

J A P A N T R I A T H L O N U N I O N

COMPETITION RULES

競 技 規 則

1994 年 5 月 1 日 制 定

1995 年 5 月 1 日 改 正

1999 年 5 月 1 日 改 正

2006 年 5 月 1 日 改 正

2017 年 2 月 26 日 修 正 案

トライアスロンを謳^{おう}歌^かするために

公益社団法人 日本トライアスロン連合

公益財団法人 日本体育協会 (J A S A) 加 盟

公益財団法人 日本オリンピック委員会 (J O C) 加 盟

国際トライアスロン連合 (I T U) 理 事 国

アジアトライアスロン同盟 (A S T C) 理 事 国

目 次

第 1 章 総 則

第 1 条	目的	5
第 2 条	競技規則の基本的理念	5
第 3 条	定義	5
第 4 条	規則の適用	6
第 5 条	国際競技団体との関係	6
第 6 条	規則の補足	7

第 2 章 選手規範

第 7 条	基本精神	8
第 8 条	協力と理解	8
第 9 条	安全管理	8
第10 条	大会期間中の言動	8
第11 条	交通ルールへの遵守と安全確保	9

第 3 章 選手の資格等

第12 条	ドーピング	10
第13 条	大会出場資格	10
第14 条	国外の大会への出場	10
第15 条	未成年者の大会出場	10
第16 条	大会出場資格の譲渡の禁止	11
第17 条	誓約書の提出	11
第18 条	身分証明書の提示	11
第19 条	大会保険	11
第20 条	応援活動	11

第 4 章 大 会

第21 条	競技部門の設定	12
第22 条	表彰	12

第 5 章 競技共通事項

第23 条	コース等の把握	14
第24 条	コース離脱と復帰	14
第25 条	逆走・停滞の禁止	14
第26 条	指示・注意	14
第27 条	個人的援助の禁止	14
第28 条	優先進路	15
第29 条	時間の厳守	15
第30 条	レースウェア	15
第31 条	レースウェアへの表示	16
第32 条	レースナンバー	16

第 33 条	レースナンバー取付けに関する特例	16
第 34 条	ボディマーキング	16
第 35 条	競技用具の安全管理	17
第 36 条	使用禁止用具	17
第 37 条	使用条件付き競技用具	17
第 38 条	新技術を用いた競技用具	17
第 39 条	競技用具の検査	17
第 40 条	貸与品	18
第 41 条	計測される時間	18
第 42 条	競技の一時停止	18
第 43 条	競技の中止・棄権	18
第 44 条	制限時間	18
第 45 条	エイドステーションでの補給	19
第 46 条	同伴フィニッシュ	19
第 6 章 罰 則		
第 47 条	罰則の適用	20
第 48 条	罰則の種類	20
第 49 条	警告	20
第 50 条	警告の手順	20
第 51 条	ストップアンドゴー及びタイムペナルティ	21
第 52 条	ストップアンドゴーの手順	21
第 53 条	タイムペナルティの手順	21
第 54 条	失格	21
第 55 条	失格の手順	21
第 56 条	資格停止	22
第 57 条	追放	22
第 7 章 オフィシャル		
第 58 条	オフィシャル	23
第 59 条	審議委員会	23
第 8 章 抗 議		
第 60 条	抗議	24
第 61 条	抗議の内容	24
第 62 条	抗議の手続	24
第 63 条	預託金	25
第 9 章 上 訴		
第 64 条	上訴・審判長	26
第 65 条	制限事項	26
第 66 条	上訴の内容	26
第 67 条	上訴手続	26
第 68 条	預託金	27
第 69 条	上訴・審議委員会	27

第 70 条	上訴の期限	27
第 10 章 仲 裁		
第 71 条	仲裁	28

I T U (International Triathlon Union) 競技規則抜粋

3.	罰則	30
4.	スイム	32
5.	バイク	37
6.	ラン	46
7.	トランジション	47

(I T U 特定競技実施ルール)

