

昭和記念公園トライアスロンフェスティバル 第18回全国高校生大会

【最終要項】

2016年9月11日（日）

第18回全国高校生チャレンジトライアスロンに
お申し込みいただき、誠にありがとうございます。

本要項を良くお読みいただき、ご参加ください。皆様のご健闘をお祈りいたします。

<目次>

P1	目次	P9	【7】競技規則
P2	安全なトライアスロンのために・・・ 公園のルールを守りましょう		1、競技規則
P3	【1】大会概要		2、招集、制限時間、リタイア
	【2】会場図・大会関係者移動指定ルート		3、ウェア
	【3】スケジュール		<1>レースウェア
P4	【4】競技距離及びコース図		<2>ウェットスーツ
P5	【5】プール・トランジションエリア ウォーミングアップエリア		<3>プールエリア外での服装
P6	【6】注意事項		4、トランジション
	1、受付		<1>準備、撤収
	2、選手、応援者入場方法(コーチパス)	P10	<2>競技
	3、駐車場		6、入水チェック(計測タグ配布)
	4、レースナンバー、スイムキャップ		7、スイム
P7	5、遅刻対応		<1>用具等
	6、リタイア		<2>競技
	7、表彰式・結果発表		<3>めがね置き場
	8、撮影についてのお願ひ		8、バイク
	9、メカニックサービス		<1>用具等
P8	10、競技内容の変更・中止、及び中断	P11	<2>競技
	11、緊急時の対応		<3>ホイールストップ
	12、その他		9、ラン
			10、エイドステーション(給水所)
			11、フィニッシュ
			<1>服装等
			<2>同伴フィニッシュ
			12、ペナルティ
		P12	【8】交通のご案内

【大会事務局】

〒188-0013 東京都西東京市向台町2-14-37 A&A西東京スポーツセンター内

TEL:042-468-3513

E-mail info@teamkens.co.jp

大会ホームページ <http://www.teamkens.co.jp>

お急ぎの場合はお電話でお問い合わせください。

<安全なトライアスロンのために…>

☆万全な体調で臨みましょう。

- ・事故につながる主な要因： 睡眠不足 過労 水分不足
思い当たる方はいませんか？ 当日の朝、体調を確認しましょう。

☆残暑の中でのレースが予想されます。

- ・水分、休養をとり、体調を整えて出場しましょう。

☆十分なウォーミングアップで、急激に心拍数が増加しないようにしましょう。

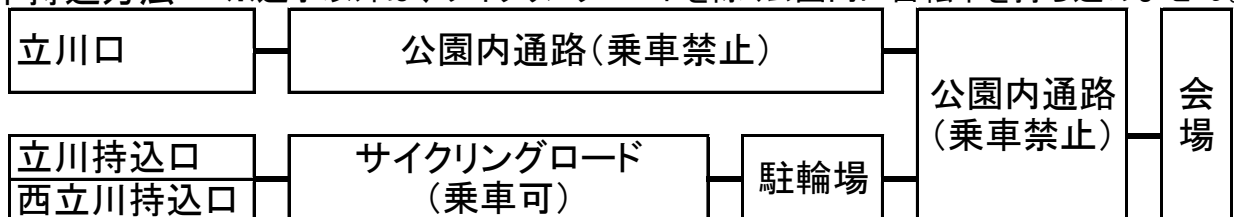
- ・ウォーミングアップ時に一度心拍数を上げておくことが重要です。

<公園のルールを守りましょう>

P3会場図と合わせてご覧ください。

●受付・入口 立川口のみ

●自転車持込方法 ※選手以外は、サイクリングロードを除く公園内に自転車を持ち込めません。



●自転車持込エリア

競技コースと、指定入口から会場までの指定移動区間以外に自転車は持ち込めません。

(公園内の競技会場以外に行きたい場合は、サイクリングロード経由で、駐輪場にとめて移動してください。)

●入場方法

公園の入場は9時30分ですが、高校生大会は、スタートまでの時間がないことから、選手1名につき、コーチ1名は先行入場(8時30分)ができます。

詳しくは、【6】注意事項 2、選手、応援者入場方法(コーチパス)をご覧ください。

●駐車場

立川口駐車場のみ使用できます。(西立川口は不可)

駐車場で、自転車乗車禁止です。(ローラー台除く)

●ウォーミングアップエリア

ウォーミングアップエリアを指定しています。

【5】プール・トランジションエリア、ウォーミングアップエリアをご覧ください。

オールキッズ大会と併催でもあり、安全対策のためです。ご理解ください。

【1】大会概要

- 大会名称 昭和記念公園トライアスロンフェスティバル 第18回全国高校生大会
- 主催 公益社団法人日本トライアスロン連合
- 共催 日刊スポーツ新聞社、一般社団法人東京都トライアスロン連合
- 主管 立川市トライアスロン協会
- 後援 国営昭和記念公園、立川市、立川市教育委員会、昭島市
- 協賛 ローソン、スポーツクラブNAS、セレスポ
- 開催日 2016年9月11日(日)
- 大会会場 国営昭和記念公園内レインボープール及び園内特設コース
- 競技部門/距離

