイムはウェットスーツ着用推奨。給水はトランジションとランコースのみ。
国体選考会参加選手は、TTバイクは使用禁止。また、参加申請時の同意書に記載されている内容を遵守すること。

競技種目

一般：個人の部・リレーの部【スイム 1.5km / バイク 40km / ラン 10km】
※スイム競技が中止となった場合は、ラン・バイク・ランのデュアスロン競技で行います。

定員

個人の部：400人・リレーの部：100組（計700名）

連絡先

一般社団法人沖縄県トライアスロン連合
〒900-0026 沖縄県那覇市奥武山町 51-2（沖縄県体協スポーツ会館 504号）
TEL：098-987-4433 E-mail：jimu@okinawa-tu.jp

スケジュール

7/17

SUN

7:30-8:30

選手受付

※この時間以外は一切受付を行いません。

7:30-8:45

トランジションオープン

(時間厳守：ペナルティー対象)

※バイク終了後、ペナルティーボックスで3分間待機に処する。

8:40-9:00

選手試泳

※入水前に必ず計測マットを通過してください。

9:10-

開会式（スイム会場：あやはしビーチ）

○審判長注意

一般社団法人沖縄県トライアスロン連合 桑原 寛次

9:30

スイムスタート

-11:00

スイム競技 | 制限時間

-12:30

バイク競技 | 制限時間

-13:30

ラン競技 | 制限時間**表彰**○**団体** 市郡別上位5人の成績により1位～3位（県民大会のみ）○**個人総合** 男女別個人総合1位～3位○**年齢別** 各年代別男女1位～3位○**リレー** 1位～3位

大会役員

競技会

会 長	森 兵次	一般社団法人沖縄県トライアスロン連合	顧問
副会長	宮城 直久	一般社団法人沖縄県トライアスロン連合	会長

運営役員

運営委員長	濱里 明
運営主任	羽地 広大
審判長	桑原 寛次
副審判長	君島 拓郎
競技委員長	橋川 喜光
競技委員	高良 千尋
競技委員	吉村 安史
競技委員	池淵 功寛
総務委員長	仲村 恵子

大会当日の注意事項

○大会会場への来場及び応援活動について

- 今大会は新型コロナウイルス感染拡大防止のため、大会会場内への選手以外の入場を禁止といたします。また、ランコース周辺への応援用テント設営や観戦も同様に禁止といたします。

本大会は公共の施設・行動を利用しており、行政や関係機関より、感染拡大防止のため、蜜を避けるための対応を求められております。

安心・安全な大会運営のため、参加される選手のみなさま、ご家族、ご友人、関係者のみなさまのご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

競技上の注意事項

①会場への移動

車で会場へ着いたら自転車以外の荷物を会場におろして、指定の駐車場に車両を移動してください。駐車したら、自分の自転車で会場へ戻ってください。

※レース時間以外は当然ながら交通規制は行われていません。コースを試走する場合は、交通ルールを遵守し、歩行者や自動車、近隣のみならず迷惑のかかる走行はくれぐれもしないようにお願いします。

②トランジション（バイク預託）

トランジションへ着いたら、バイク・ヘルメットチェックを受けてください。その際、ヘルメットを着用した状態でバイクを持ち込んでください。チェックを受けてから、トランジションへのバイクのセッティングを行ってください。競技に関係のない荷物、邪魔になるような大きな物の持ち込みは禁止です。（JTU 規則 67 条）競技に必要な荷物や競技終了後に着用するウェアは預託し、バイクの受け取りはバイク競技終了後からとなります。

③選手受付

参加通知封筒のゼッケン番号にて受付を行います。その際は、ゼッケン、アンクルバンドなどの配布物を受け取り、マジックにて手の甲にゼッケン番号を記入してください。

※スイム周回チェックでゼッケン番号を求められる場合がございます。求められた場合は係員に見えるように提示してください。

④入水チェック

スイム会場へ移動し、入水チェックを受けてください。

※入水チェック後は、競技スタートまでスイム会場から出られません。

万が一、会場を出る際は、係員へ声がけください。アンクルバンドを預かります。

⑤ユニフォームについて

競技中はもちろんのこと、競技前後や会場内外での上半身裸はご遠慮ください。

⑥コース確認・周回チェック

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は、サイクルメーターなどを利用し、選手自身で確認を行うこと）

