

第16回全国高校生チャレンジトライアスロン

【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。

(ITUルールに準拠し、ドラフティング、乗降位置など、ITUルールを適用しますので、ご注意ください。)

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。**

★お願い

競技の普及に伴い、主に初心者の方にルールや競技マナーの理解不足によると思われる違反やトラブルが増えています。詳しい競技規則(ローカルルールは除く)は、日本トライアスロン連合のホームページでご覧いただけます。

⇒ <http://www.jtu.or.jp/kyougikisoku/index.html> (JTU競技規則<2006年2月改定>)

⇒ <http://www.jtu.or.jp/news/2014/140516-4.html> (JTU競技規則の改定(概況と方針)参照)

※リレーの代表の方は、チームのメンバーにも必ず内容をお伝えください。

<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): 競技規則各項目に記載>

- ・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。(マーシャルの助力は除く。)
- ・審判、スタッフ、観衆への暴言。

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おいて下さい。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。(例:バイクでパンク修理できないまま走行し相当の時間がかかる。)

3) スイムでリタイアした場合、任意でバイク、ランを、バイクでリタイアした場合のランを続けることができます。(スキップ:記録は参考記録)

ただし、2)①に該当すると判断した場合は、その時点でリタイアとします。

3、ナンバーカード

1) トランジションエリア内で、ウェアとナンバーカードを整えてからスタートしてください。

2) ウェアやナンバーカードがめくれあがったまま競技することは禁止です。競技をとめて直させることもあります。

3) トランジションエリアの出入りにも必要です。バイク撤収時にはナンバーカードと持ち出す荷物の照合を行いますので、必ずご持参ください。(競技規則4、トランジション<1>9)参照)

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とをいい、同エリアはその場所を指します。)

<1>準備、撤収

1) レースナンバーを確認のうえ、指定されたラックへサドルを掛けてセットしてください。

2) **ラックのナンバーシールが見える方に前輪がくるように、サドルの前側を掛けてください。**

(バイク終了時も同様に掛ける。)...(写真②)

守られていないバイクは、選手への了承を得ずに直しますのでご了承ください。



3) トランジションエリアには、純粋に競技に必要な物以外を置くことを禁止します。

また、バーに目印を立てることも、公平性や見栄えの面からご遠慮下さい。

※クーラーボックスや荷物を入れる箱などは持ち込めません。審判が危険と判断したものは、選手に断らず近くの安全な場所に移動させていただきます。

- 4) バイクを10:15までに所定位置にセットを完了してください。
- 5) 各自の荷物はハンドル側にまとめて置くようにしてください。
(ひとり分のスペースは、バイク1台分のスペースです。)
- 6) トランジションエリア内は混雑します。シューズやウェットスーツ等はなるべくコンパクトにまとめてください。(特に競技中、次の種目に移る際は、他の選手の迷惑にならないようご注意ください。)
- 7) 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、レース開始後はたとえ選手でもレース中以外は立ち入り禁止とします。
- 8) 併催の大会の状況を見て、アナウンス後にトランジションエリアを開放します。
※競技は継続中の場合があります。充分注意してください。
※状況により、撤去できない場合があります。ご了承ください。
- 9) **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。**(取り出しの際は、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。)
(盗難防止のため、エリア管理にご協力下さい。)

<2> 競技

- 1) トランジションエリアは競技コースの一部です。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) 乗車ラインを越えた地面に、片足が完全についてから乗車しなければなりません。
降車ラインを越える前に、片足が完全に地面についていなければなりません。

<ITURULEが適用されます>

- 4) 競技中は必ず衣類を身に付けてください。(上半身だけでも裸の場合はペナルティの対象となります。)
- 5) ナンバーカードの向きを確認して、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))
- 6) 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。

5、入水チェック(計測タグ配布)

- 1) スタート付近のタグ配布所で計測タグをお渡しします。
タグは必ずどちらかの足首に装着してください。
- 2) タグを受け取り、スタート地点に向かったあとは、戻ることはできませんのでご注意ください。