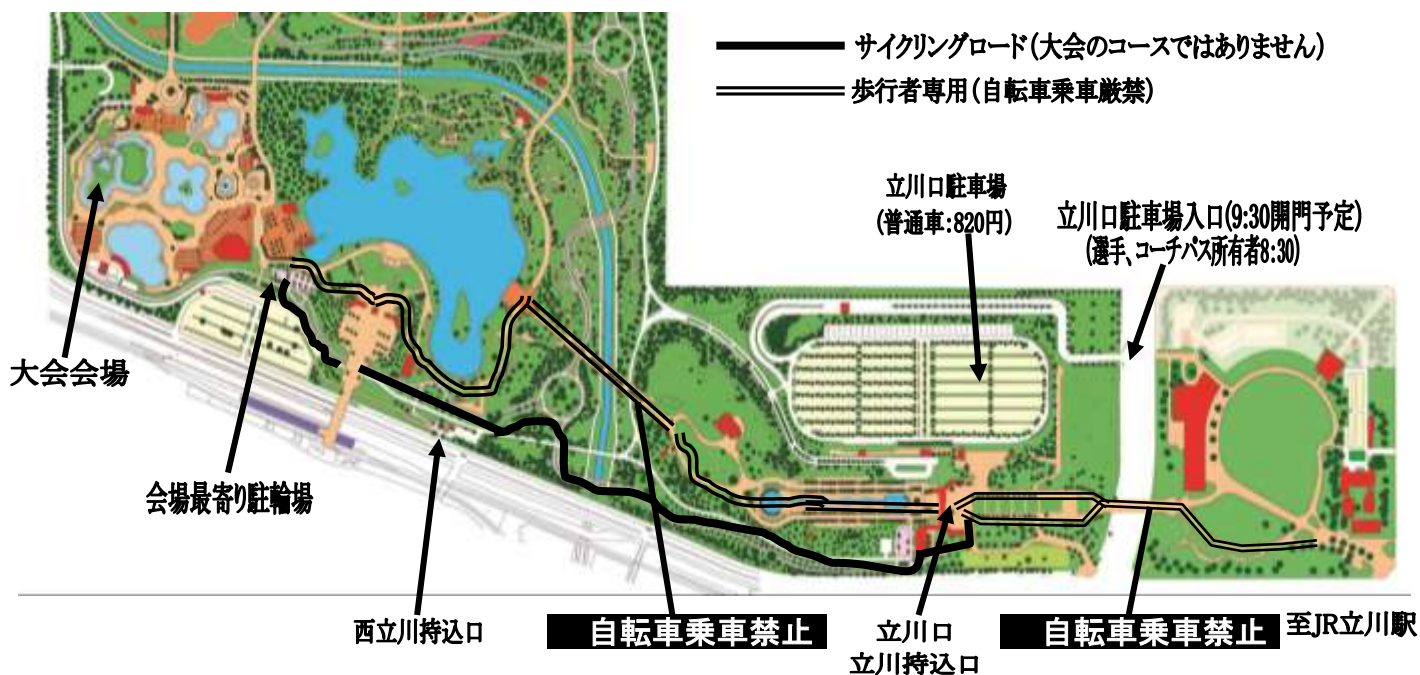
部門	距離(S:スイム、B=バイク、R=ラン)
スプリント	S 0.75km・B 20km・R 5km