14.	インドアトライアスロン	48
15.	ミドルとロング大会	48
16.	チームリレー	49
17.	パラトライアスロン	51
18.	ウインタートライアスロン	63
19.	クロストライアスロンとデュアスロン	65
20.	予選ラウンド形式での競技	66
21.	タイムトライアル予選形式での競技	68
22.	アクアバイク	70

(I T U 附則抜粋)

23.	レース距離と年齢要件	70
26.	用語の定義	71
27.	ユニフォーム規則	77
33.	罰則と違反	85

参 考 資 料

誓約書の内容例	94
抗議書式	96
上訴書式	98

第1章 総則

(目的)

第1条 この規則は、トライアスロン、パラトライアスロン、デュアスロン、アクアスロン、ウインタートライアスロン及びこれらの関連マルチスポーツ(以下、これらを総称して「マルチスポーツ」という。)の実施において、必要な事項及び選手の権利・義務に関する事項について規定することにより、公平かつ安全に実施するために競技環境を整えとともに、誰もがトライアスロン競技を謳歌^{おうか}することを目的とする。

(競技規則の基本的理念)

第2条 選手は、一人の社会人である。従って、この規則のほかに、道路交通法などの国内法規、各所轄機関並びに団体の規則、道德及びマナーを理解し、遵守^{じゆんしゆ}するとともに、第2章に掲げる選手規範の精神を尊重するものである。

2 トライアスロン競技の普及・振興や大会の発展を促し、よりよい競技環境づくりのために、自由闊達^{かつたつ}な意見交換を行うものとする。

(定義)

第3条 この規則に関する規定の解釈については、他に定めがある場合を除くほか、次の定義に従うものとする。

- ① 「トライアスロン」とは、スイム(水泳)、バイク(自転車)、ラン(ランニング)の順に行うマルチスポーツ(異なる3つの種目を連続して行い総所要時間を競う競技をいう。以下同じ。)をいう。
- ② 「デュアスロン」とは、第1ラン、バイク、第2ランの順に行うマルチスポーツをいう。
- ③ 「アクアスロン」とはスイム、ランの順に、又は第1ラン、スイム、第2ランの順に行うマルチスポーツをいう。
- ④ 「ウインタートライアスロン」とは、ラン、マウンテンバイク、クロスカン트리スキーの順に行うマルチスポーツをいう。
- ⑤ 「関連マルチスポーツ」とは、トライアスロンの競技形態を基本に、種目又は競技用具を変更して行うマルチスポーツであり、以下のとおりとする。
 - (1) インドアトライアスロン 室内特設コースにおいて行うトライアスロン
 - (2) 模擬トライアスロン プール、エルゴメーター、トレッドミルで行うトライアスロンの模擬競技
 - (3) カヌートライアスロン カヌー、バイク、ランの順に行うマルチスポーツ

- (4) クロストライアスロン スイム、マウンテンバイクおよびクロスカンントリーからなるトライアスロン
- (5) リレートライアスロン スイム、バイク、ランをそれぞれの種目ごとに異なる選手が行うトライアスロン
- (6) トライアスロン駅伝 複数の選手でチームを組み、それぞれのチームごとに一人の選手がトライアスロンを行って同チームの次の選手に受け継ぎ、総所要時間を競う競技
- (7) その他関連マルチスポーツ (1)から(6)に掲げる関連マルチスポーツのほか、トライアスロンの競技形態を基本に、種目又は競技用具を変更して行うマルチスポーツ