スイムコースは 2 周回します。ナンバーの確認及び健康チェックのために選手を止めて確認することもありますので、ご協力をお願いします。

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。

⑦スイムキャップは大会当日、選手受付にて支給されたものを着用してください。

⑧熱中症への対策は選手自身で行ってください。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。自然環境へ配慮し、マナー違反をしないよう使ったコップやボトルなどはゴミ入れに投入してください。

⑨途中リタイアする場合

必ず近くの審判員に声がけし、アンクルバンドを渡してください。大会本部にて確認します。

スイム競技を棄権する場合は、スイムキャップを取り、陸に向かって手を振ってください。

⑩競技内容の変更・中止及び中断

気象状況・海洋棄権生物の出現状況などにより、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。

※スイム競技の中止により、デュアスロンに変更する場合があります。

⑪競技中における事故については、主催者が定めている災害補償規定に基づいて見舞金をお支払いします。それ以外の責任は一切負いません。

⑫自身の健康管理には各自で責任を持ってください。体調不良・異常または故障のために競技継続が困難となった場合、近くの係員に声がけし、指示を仰いでください。競技中における事故については、保険に加入していますが、選手など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、選手自身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。また、万が一のため健康保険証をご持参ください。

⑬応援活動

本大会は新型コロナウイルス感染拡大防止対策として、会場内及び会場周辺での観戦、応援用の旗・のぼり・ボードの掲出は禁止とします。

また、大会設営物への貼り付けはご遠慮ください。

⑭お願い

あやはし館横の駐車場は、従業員専用駐車場となっております。こちらへの駐車が発覚した場合、次回以降の大会が開催できない可能性があります。ご協力をよろしくお願いします。

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。
異議申し立てについては選手本人が競技終了 30 分以内に書面にて申し出ること。
- 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持ち、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・スキップ

- ① 各種目には制限時間を設けます。【スイム】11:00 【バイク】12:30 【ラン】13:30
- ② 制限時間内でも以下の場合にはリアアを勧告します。
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 スイム競技はスタート前もしくは 1 周回終了後にスキップできます。スキップした場合は、競技の続行を認めますが、記録は残りません。審判員に自己申告の上、バイク競技からスタートとなります。(バイクスタート時間は審判員の指示に従ってください)
リレーの部でスイムの選手がリタイアもしくは制限時間に間に合わなかった場合もスキップ同様、バイクスタートは審判員の指示に従ってください。

3. トランジション

- ① トランジションエリアへは、選手以外は立ち入り禁止です。また、ゴール後の選手でも、バイク競技終了まで立ち入りを禁止します。
- ② トランジションエリアは、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ください。フィニッシュ後は、バイクをかけてからストラップを外してください。
- ④ ウェアは必ず着用してください。競技中はもちろんのこと、競技前後や会場内外での上半身裸はご遠慮ください。
- ⑤ バイクの乗降ラインを守ってください。
【バイクの乗降車方法】
乗車の場合：選手の足が乗車ラインを越えて、完全に片足の裏全体が地面に着いていること
降車の場合：選手の足が降車ラインの手前で、完全に片足の裏全体が地面に着いていること

4. スイム

- ① ウェットスーツ及びラッシュガードの着用を推奨します（海洋危険生物対策のため）。
- ② 計測アンクルバンドの着用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ください。
- 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してください。
- ⑤ ブイなどに捕まっても構いません。ただし、それを伝って進むことは禁止です。
- ⑥ スイム競技を途中棄権する場合は、スイムキャップを取り、陸に向かって手を振って、係員に「リタイア」の意思を表示してください。