● 表彰予定

部門	区分		表彰
	総合	男子・女子	
スプリント	※学年別	男子・女子	1位

※ 学年別表彰:総合での入賞者を除いた、各学年1位。

【2】会場図・大会関係者移動指定ルート



【3】スケジュール

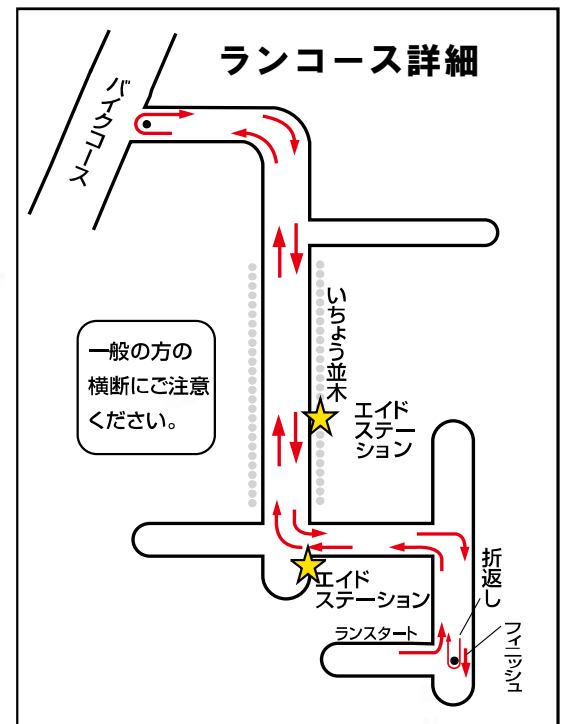
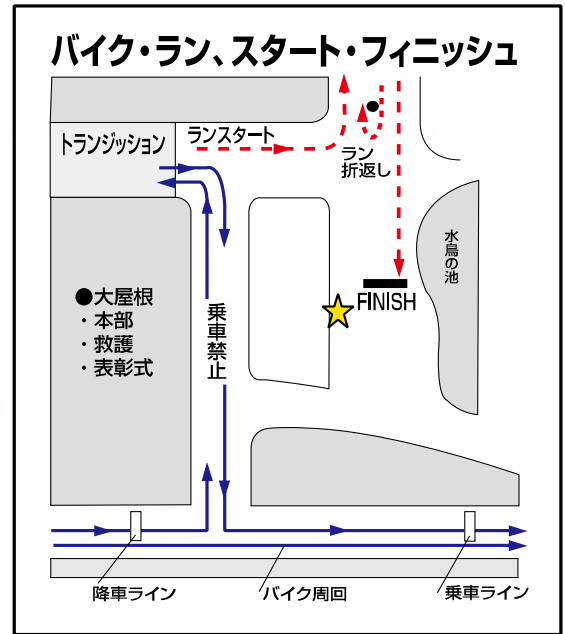
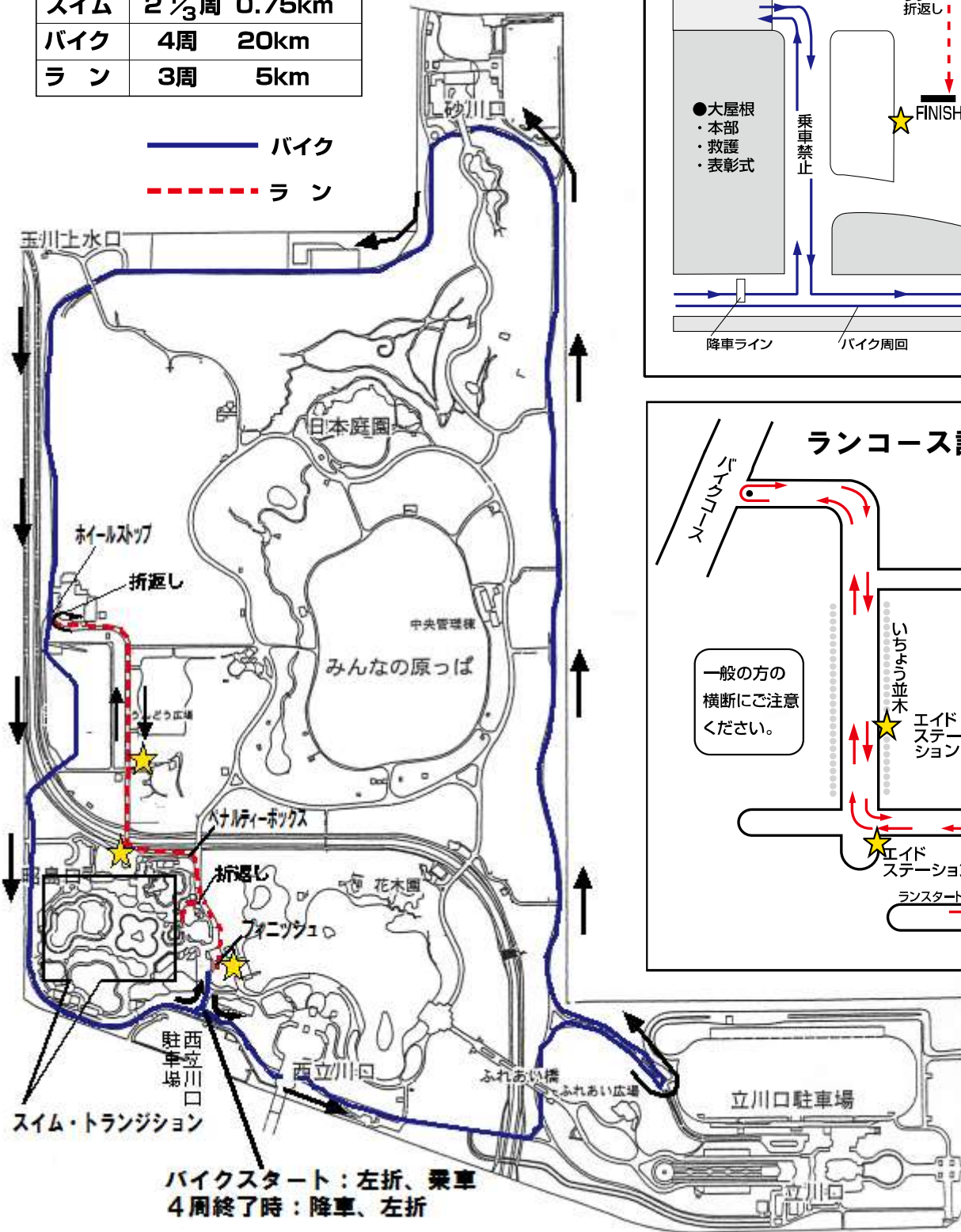
以下のスケジュールの後にオールキッズ大会が開催されています。十分ご注意ください。

時間・時刻	項目	場所
8:00～8:30	受付、及び駐車場・立川口入場	立川口
8:30	入園(選手、コーチバス保有者)【6】注意事項2参照	立川口
8:30～9:30	バイクセット	トラジションエリア
9:45～10:00	開会式・競技説明会	プール(中の島)
10:00～10:10	入水チェック	プール(中の島)
10:00～10:20	スイムウォームアップ	指定プール
10:30	男子スタート	スタート地点
10:32	女子スタート	
12:30	表彰式	大屋根下