- ⑥ 「大会」とは、トライアスロン等の競技会をいう。
- ⑦ 「大会スタッフ」とは、大会役員、運営スタッフ、審判員、ボランティアなど大会にかかわるスタッフの総称をいう。
- ⑧ 「大会期間」とは、会場における選手受付開始の日など大会公式行事が始まる日を起点とし、大会終了の日又は表彰式・閉会式など大会公式行事が終了する日までのいずれか遅い方の日までの期間をいう。
- ⑨ 「大会規程」とは、大会の開催、出場資格、その他大会出場に関する諸条件の規定をいう。
- ⑩ 「公式大会」とはJ T U又は加盟団体が公式大会と認めた大会をいう。
- ⑪ 「I T U公認大会」とは、世界選手権、ワールドトライアスロンシリーズ、ワールドカップ、大陸別大会、I T Uイベント大会をいう。

2 前項①から⑤に定めるマルチスポーツは、競技形態や競技を行う際の環境などの制約により、種目変更のためのインターバルを設けることができる。

(規則の適用)

第4条 この規則は、国内で開催される大会に適用する。

2 練習中など大会期間以外であっても、この規則の規定を尊重し、守るものとする。

(国際競技団体との関係)

第5条 この規則は、I T U競技規則(Competition Rules)に準拠して、制定する。

2 I T U競技規則の改定があったときは、これを準用する。

[参考] I T Uホームページ <http://www.triathlon.org/>

(規則の補足)

第6条 大会固有の環境、又は条件を補足するため、必要に応じ、この規則を基準とした「ローカルルール」を策定することができる。

2 ローカルルールは、競技開始前に選手へ通知しなければならない。

3 この規則及びローカルルールに規定されていない事案が生じた場合は、トライアスロン等に関連する種目の競技団体の規則を準用する。

第2章 選手規範

(基本精神)

第7条 選手は、次の各号に掲げる基本精神を尊重するものとする。

- ① スポーツマン精神とフェアプレイの精神により競技を行うこと。
- ② 日ごろの鍛錬により競技力の向上と体力の増進をめざすこと。
- ③ 選手一人一人がこの規則を守り、違反を行ってしまったときは自ら申告する精神を培うこと。
- ④ スポーツ活動を通じて社会人としての健全な精神の育成をめざすこと。
- ⑤ 勝利を至上とすることなく、主義主張を越えて理解しあい、友好を結ぶこと。
- ⑥ トライアスロン等に対する、スポーツとしての品格と社会認識を高めること。

(協力と理解)

第8条 選手には、トライアスロンの総合的な発展のために、次の各号に掲げる事項について理解し、協力することを求める（要請する）。

- ① 選手の保護と育成を目的とする競技団体の活動
- ② 性別、年齢を問わず、生涯にわたってスポーツを謳歌できるようにするための環境づくり

(安全管理)

第9条 選手は、競技上の安全を確保するため、次の各号に掲げる事項を守るものとする。

- ① 自らの安全に責任をもち、競技を行うこと。
- ② 他の選手の安全に配慮すること。
- ③ コース及びその周辺に存在するすべての人及びものに対して安全の配慮をすること。
- ④ 自らの競技能力、体調、経験及び周辺状況や環境に応じ、的確な判断をもって競技すること。

(大会期間中の言動)

第10条 選手は、大会期間中、次の各号に掲げる事項を守るものとする。

- ① 社会人として責任ある言動に心がけること。
- ② 身だしなみを整え、大会公式行事には節度ある態度で臨むこと。
- ③ 道路交通法などの国内法規を守ること。
- ④ 大会会場付近の住民の方への感謝の気持ちを持つこと。

(交通ルールの遵守と安全確保)

第 11 条 選手は、練習中又は大会会場への移動中であっても、道路交通法をはじめとする交通ルールを守り、特に以下に掲げる事項について注意して安全を確保しながらバイクに乗車するものとする。

- ① ヘルメットをかぶること。
- ② キープレフト（道路の左端を走ること）を守ること。
- ③ 周囲への注意を怠らないこと。
- ④ 併走を行わず一列で走行すること。
- ⑤ 安全な車間距離を保つこと。
- ⑥ 信号を守ること。
- ⑦ 歩行者を優先すること。
- ⑧ 他の車両に注意すること。