5. バイク

- ① レース中、ウォーミングアップ、バイクに乗車する際は必ず競技用ヘルメットを着用し、ストラップを必ず止めてください。
- ② ひび割れ、表面の不良及びストラップの不良などがあるヘルメットの使用は禁止です。規定のヘルメットをかぶって全体的に偏りなく、少し圧迫感があるくらいのもので、ストラップは止めた状態で指が横に 2 本入るきつさ、頭を前後左右に強くふってずれない程度に調整してください。
- ③ 自転車はトライアスロンバイク及びロードバイクとします。
- ④ ペットボトルをバイクに装着することはできません。必ずバイクボトルをご使用ください。
- ⑤ 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。
- ⑥ ウェアは必ず着用してください（前開きウェアでも着用可能ですが、ジッパーは下げないでください）
- ⑦ コースは周回コースです。周回数を確認してください。
- ⑧ 規制されたコースでも交通規則を守り、左側走行で競技してください。
※「追い越しは右から」を遵守してください（対向車に注意）。
- ⑨ 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を与えます。
- ⑩ 国体選考会参加選手は、TT バイクは使用禁止。また、参加申請時の同意書に記載されている内容を遵守すること。

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 ウェアは必ず着用してください（前開きウェアでも着用可能ですが、ジッパーは下げないでください）
- ③ コース上は右側走行です。
- ④ ペナルティボックスを設けます。違反があった場合は、ナンバーが表示されます。各自で確認し、ペナルティボックスに入り、タイムペナルティを受けてください。

競技規則

7. リレー

- ① リレー競技ではアンクルバンドをバトンのように引き継ぎます。
- ② 引き継ぎの場所はトランジション内にあるリレー待機所となります。
- ③ 次の走者はリレー待機所で待機し、前の走者からアンクルバンドを引き継ぎます。
- ④ 次の走者がアンクルバンドの取り外しを手伝うことはできません。
- ⑤ 次の走者以外がトランジションに入ることを禁止します。前の走者は引き渡し終了後、速やかに出てください。
- ⑥ それぞれの種目で棄権者、あるいは未完走者が出た場合、次の走者は記録なし。表彰対象外での競技続行となります。スタートのタイミングについては審判員の指示に従ってください。

8. フィニッシュ

- ① フィニッシュ時にはレースナンバーを前面に整えてください。サングラスを外すことを推奨します。
- ② ご家族、ご友人など、選手以外の方とのゴールは新型コロナウイルス感染拡大防止により、今大会では禁止とします。また、フィニッシュ会場周辺及びコース上での観戦なども禁止となります。ご協力よろしくお願いします。

9. ペナルティ

- ① トランジション入口付近にペナルティボックスを設置します。違反を行った選手のレースナンバーはペナルティボックス入口に掲示されます。ラン競技中に選手自ら確認して入ってください。
- ② 以下3つのいずれかに違反した場合は、3分間のタイムペナルティを与えます。
 - ・受付やトランジションに遅れた場合
 - ・他の選手へ危険が及ぶと予想される行為や違反があった場合
 - ・ボトルやコップ、補給食などのゴミの投棄やレースナンバーの乱れがあった場合
- ③ 以下3つのいずれかに違反した場合はDSQ（失格）となります。
 - ・ペナルティを受けずにフィニッシュした場合
 - ・ショートカットを行った場合
 - ・大会スタッフや関係者などへ暴言、暴力をふるった場合

10. 競技内容の変更・中止及び中断

- 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。
※スイム競技のみの中止により、デュアスロンへ変更する場合があります。
- ② 競技内容の変更または中止の場合でも、参加費の返金はいたしません。

11. 緊急時の対応

- ① 緊急時、救急車などの緊急車両が入る際は、競技中でも一時的に競技を止めて、緊急車両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、すぐに係員へお知らせください。