【4】競技距離及びコース図

【競技距離】

	高校生大会
スイム	2 1/3周 0.75km
バイク	4周 20km
ラン	3周 5km

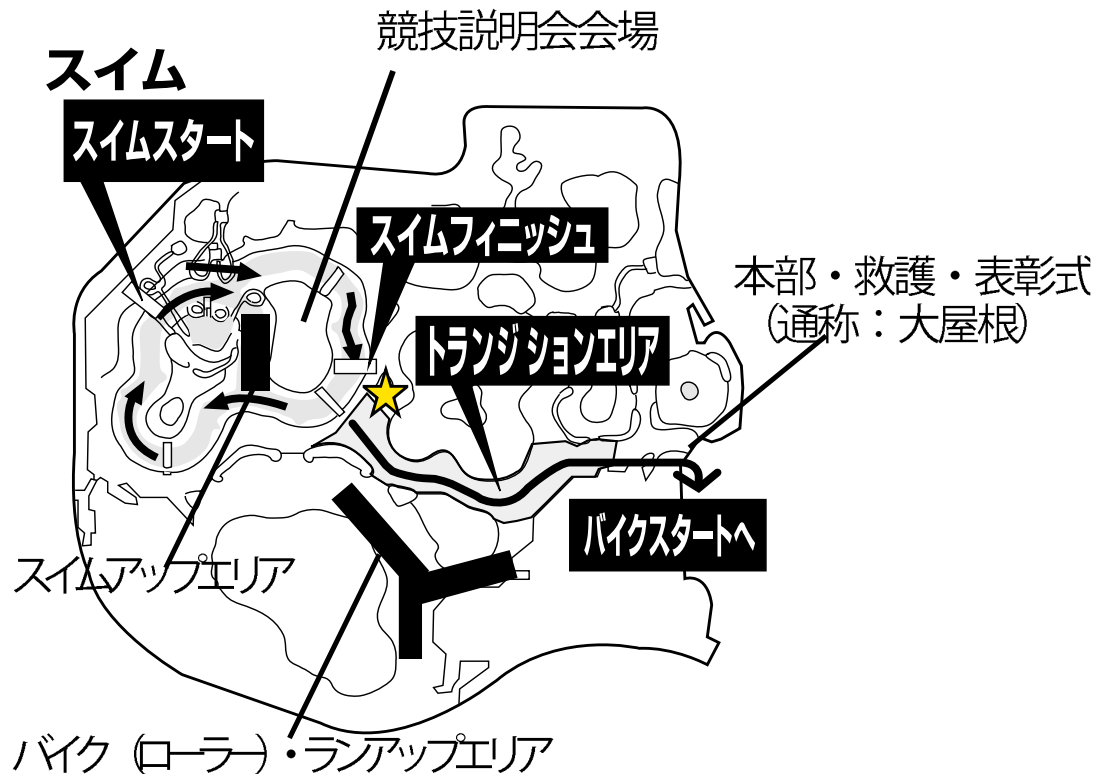


【5】プール・トランジションエリア、ウォーミングアップエリア

1、ウォーミングアップエリアを設定します。

種目	可能場所	禁止場所
スイム	・流れるプールの指定エリア	・可能場所以外、すべて不可
バイク※ ラン	・下図、バイク・ランアップエリア ・駐車場(バイク:ローラーのみ可)	・駐車場(バイク:ローラー以外不可) ・サイクリングロード ・下図アップエリアの除く、公園内すべて

※バイクはローラーのみ可(実走はできません)



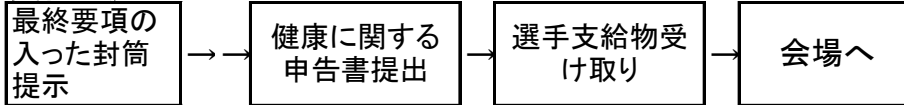
【6】注意事項

1. 受付

<ご注意ください！>

★立川駅から受付まで、受付から大会会場(スタート地点)まで、それぞれ徒歩15分ほどかかります。

◆受付の流れ



◆事前送付物

・最終要項
・レースナンバー
・バイクシール
・ヘルメットシール
・健康に関する申告書 /誓約書ルール確認書
・各種ご案内

◆当日支給物

・スイムキャップ
・大会プログラム
・仮入園券

★計測タグは、スタート直前にプールサイドでお渡しします。

- 1) 受付は「立川口」です。
- 2) 受付時には、最終要項をお送りした封筒をご提示ください。
- 3) 再入場する場合は、退場時に公園係員から手にスタンプを押してもらってください。

2. 選手、応援者入場方法(コーチパス)

- 1) 公園の入場は9時30分からです。スタートが早い高校生のみ、特別に早期の入場ができます。
- 2) 選手は、受付で仮入園券を受け取り、入場門で公園係員にお渡しください。再発行はできません。
- 3) 早期入場においては、選手1人につき、コーチ1人の入場ができます。希望者は、受付で「コーチパス」希望とお申し出ください。(有料:ただし通常¥410円のところ¥290の割引料金となります。)
- 4) コーチパスをお持ちでない応援者は、公園の券売機で入場券をご購入の上、9時30分以降ご入場ください
- 5) 仮入園券、コーチパスは、立川口以外では入場できません。

お願い 同日開催のオールキッズ大会用の場所取りはご遠慮ください。高校生の選手、コーチ分のみとします。

3. 駐車場

- 1) 駐車場は立川口駐車場のみ使用できます。西立川口駐車場の利用はできません。守られない方がいる場合は大会の開催自体が危ぶまれることとなります。必ずお守りください。
- 2) 駐車場内は自転車の乗車厳禁です。ローラー台での練習は認めますが、走行は厳禁です。
- 3) 開門待ちの路上駐車はできません。