入水チェックは、記録の計測だけでなく、水中の人数を把握する、極めて重要なチェックです。
必ず行い、審判、スタッフの指示にしたがってください。

6、スイム

<1> 用具等

- 1) 受付でお渡しするトランジションバッグの中にある**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。(チャレンジの部は自由とします。)

<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。(高校生チャレンジの部は約3/4週の300m)
- 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> その他

- 1) めがね置き場をスイムフィニッシュ地点に設置します。(スタート前に各自で置き、各自でお取りください。)
- 2) 試泳は指定時間帯に指定エリアでのみ可能です。

7. バイク

<1>用具等

1) レース中、ウォーミングアップ時等、バイクに乗車する時は規定のヘルメットを着用し、ストラップをとめることを義務とします。

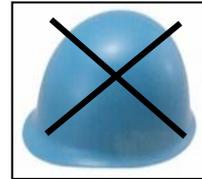
◆ヘルメットの種類について

(財)日本自転車競技連盟公認などの、**自転車競技用ヘルメット**を着用してください。
違反者は出場を認めない場合があります。

<使用禁止ヘルメットの一例>

- ・工事用ヘルメットなど、自転車用でないもの。
- ・ストラップがゴム製のもの。

命を守る重要なものなので、必ず規定のヘルメットを着用ください。



2) **ストラップは適切に(指1本入る程度)調整してください。重大な事故に発展しかねないためゆるい場合は、停止させて直させます。**

3) バイクはロードバイクを推奨します。マウンテンバイク、クロスバイクも可としますが前照灯、ベル、リフレクター、スタンド、泥除けなど競技に無関係なものは、できるだけ取り外してください。
シティサイクル(俗に言うママチャリ)での出場はできません。

4) 電動アシスト付などの補助動力がついたものは使用できません。

5) **ハンドルバーのエンドキャップ**は必ずはめてください。転倒した場合身体を傷つけるおそれがあります。

6) **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するよう、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。)**

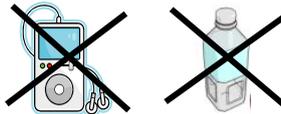
7) バイクボトルに十分な水分を用意し、補給しながらバイク競技に臨んでください。
(バイクコースにエイドステーションはありません。)

8) **ペットボトルをバイクに装着することはできません。必ずバイク用ボトルをつけてください。ペットボトルケースを装着しての出場も不可です。**

(乗車中にボトルが外れ、路面に転がり他人にも危険を及ぼすため。また乗車中にふたのついたボトルに入っている飲み物をとることは危険なため。)

9) シューズは予めペダルにセットしておいてもかまいませんが、乗車時転倒のおそれがありますので初心者をご遠慮ください。

10) ヘッドホン類、ガラス容器の使用、通信機器、携帯音楽プレーヤーなどの携帯は禁止です。



11) ウェアを着用しないでの走行は失格です。

12) 試走はできません。

13) 公園のレンタルバイクでは出場できません。

国営昭和記念公園が貸し出しているレンタルバイク(自転車)では、出場できません。
公園のレンタルバイクはレース仕様ではなく、また公園内のサイクリングロード以外は走行できません。(大会では、サイクリングロードではない特設コースを走行します。)

<2>競技

1) 1周5kmのコースを4周する20kmを走行します。(高校生チャレンジの部は3周する15km)

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。

※周回数が正しいかどうかの判定は①周回チェックの計測②各パートの各選手のタイム

③サイクルコンピューターの距離で①~③を総合的に判断し、正しく選手が周回したかを判断します。周回不足と判断した場合は非完走(DNF)となります。

※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。

逆走は禁止です。

3) 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が、後続選手の邪魔にならないよう注意してください。