12. 各種情報

大会開催判断など、詳細は下記をご確認ください。

【一般社団法人沖縄県トライアスロン連合 HP】

<http://okinawa-tu.jp>

【JTU 規則】

https://archive.jtu.or.jp/jtu/pdf/JTU_COMPETITIONRULES_20190207.pdf

コースマップ



START & FINISH

あやはし海中道路ロードパーク 9:30 START

スイム

あやはしビーチ（北側） 1.5km（750m×2 周回）

制限時間 9:30～11:00

バイク

海中道路片側（南側車道） 40km（10km×4 周回）

制限時間 ～12:30

ラン

海中道路片側（南側歩道） 10km（10km×1 周回）

制限時間 ～13:30

メイン会場レイアウト



選手受付

7:30～8:30

※上記以外の時間の受付は一切行わない

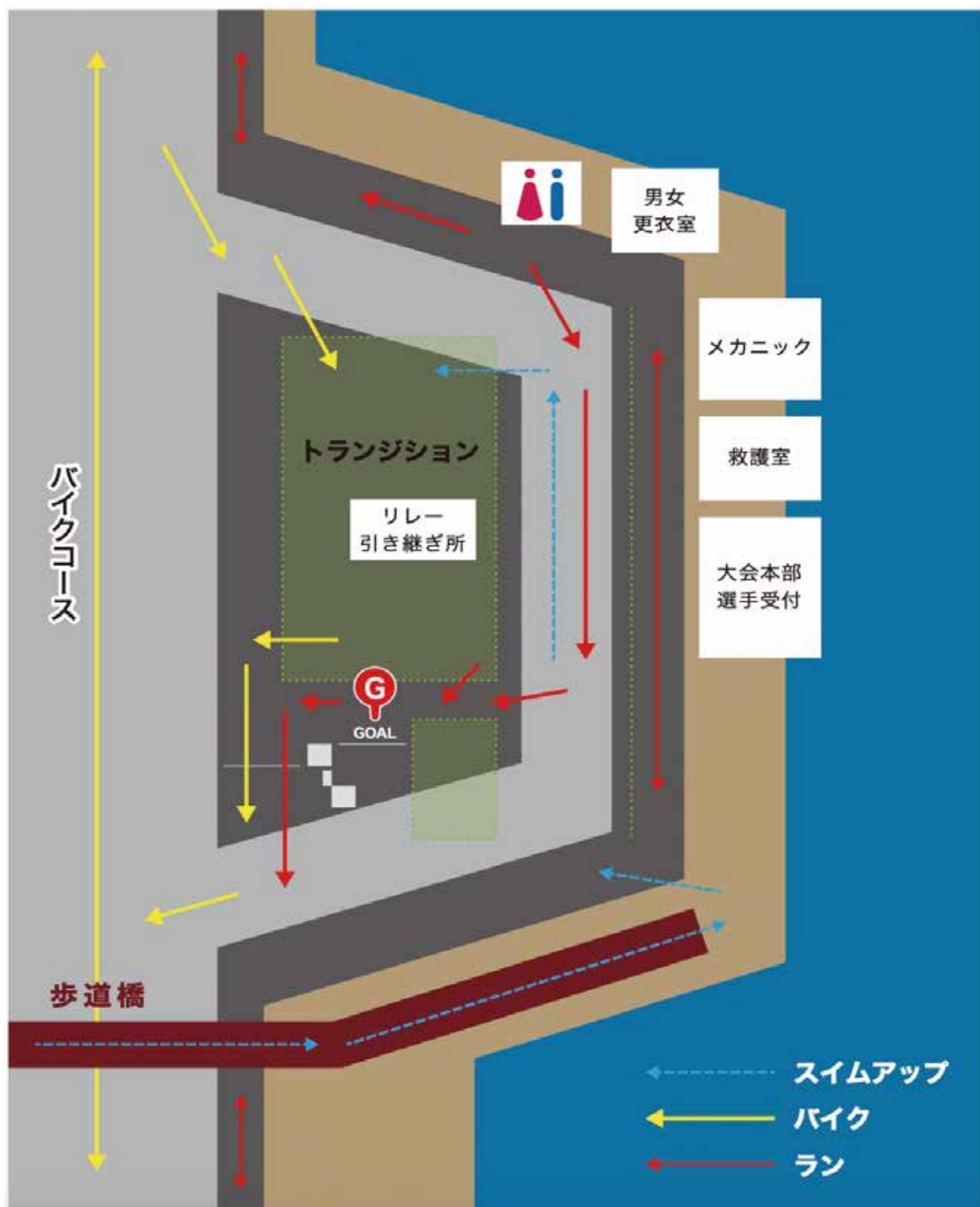
ランジション

7:30～8:45（時間厳守：ペナルティー対象）

※ペナルティー※

バイク競技終後、ペナルティーボックスで
3分間のタイムペナルティ（待機）に処する

トランジションレイアウト



選手リスト

【個人の部（男子）】

【 個人男子：20～29歳 】

No.	氏 名	市町村
2001	渡久地 臣直	名護市
2002	本村 一馬	宮古島市
2003	三浦 拓馬	愛知県
2004	池原 仁	北谷町
2005	照喜名 翔太	那覇市
2006	謝花 由薫	うるま市
2007	小橋川 碧	宜野湾市
2008	合田 寛	那覇市

【 個人男子：30～39歳 】

No.	氏 名	市町村
3025	池 隆礼	八重瀬町
3026	友利 光佑	宜野湾市
3027	鵜澤 佳史	宮古島市
3028	山元 賢次郎	東京都
3029	末松 聡史	茨城県
3030	神谷 信一	宜野湾市
3031	東 智彦	北谷町
3032	有銘 卓	うるま市
3033	澤田 歩	うるま市
3034	五野井 隼人	浦添市
3035	黒田 雄太	京都府
3036	棚原 義貴	宜野湾市
3037	米盛 英樹	うるま市
3038	渡慶次 誠	那覇市
3039	上間 陽平	那覇市

【 個人男子：30～39歳 】

No.	氏 名	市町村
3001	新里 崇	南風原町
3002	宮原 宏徳	沖縄市
3003	宮城 卓央	沖縄市
3004	大田 悌士	沖縄市
3005	安谷屋 和希	那覇市
3006	中村 光平	那覇市
3007	上原 国晃	那覇市