4. レースナンバー、スイムキャップ

1) レースナンバー・スイムキャップカラー

ウェーブ	ナンバー	レース区分	スイムキャップ
第1ウェーブ	1~	男子	レッド
第2ウェーブ	101~	女子	グリーン

※レースナンバーは、この最終要項をお送りした封筒のラベルに印字されています。

2) ボディナンバリング

- ・受付で記入します。
- ・ご自身で記入される場合は、黒の油性マジックで、大きく縦に数字を並べてご記入ください。



3) 各種ナンバーカードの付け方について

◆バイクシール (左側面)



◆ヘルメットシール (正面・左側面)

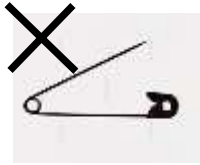


◆レースナンバー



「バイクの時は後ろ」
「ランの時は前」から
見えるようにしてくだ
さい。

◆レースナンバー取り付け方法



◆安全ピンは禁止

(素足で走るトランジションでの怪我防止のため)



←ナンバーベルトをご用意ください。(当日販売あり)

写真右に示すような
ゴムひもで代用もOK
(受付で無料配布あり)



レースナンバーを取り付けるナンバーベルトを
ご用意ください。
右左写真に示すようなゴムひもで代用すること
もできます。(素足で走るトランジションを考慮し、
安全ピンは用意しておりません。)

裏面に、緊急情報を記入してください。
裏面に緊急連絡先等を記入する欄があります。
もしものときにいち早く情報が入手できる
よう、ご協力ください。
* 個人情報です。紛失、脱落にご注意ください。

5、遅刻対応

1) 遅刻した場合、競技進行状況により参加できない、もしくは正式記録として認められない場合があります。

6、リタイア

- 1) 安全確保が最優先です。万ーレース前やレース中に体調がすぐれない場合は「勇気あるリタイア」が正しい選択です。
- 2) リタイアする場合は、必ず近くのスタッフに「リタイア」する旨と「レースナンバー」を報告し、計測タグをすぐに本部までお持ちください。

7、表彰式・結果発表

- 1) 表彰式は競技終了後、大屋根下で行います。(スケジュール表参照)
- 2) 速報は大屋根下の掲示板にて発表します。
- 3) 各選手の正式結果は、後日大会ホームページに掲載します。

8、撮影についてのお願い

最近、スポーツ大会会場で、不健全な目的での透撮(写真、ビデオ)が問題となっているため、
写真・ビデオを撮影する皆様に以下のことをお願いいたします。

- 1、写真を撮影される方は、受付で申告し、お渡しするリボン等を身につけてください。
- 2、指定のリボン等をつけないでの撮影の場合、声をかけさせていただき、画像を拝見する場合があります。
- 3、プロのカメラマンによる撮影も行っております。ご購入は受付時にお渡しするお申込書をご覧ください。
- 4、不審な撮影者がいた場合はスタッフまでお知らせください。

透撮などの不審者を発見した場合、制服警備員、本部(西沢090-1764-5366)へ
連絡してください。

9、メカニックサービス

- 1) バイクのメカニックサービスは、有料です(¥1000+実費)。事前に十分に整備されたバイクで
ご出場ください。メカニックサービスは、整備不良のバイクを直すところではありません。

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、大会当日9:00に、受付にて主催者より競技内容・コース・距離などの変更、または中止を発表します。
- 2) 雷などで危険な状況が発生した場合は、競技を中断する場合があります。その後、再スタートや中止の判断を決定します。
- 3) 天候の急変などで、レース中に中断や中止の判断をした場合は、審判団、主催者で協議の上、表彰などの対応を決定いたします。
- 4) 中止になった場合でも、参加費の返金はいたしません。

11、緊急時の対応

- 1) 緊急時、救急車が入る場合は、競技中でも一時競技を止め、救急車を優先して通行させます。選手が止まっている時間も競技時間に含まれます。事態をご理解のうえ、ご了承ください。
- 2) 大会開催中、変調をきたした選手を見かけた場合は、すぐにお近くのスタッフにお知らせください。

12、その他

- 1) 残暑が厳しい場合があります。前日から十分な水分補給をしてください。
- 2) 雨など天候によっては寒い場合も考えられます。寒さ、雨対策も考慮してご参加ください。
※1),2)については、応援の方もご注意ください。
- 3) 体調不良、睡眠不足などは、大きな事故につながります。
- 4) スケジュール変更、ローカルルールの適用追加などがあつた場合は、本部に掲示します。
- 5) ゴミは各自お持ち帰りください。
- 6) 会場に荷物を送ることや事前に預けることはできません。
- 7) 盗難防止のため、コインロッカーをご利用ください。(プール更衣室:1回¥100)
- 8) 貴重品等は各自で管理してください。
- 9) 本大会では、参加者及びスタッフは傷害のほか、万一の保険として疾病保険に加入しています。
(特定疾病の範囲=急性心疾患・急性脳疾患・熱中症・低体温症など。ただし疾病保険加入の場合、約款上往復途上は保険対象外となりますのでご了承ください。)
より万全にするためには、別途個人で保険にご加入なさることをお勧めします。
(保険内容:死亡5百~1千万円、入院5千円/日、通院2.5千円/日。詳細は保険約款に従います。)
- 10) 計測タグは回収所または本部まで必ずご返却ください。紛失した場合、実費を請求させていただきます。
- 11) バイクはひとり1台(ウェットスーツ着用の方はひとり1着)ご用意ください。
- 12) テレビ、新聞等の取材が入り、場所を確保する場合があります。ご協力をお願いします。
- 13) 応援の方は、別途入場料が必要です。(最終ページ料金表参照)
- 14) 大会で使用するプール以外に入水することはできません。
- 15) 立入禁止区域内、及び選手以外がプールに入ることがないようにご注意ください。