4) 規制されたコースでも、交通規則を守ってください。表示板、大会スタッフの指示に従い競技してください。

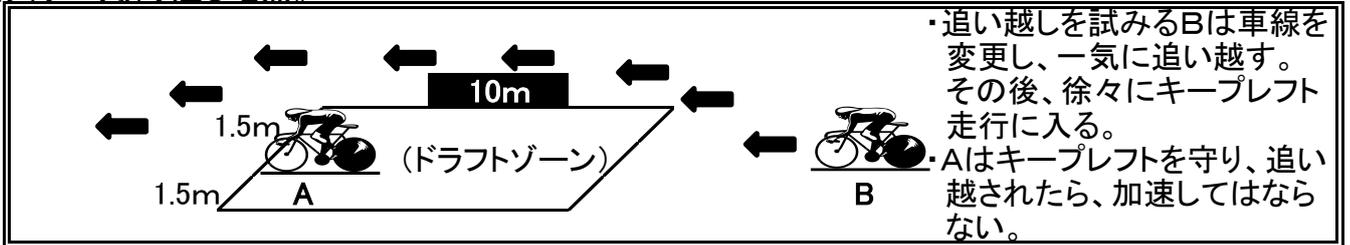
5) 左側走行で競技してください。追い越しは右側からを厳守してください。

6) **ドラフティング走行・集団走行・併走は禁止です。違反の場合、審判の指示に従ってください。**

<ITUルールを適用します>

※ドラフティングとは・・・(下図はイメージ)

- ・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走る(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。
- ・ドラフトゾーンの範囲は、バイク前輪の最前部を起点に後方10m、横幅3m(左右それぞれ1.5m)の内側。前走者を追越す場合はゾーン内に進入可。ただし、15秒以内。
- ・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口、折り返し地点。



7) **ホイールストップ**

- ・約4.5km地点(橋の手前)に設置します。(コース図でご確認ください。)
- ・オフィシャルのホイールはありません。各自でご用意ください。
- ・ホイールストップに預ける場合は、必ずレースNo. 氏名を明記したものをホイールにつけて預けてください。

★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。

8、**ラン**

<1>用具・コース等

- 1) 公園内特設コース往復約1.6kmx3周+200mの5kmを走行します。(高校生チャレンジの部は2周+200mの3.4km)
- 2) ウェアを着用しないでの走行は失格です。
- 3) 音楽プレーヤーなど、ヘッドフォンをつけての走行は禁止します。(重要な注意などが聞こえない場合があるため。)



<2>競技

- 1) 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。
- 2) 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。
- 3) 応援者による伴走はできません。

9、**ペナルティ**

- 1) 違反や危険が予想されるときは、注意を受けます。注意に従わないと警告が出ます。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。
- 2) ペナルティーボックスを設けます。(ランコーススタート後50m付近:コース図参照)
キープレフト違反、ドラフティング違反及び悪質な違反の場合は、違反を行った選手のレースナンバーがペナルティーボックス入り口に掲示されます。ランコース途中に設けたペナルティーボックスに、15秒間(違反内容により変動)ラン競技中に選手自ら確認して入ってください。入らなかった場合は失格となります。
※ペナルティーボックスへの誘導は行いません。自ら番号を確認して入ってください。

10、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。(バイクコースにはありません。)
- 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となります。
- 3) エイドステーションでは、スピードを抑えてスタッフに合図して補給を受けてください。
- 4) 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。
- 5) 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。

★注意

- ・スイムスタート前からこまめに水分を補給してください。
- ・バイクコースにはエイドステーションはありません。十分な水分をバイク用ボトルに入れて走行してください。(ペットボトルの装着は禁止です。)
- ・ランコースには2箇所のエイドステーションがありますが、会場の都合上、等間隔には設けられていません。(1周1.6kmの中で、スタート後約0.2km付近と約0.6km付近に設置予定。)

11、フィニッシュについて

<1> 服装について

- 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、ナンバーを整えてのフィニッシュにご協力ください。

<2> 同伴フィニッシュについて

- 1) 高校生大会では不可とします。ただし、リレーのみ可とします。

12、バイク、ランの試走について

- 1) 会場内の試走はできません。(駐車場でも自転車に乗ることはできません。)

13、計測区間

- ・スイム… スイムスタート～スイム上がり地点
- ・バイク… スイム上がり地点～トランジションエリア出口付近
- ・ラ ン… トランジションエリア出口付近～フィニッシュ

14、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、大会当日9:00に、受付にて主催者よりコース・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、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。
なお、第1ランに備えて、ランニングできるシューズ、服装をご用意ください。
- 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。

15、緊急時の対応について

- 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。