3008	竹島 朋宏	沖縄市
3009	賀数 亮也	北谷町
3010	金城 盛晃	那覇市
3011	平良 直路	那覇市
3012	池原 慶昭	宮古島市
3013	豊里 大輔	沖縄市
3014	ホリデイ チャド	那覇市
3015	森 陽平	宮古島市
3016	平良 慎吾	浦添市
3017	守屋 伸生	南風原町
3018	江田 善彦	那覇市
3019	棚原 健太	沖縄市
3020	吉元 哲兵	中城村
3021	伊地 裕磨	八重瀬町
3022	Paul Honnold	沖縄市
3023	新田 繁康	うるま市
3024	安谷屋 信哉	千葉県

【 個人男子：40～49歳 】

No.	氏 名	市町村
4001	玉城 祐雄	那覇市
4002	仲本 正史	浦添市
4003	佐久田 和穂	那覇市
4004	仲村 元彰	那覇市
4005	秋元 智道	那覇市
4006	吉本 景太	久米島町
4007	幸喜 大輔	うるま市
4008	山本 真二	うるま市
4009	宮城 望	北中城村
4010	宮里 連	那覇市
4011	比嘉 徳明	うるま市
4012	新垣 卓	宜野湾市
4013	金城 二十紀	豊見城市
4014	石戸 寛之	糸満市
4015	リアル まもる君	那覇市
4016	松川 正作	那覇市
4017	新城 政樹	豊見城市

選手リスト

【個人の部（男子）】

【個人男子：40～49歳】

No.	氏 名	市町村
4018	谷川 智宣	宮古島市
4019	上原 康幸	那覇市
4020	宮國 政喜	浦添市
4021	知念 巧	うるま市
4022	三輪 滋	那覇市
4023	森永 幸希	那覇市
4024	岸本 恵樹	本部町
4025	長谷川 慎也	石垣市
4026	備瀬 大介	名護市
4027	島 宏史	沖縄市
4028	赤池 剛人	宜野湾市
4029	久田 友太	うるま市
4030	下里 潤	那覇市
4031	當間 達也	石垣市
4032	村上 大輔	宜野湾市
4033	菅沼 伸哉	豊見城市
4034	前門 孟紀	浦添市
4035	東恩納 寛雄	那覇市
4036	中島 崇樹	長野県
4037	宮城 直樹	本部町
4038	宮城 嗣真	うるま市
4039	宮城 康幸	鹿児島県
4040	末吉 康人	中城村
4041	門口 由明	宜野湾市
4042	呉屋 瑛久	読谷村
4043	佐伯 航	沖縄市
4044	森 聡	沖縄市
4045	當銘 伸吾	名護市
4046	伊藤 公晴	糸満市
4047	小峰 篤	那覇市
4048	金城 正臣	糸満市
4049	入田 勉	南城市
4050	与儀 剛史	北中城村
4051	原 慎一	那覇市