【7】競技規則

1、競技規則

1) 日本トライアスロン連合(JTU)競技規則に準じ、一部ローカルルール(当大会のみに適用されるルール)を適用します。

2) 競技者が健康上危険と判断される場合、審判およびスタッフは強制的に競技を中止させる権限を持ちます。

2、招集、制限時間、リタイア

1) 招集時刻に間に合うようにスタート地点にご集合下さい。いない場合失格となる場合があります。

2) 原則、制限時間は設けておりませんが、以下の場合などはリタイアとする場合があります。

① 健康上問題があると審判団、主催者側が判断した場合。

② 運営上、支障が出ると判断した場合。

3、ウェア

<1>レースウェア

1) バイク、ランにおいて、上半身裸で競技すると失格となります。

2) 前にファスナーがないウェアを推奨しますが、ファスナーがついている場合は、必ずファスナーをあげて競技してください。開けている場合は、注意を促し、改善されない場合は、ペナルティの対象になります。

◆なぜ？

トライアスロンにおける前あきファスナー禁止のルールは、国際的にも禁止ルールとして記載されています。選手のユニフォーム前部がはだける姿に対して、見苦しい(美しくない)姿として映ることが理由です。

<2>ウェットスーツ

1) ウェットスーツ着用は自由です。

<3>プールエリア外での服装

1) プールエリア外では、必ずシャツは着用してください。公共の公園です。

4、トランジション

(トランジションは競技者が次の種目に切り替えることをいい、同エリアはその場所を指します。)

<1>準備、撤収

①禁止事項

1) ラックから取り出し方向と逆にかけること

2) 競技に必要な物以外を置くこと(大きな目印、クーラーボックスなども不可)

3) 自分の荷物を広範囲におくこと(ハンドル側バイク1台分のスペースが目安)

4) 指定時間以外のバイクセット

5) 選手以外の立ち入り(レース開始後は選手でもレース中以外は立ち入り禁止)

6) トランジションエリアを囲むフェンスにバイクを立てかけること

7) トランジションエリアを囲むフェンスの外から荷物をとること

*** セッティングが守られていないバイクは、選手の了承を得ずに直します。**



②撤収方法

1) 最後尾選手のバイクが終了し、公式アナウンス後、指定出入口からのみ撤収できます。

バイクのセットや取り出しのためにエリアに立ち入る場合は、必ずレースナンバーを係員に示してください。(取り出し時に、レースナンバーとヘルメット、バイクのナンバーの照合を行います。)

2) 競技途中で、バイク撤収が可能になった場合は、随時アナウンスします。

* 競技継続中のため、状況により撤収できない場合もあります。

3) 12:30までにお引き取りください。それ以降過ぎて置いてあるバイク、荷物は別の場所に移動します。(管理区域外となります)

<2>競技

1) エリア内はペダル片足走行も含め乗車禁止です。

2) 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と締めてください。

バイクフィニッシュ後は、バイクを掛けてからストラップを外してください。

3) 乗車の際、ラインを越えて、選手の足が地面についてから乗車してください。

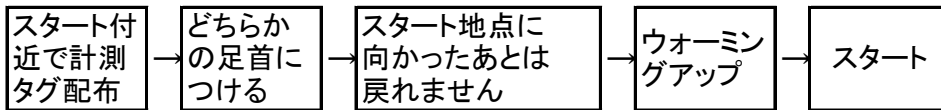
降車の際、ライン手前で、選手の足が地面についているようにしてください。

4) レースナンバーの向きを確認して、次の種目に移ってください。

(バイクは腰側(後から見える位置)、ランは腹側(前から見える位置))

5) トランジション後の荷物の置き方が、あまりに乱れている場合はペナルティの対象となります。(荷物を入れるケースはありません。)

5、入水チェック(計測タグ配布)



6、スイム

<1>用具等

- 1) 受付でお渡しする**指定のスイムキャップを着用**してください。
- 2) 水温20℃以上の場合は、ウェットスーツを着用してはいけません。

<2>競技

- 1) プール(水深1.1m)を2周+1/3周する0.75kmを泳ぎます。
- 2) スタート前に、スタート地点、フィニッシュ地点を必ずご確認ください。
- 3) ドルフィンスルー(底を蹴って進む行為)、水中を歩くことは禁止です。(立つことは可)
- 4) スイム競技を途中棄権する場合、片手をあげてスタッフに「リタイア」の意思表示をしてください。スタッフの手を借りた時点で失格となります。

<3>めがね置き場

- 1) スイムフィニッシュ地点に眼鏡置き場を設置しますが、取り間違い、紛失、破損等があっても、自己責任とします。トランジションエリアに置くこともできます。

7、バイク

<1>用具等

①ヘルメット

- 1) 自転車競技用ヘルメットを着用してください。



X: 工事用
X: ストラップがゴム製

②バイク

- 1) ロードバイクを推奨します。

◎ロードバイク	Xミニベロ
○TTバイク	Xシティサイクル(俗に言うママチャリ)
○マウンテンバイク	X電動アシスト付き
○クロスバイク	

・いずれにも当てはまらない場合は事前にお問い合わせください。

- 2) スタンドは必ず外してください。前照灯、リフレクター、泥除けなど競技に無関係なものは、できるだけ取り外すことを推奨します。
- 3) 公園のレンタル自転車では出場できません。(公園ルールで不可となります。)