2 選手は、競技中であっても道路交通法をはじめとする交通ルールを尊重し、次の各号に掲げる事項について注意して安全を確保しながら競技を行わなければならない。

- ① 交通規制の状況を理解し、これに応じて競技を行うこと。
- ② ランでもキープレフトを保ち、車両に注意して競技を行うこと。
- ③ 観客や通行人のコース横断に注意して競技を行うこと。
- ④ 緊急車両の通過があるときは、左端に寄って徐行又は停止して進路を譲ること。
- ⑤ 交通規制されている場合を除き交通標識を守ること。ただし、別に指示がある場合はこれによる。

第3章 選手の資格等

(ドーピング)

第12条 ドーピング行為は禁止する。

- 2 禁止物質、禁止方法及び検査方法などアンチドーピングに関する規定は、ITUアンチドーピング規則 (ITU Anti-Doping Rules) 及び世界アンチドーピング機構 (WADA) の定める世界アンチドーピング規程 (The World Anti-Doping Code) による。

[参考]

ITUホームページ <http://www.triathlon.org/>

WADAホームページ <http://www.wada-ama.org/>

公益財団法人 日本アンチドーピング機構ホームページ
<http://www.playtruejapan.org/>

(大会出場資格)

第13条 大会に出場するときは、大会規程の出場資格を満たさなければならない。

- 2 J T U 公式大会への出場は J T U の登録会員でなければならない。
- 3 外国籍の選手は、所属国の競技団体から登録選手資格と出場許可証明書を得て J T U に提出することにより J T U 公式大会に出場できる。ただし、日本に6ヶ月以上居住し、J T U の登録会員となっている場合は、これらの書類の提出を免除する。また、自国で出場停止中の外国籍の選手はいかなる競技大会にも出場することができない。

(国外の大会への出場)

第14条 国外で開催される大会に日本を代表して出場する場合は、所属する加盟団体を通じて J T U から資格証明書の発行を受けることとする。

- 2 日本を代表しないで国外で開催される大会に出場する場合であっても、大会主催者から大会に出場する資格証明を求められたときは前項に準ずる。
- 3 前2項の資格証明書は、大会が開催される国の競技団体により承認された大会にのみ発行される。

(未成年者の大会出場)

第15条 大会当日において未成年者の大会出場には、法定代理人 (保護者など) による同意を必要とする。

(大会出場資格の譲渡の禁止)

第 16 条 大会出場資格を他の選手に譲渡することは禁止する。同様に、他の選手から譲渡された出場資格で大会に出場することも禁止する。

(誓約書の提出)

第 17 条 大会規程に定めがある場合は、大会出場に対する誓約書を提出しなければならない。

2 前項の誓約書には提出する日の日付を付すものとし、かつ、選手本人による署名又は捺印を必要とする。

3 大会当日において未成年者の大会出場には、前項の署名のほか、保護者、または法定代理人による署名又は捺印を必要とする。

(身分証明書の提示)

第 18 条 大会出場にあたっては、写真付きの身分証明書を提示するものとする。

(大会保険)

第 19 条 選手は、大会主催者が契約している保険の内容を十分理解し、了承した上で大会に出場するものとする。

2 大会主催者が契約している保険以外の保険については、選手本人が対応するものとする。

(応援活動)

第 20 条 選手は、その選手個人に対する応援者が、この規則に反する応援又は支援を行わないよう配慮しなければならない。

2 J T U 公式大会においては、選手の応援旗、スポンサー表示旗又はこれに類するものを使用する場合、事前に大会主催者の承認を受けるものとする。

3 J T U 公式大会以外の大会であっても、選手の応援旗、スポンサー表示旗又はこれに類するものの使用は、大会スポンサーに配慮しなければならない。

第4章 大会

(競技部門の設定)