【個人男子：40～49歳】

No.	氏 名	市町村
4052	中村 孝一	那覇市
4053	又吉 三男	宜野湾市
4054	盛島 経太郎	浦添市
4055	中島 優	那覇市

【個人男子：50～59歳】

No.	氏 名	市町村
5001	宮本 幸弘	浦添市
5002	高江洲 昌司	那覇市
5003	叶 達也	那覇市
5004	平良 肇	那覇市
5005	村山 裕昭	那覇市
5006	宇野 達哉	豊見城市
5007	石垣 優	宮古島市
5008	仲山 秀明	浦添市
5009	高里 盛重	浦添市
5010	宇根 導	那覇市
5011	大山 哲生	那覇市
5012	仲里 修	南風原町
5013	新垣 健司	沖縄市
5014	山城 英則	浦添市
5015	宇江城 進	沖縄市
5016	伊東 牧人	浦添市
5017	玉城 洋	那覇市
5018	宮里 幸男	沖縄市
5019	渡嘉敷 唯夫	那覇市
5020	永田 善郎	東京都
5021	松田 典久	浦添市
5022	畑 知成	那覇市
5023	Wilkinson Paul	那覇市
5024	城間 敦	那覇市
5025	仲村 章浩	国頭村
5026	川小根 敦	北谷町
5027	大石 一郎	宜野湾市
5028	仲真 良一	沖縄市

選手リスト

【個人の部（男子）】

【個人男子：50～59歳】

No.	氏 名	市町村
5029	kelleher william joseph	海外
5030	柴田 知彦	東京都
5031	土屋 俊英	長野県
5032	高見澤 一伸	長野県
5033	山中 祐次	名護市
5034	仲間 春一	石垣市
5035	末吉 衛	うるま市
5036	小林 倫彦	うるま市
5037	森山 直樹	宜野湾市
5038	志良堂 博一	那覇市
5039	宮本 知治	西原町
5040	大久保 篤志	那覇市
5041	宮里 司	沖縄市
5042	林 健一	千葉県
5043	酒井 一人	中城村
5044	小橋川 剛	宜野湾市
5045	寺澤 望聖	那覇市

【個人男子：60～69歳】

No.	氏 名	市町村
6016	川満 利典	うるま市
6017	大城 一也	豊見城市
6018	宮部 知博	中城村

【個人男子：70歳～】

No.	氏 名	市町村
7001	藤田 徹雄	宜野湾市

【個人男子：60～69歳】

No.	氏 名	市町村
6001	立崎 和彦	千葉県
6002	喜田 文雄	兵庫県
6003	三品 恵一	東京都
6004	銅谷 賢治	恩納村
6005	酒井 隆志	那覇市
6006	Mathew Luebbers	沖縄市
6007	広田 聖	宜野湾市
6008	石嶺 真	南風原町
6009	宮野 信之	うるま市
6010	伊藤 正明	長野県
6011	徳森 栄次	うるま市
6012	近堂 浩正	北谷町
6013	新里 良章	与那原町
6014	大滝 祐吉	長野県
6015	城間 一	豊見城市

選手リスト

【個人の部（女子）】

【個人女子：20～29歳】

No.	氏 名	市町村
2501	玉城 南歩	南風原町
2502	上原 あやめ	那覇市

【個人女子：30～39歳】

No.	氏 名	市町村
3501	知名 綾	糸満市
3502	入江 紘子	那覇市
3503	原田 香織	東京都
3504	Sullivan Mary Ann	北谷町
3505	平良 絵玲亜	東京都