③装備品等 (◎必須 ○あるとよい X携行禁止)

◎パンク修理セット	X ペットボトル
◎バイク用ボトル	X ヘッドホン、イヤホン等
○サイクルコンピューター	X ガラス製品
	X 通信機器
	X カメラ



1) パンク修理セットは必ず携行してください。また、パンク修理はひとりできるように、練習しておくことが必須です。(人の手を借りての修理は失格です。)

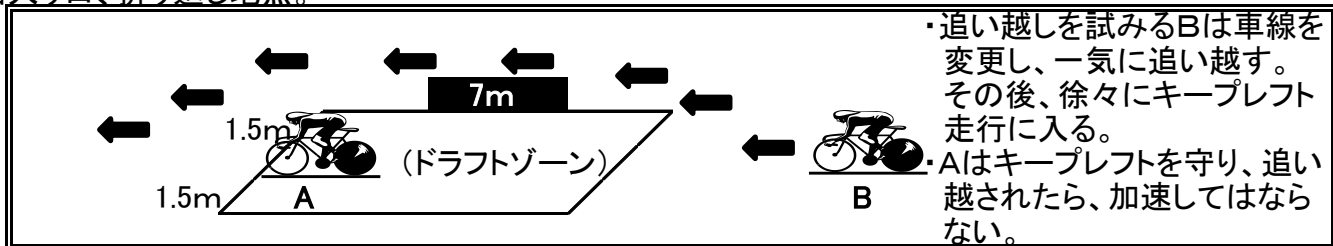
<2>競技

- 1) 1周5kmのコースを4周する20kmを走行します。
(昨年と一部コースが変更されています。コース図をご確認ください。)
- 2) 周回不足は失格となります。サイクルコンピューターの装着を推奨します。
スタッフが周回数を教えることはありません。各自で数えてください。
※バイクフィニッシュで周回不足とわかった場合、周回コースへの合流地点まで、審判の指示に従いバイクを押してコースに復帰してください。ランスタート後に気付いてもバイクには戻れません。
- 3) 逆走は禁止です。
- 4) 乗車して競技することが基本です。バイクを押す・持ち上げる・担ぐことも認められます。(後続選手注意)
- 5) 左側走行で競技してください。追い越しは右側からを厳守してください。
- 6) ホイールストップ(車輪交換場所)は設けません。

7)ドラフティング走行・集団走行・併走は禁止です。

<ローカルルールを適用します>

- ・ドラフティングとは、前走者や車両のドラフトゾーンに入って風よけにして、空気抵抗を減らし楽に走ろうとすることです。
- ・ドラフトゾーンへ入れるのは、15秒以内に前走者を追越せるとき。及び減速が必要なトランジション出入り口、折り返し地点。



★注意

- ・乗車地点、降車地点を事前にご確認ください。
- ・トランジションエリアから乗車、降車地点まで(バイク乗車禁止)は100~200m程度あります。
- ・乗車、降車付近は大変狭くなっています。特に降車の方は確実な減速をお願いします。

<3>ホイールストップ

- 1)ホイールストップを設置します。(ランコース折り返し付近:昨年とは場所が違います。)
- 2)オフィシャルのホイールはありませんので、各自でご用意ください。
- 3)ホイールには、必ず名前をつけてください。
- 4)12:30までに回収してください。それ以降は管理区域外となります。

8、ラン

<1>用具等

- 1)音楽プレーヤーなど、ヘッドホンをつけての走行は禁止します。



<2>競技

- 1)公園内特設コース往復約1.6kmx3周+200mの5kmを走行します。
- 2)周回計測で、周回不足と判断した場合は非完走(DNF)となります。
- 3)左側通行です。追越しは前走者の右側から。一声掛けると安心。
- 4)応援者による伴走はできません。

9、エイドステーション(給水所)

- 1)スイムフィニッシュ、ランコース途中、フィニッシュ付近に設置します。
- 2)使用済みコップは、コース上に配置する回収箱に入れてください。悪質な投棄はペナルティの対象です。
- 3)スタッフは止まった状態で紙コップを渡します。競技者が減速して注意して受け取ってください。
- 4)エイドステーション以外での補給を受けることは禁止です。

10、フィニッシュ

<1>服装等

- 1)フィニッシュの直前では、サングラスを外すことを奨励します。本人確認だけでなく、応援者やメディア、ボランティアに共感を与えることにつながります。また、ウェア、レースナンバーを整えてのフィニッシュにご協力ください。