【個人女子：40～49歳】

No.	氏 名	市町村
4501	我那覇 昭子	那覇市
4502	水谷 深雪	豊見城市
4503	大河内 昌子	兵庫県
4504	Van Beusekom Elizabeth Ashley	海外
4505	豊田 京子	那覇市
4506	神谷 聡子	八重瀬町
4507	又吉 寿佳乃	宜野湾市

【個人女子：50～59歳】

No.	氏 名	市町村
5501	太田 陽子	神奈川県

選手リスト

【リレーの部】

No.	チーム名	スイム	バイク	ラン
1	prana整骨院 医療系女子	山岡 杏紗	新城 緑	竹島 真夏
2	チームおっくん	濱元 盛俊	奥村 翼	内間 幸香
3	チームHAN'S	銘苅 太志	外間 慶大	仲本 貴博
4	Beginner's Luck 美ら海班	伊藤 栄子	落合 公昭	土屋 真理子
5	情熱チキン	新垣 勝裕	長藤 大樹	下地 修一
6	独身の趣味	棚原 有生	嶺井 秋人	安里 祐輔
7	トータルランランA	具志堅 興之	来間 政治	宮城 庄吾
8	トータルランランB	知花 医	知花 医	名護 貴也
9	本部ホンダ	岡 慎一郎	古網 雅也	渡久地 政海
10	SATOSHI	浦 圭司	河野 真輝	山崎 覚志
11	シーグレイプ2022	佐藤 正明	日南休 智恵	日比 康介
12	HKT3	崎田 健太	粒崎 健	近藤 勇人
13	58ドンドンチー	石井 千尋	秦 由加子	向井 聡子
14	「親子でありがとうトライアスロン5040」	石川 哲夫	石川 哲夫	石川 嶺
15	チーム Roco	山口 善正	奥平 国雄	鳩間 用祐
16	チーム絆	知念 智恵	知念 飛向	知念 泰儒
17	中頭病院	清家 和也	城間 正人	仲宗根 智
18	チーム陸自	野中 秀樹	佐久田 滉大	宮国 敦己

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

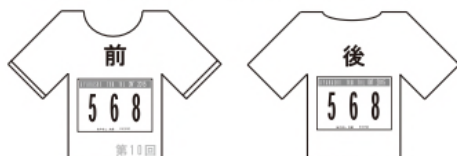
(RUN専用着を着用の方)

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。

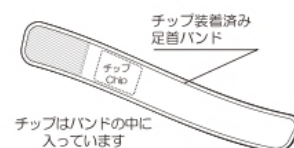


★レースナンバーベルト着用を推奨します。



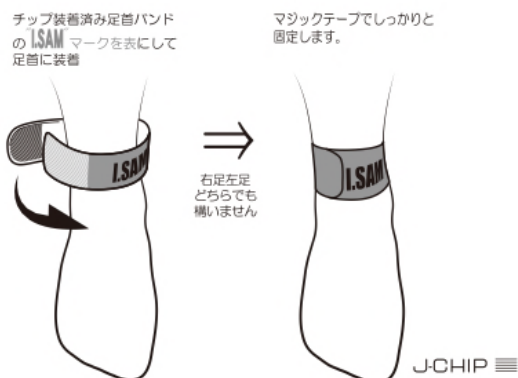
足首ベルト装着方法

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。

ISAM

★選手への支給品リスト★

1. スイムキャップ
2. 参加Tシャツ
3. レースナンバー

引越はフロの琉球トータル引越サービスにまかちゅ〜け〜

お見積依頼を頂いた方にプレゼント



幸せと笑顔までい運ぶんどお〜
沖縄から北海道まで全国どこでも
引越はフロにまかちゅ〜け〜



LINEからもお見積にお問合せ下さい。
 お待ちしております。



ケータイでも
アクセスOK



全国どこからでも引越対応可能 あいのり便で割引

★毎日先着10組以内限定企画 ★格安料金により下記の料金から割引はできません

ちょこっと便			うれシーサー便			チャンプルー便		
大物3点 S	大物5点 M	大物7点 L	大物10点 S	大物15点 M	大物20点 L	大物10点+大物5点+大物5点 S	大物15点+大物5点+大物5点 M	大物20点+大物5点+大物5点 L
¥8,000	¥12,000	¥16,000	¥18,000	¥26,000	¥34,000	¥20,000	¥30,000	¥40,000

北部エリア 応援企画	ちょこっと美ゆら			うれシーサー美ゆら		チャンプルー美ゆら		美ゆらバック便 土日限定		
	大物3点 S	大物5点 M	大物7点 L	大物10点 S	大物15点 M	大物10点+大物5点+大物5点 S	大物15点+大物5点+大物5点 M	大物7点 段ボール30個 S	大物10点 段ボール35個 M	大物13点 段ボール40個 L
食沢町 宮野原村 里納村	¥12,000	¥16,000	¥20,000	¥25,000	¥33,000	¥30,000	¥40,000			
名護市	¥16,000	¥20,000	¥24,000	¥30,000	¥38,000	¥35,000	¥45,000			
本部町 今帰仁村 大原町 新村 国頭町	¥20,000	¥24,000	¥28,000	¥35,000	¥43,000	¥40,000	¥50,000	¥20,000	¥25,000	¥30,000

時間は完全お任せフリー便。繁忙期の3/15~4/15迄は一部ご利用頂けない企画があります。又繁忙期は先着順で料金が
 変わりますのでご理解お願いします。他色々適用条件が御座いますので詳しくはお問合せ下さい。又はホームページをご覧下さい。

得★得割引サービス

- ◆母子家庭・学生・単身特別割引 ◆日時・時間おまかせ特別割引 ◆グループ割引・セット特別割引
- ◆新築おめでとう・紹介特別割引！ ◆ハッピー割引(誕生日、新婚さん、他ハッピーだと思う方は誰でも)
- ◆毎月10日はトータルの日(先着10組30%~50%割引可能) ◆沖縄を走るランナーを応援!
- ◆毎月1日~20日まではトータルのサービスデー! サービス・割引いっぱい!
- 特に1日~10日までは更に割引いっぱいのまかちゅ〜け〜ディ

★ランナー割引★

☆1カ月前予約で50%割引 ☆(沖縄本島内引越限定) 県外に引越でも1カ月前予約はかなりお得ですよ
 毎日、沖縄本島内引越し先着1組に限り40%割引 2、3組は30%割引 予約は、早めがお得!

最大30%以上可能

オプションメニュー

- 梱包・荷箱(食器から家具まで何でも)
- ピアノ・金庫・貴重物移動・自動車・オートバイ輸送
- エアコンの取外し・取付(電気工事)
- ハウスクリーニング
- 家具の一時保管、貸切保管は出し入れ自由、
保管方法は色々有(相談)
- 家内での室内移動、模様替え、不用品処分
- あいのり便(県内引越の真龍園、県外引越に)
- お友達バックまかちゅ〜け〜(バック(学生・身元者向け 沖縄~全国他県へ)
- お友達手配サービス(こんな事出来たらいいなと思う事なら何でも相談下さい)
- 航空機・船便(小さい物から、寝転、コンテナ貸切引越)
- トラック1日チャーター
- 助手付1日チャーターもできます
- ダンボール・テープ・布団保護無料サービス

母子家庭の
貴方に幸せと
笑顔運びます
(特に力を入れて
応援します)

シーサーマークでお馴染みの

琉球トータル引越サービス

宜野湾
098-896-2886

☎ 0120-26-2886
〒901-2201 宜野湾市新城1-12-6 エクセルいずの本

うるま
098-975-2886

PC・携帯用ホームページアドレス <http://www.rths2000.com>

広告審査済

★★★

携帯からもホームページへアクセス可能 ぜひご覧下さい!



Eメール

rths2000@rths2000.com



TETSUJIN[®]
DAMASHII

*The Fastest Wetsuit
In The World*

県内販売店 沖縄輪業・バイスクールキッズ・ハシカワサイクル

オンラインにて好評発売中！

TEL: 075-257-8267 MAIL: ws@n-energy.co.jp

tetsujin-d.jp

ナチュラルエナジーはトライアスロンにチャレンジするあなたを応援します！