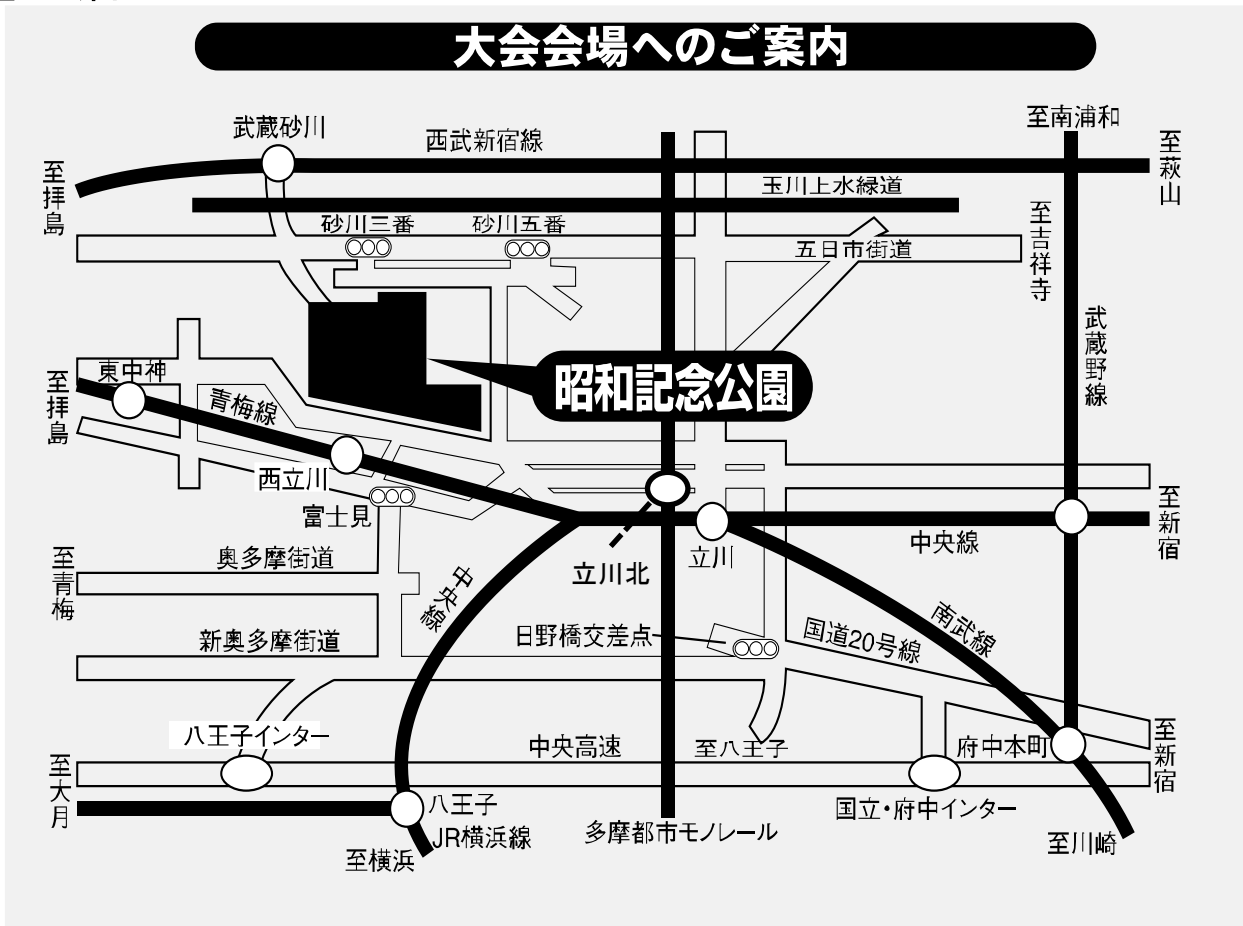
<2>同伴フィニッシュ

- 1)禁止です。

11、ペナルティ

- 1)違反や危険が予想される行為があった場合は、注意を受けることがあります。
- 2)注意に従わないと警告が出ます。その上で停止等のペナルティを果たします。
- 3)スイムからバイクにおいてペナルティーを果たされた場合、ペナルティーボックス(場所はコース図参照)を設け、該当者の番号を表示します。対象者は自らボックスに入り、審判の指示に従ってください。
- 4)失格及び出場不可に該当する主なもの(ローカルルール含む)
 - ・登録本人以外(替え玉)出場
 - ・不適合なヘルメットの使用。
 - ・パンク修理において、人の助力を得ること。(審判の助力は除く)
 - ・審判、スタッフ、観衆への暴言。

【8】交通のご案内



各地からの所要時間

新宿	一般道利用	約80分
	首都高速・中央道利用	約40分
	JR中央線利用	約40分
	〃 (青梅特快)	約30分
八王子	一般道利用	約30分
相模大野	JR中央線利用(八王子より)	約15分
川崎	JR南武線利用(川崎より)	約60分
横浜	JR横浜線快速利用(横浜より)	約70分
所沢	西武線利用(国分寺乗りかえ)	約25分
浦和	JR武蔵野線・中央線利用	約50分

※乗りかえに必要な時間は除く。

各入口と最寄駅までの徒歩時間

あけぼの口	JR中央線・立川駅	約10分
	多摩都市モノレール・立川北駅	約8分
立川口	JR中央線・立川駅	約15分
	多摩都市モノレール・立川北駅	約13分
西立川口	JR青梅線・西立川駅	約2分
昭島口	JR青梅線・東中神駅	約10分
玉川 上水口	西武拝島線・武蔵砂川駅 (残堀川緑道経由)	約25分
砂川口	西武拝島線・武蔵砂川駅	約20分

駐車料金

大型(1回)	1,750円
普通(1回)	820円
原付・自動二輪(1回)	260円

(駐車場)

・立川口駐車場のみ使用ができます
(西立川口は使えません。)

(路上駐車、及び開門前の駐車場待ちの
停車はできません。)

・駐車場から会場までは遠いことを
念頭に行動してください。

(立川口駐車場から徒歩約15分)

入場料

大人	410円
小人(小中学生)	80円
シルバー(65歳以上)	210円

詳しくは、昭和記念公園のホームページを
ご覧ください

<http://www.showakinenpark.go.jp>