第21条 大会規程により、年齢に応じた競技部門を男女平等に設けるものとする。

2 選手権大会の部門は、男女別のエリート部門と男女別年代別のエイジグループ別選手権部門とする。

3 前項のエイジグループ選手権部門は、大会が開催される年の12月31日現在の年齢を基準とし、5歳ごとに区分する。

4 選手権大会以外の大会であっても、前3項の規定に準じ、エリート部門とエイジグループ部門を設けることが望ましい。

5 前項のエイジグループ部門は、参加者の人数に応じて区分を統合することができる。

6 ジュニア部門の区分は男女別に次の表のとおりとする。

区 分	対 象
ジュニア（小学生低学年部門）	大会当日において小学校1年生から3年生の者
ジュニア（小学生高学年部門）	大会当日において小学校4年生から6年生の者
ジュニア（中学生部門）	大会当日において中学生の者
ジュニア（高校生部門）	大会当日において高等学校、高等学校に準ずる学校又は高等専門学校の第1学年から第3学年に在籍し、かつ、大会が開催される年度（毎年4月1日に始まり3月31日に終わるものとする）において満16歳から満18歳となる者
I T U ユース部門	大会が開催される年の12月31日現在の年齢が、満15歳以上17歳以下の者 大陸別大会などで年齢が別途定められる場合がある。
I T U ジュニア部門	大会が開催される年の12月31日現在の年齢が、満16歳以上満19歳以下の者

7 アンダー23部門（U23部門）は、大会が開催される年の12月31日現在の年齢が、18歳以上23歳以下の者によるものとする。

(表彰)

第22条 表彰及び賞品の授与は男女平等に行わなければならない。

- 2 エリート部門及びエイジグループ部門それぞれの区分ごとに上位3名にメダル、トロフィー又は盾を与え栄誉を称えるものとする。ただし、小学生及び中学生の部門については学年ごと、高校生の部門については大会が開催される年度に迎える満年齢ごとに表彰するものとする。
- 3 団体競技は上位3チームを表彰するものとする。
- 4 トライアスロンの発展に関し特に顕著な貢献が認められた選手には特別表彰を行うものとする。

第5章 競技共通事項

(コース等の把握)

第23条 選手は、コース及び競技環境を事前に把握し、自らの責務でコースを確認し、競技を行うものとする。

(コース離脱と復帰)

第24条 コースを離脱したときは、離脱した地点に戻って競技を再開するものとする。

(逆走・停滞の禁止)

第25条 正当な理由がある場合を除くほか、コースの逆走及びコース上で停滞をしてはならない。

(指示・注意)

第26条 選手は、大会スタッフ及び警察官の指示に従い、自ら安全を確認しながら競技を行わなければならない。

2 大会スタッフは、次の各号に掲げる事項について、選手に注意を与えることができる。

① ルール違反が起こることが予想されるときであって、違反をする前に改善を求めるとき。

② 安全確保のため選手に指示を与える必要があるとき。

③ 軽微なマナー違反やモラル欠如に対して改善を求める必要があるとき。

3 選手は、注意が与えられたときは速やかに大会スタッフの指示に従わなければならない。

(個人的援助の禁止)

第27条 大会主催者の提供する支援（エイドステーションなど）又は大会主催者から許可を受けた支援以外の飲料、栄養、機械的及び医療的援助を受けること及び与えることを禁止する。

2 前項の規定にかかわらず、事故など緊急時における救護や安全確保への協力は個人的援助とみなさない。

3 応援者又はコーチが特定の選手と伴走又は追走することは個人的援助とみなす。

4 応援者又はコーチが、拡声器を使って特定の選手に対し応援、指示又は他の

選手との時間差を伝えることは個人的援助とみなす。

- 5 ドラフティングレースを除き、選手が意図的に他選手のペースメーカーとなることは個人的援助とみなす。
- 6 選手間での支援（飲み水のシェアなど）は可能である。ただし、競技継続ができない用具の貸し借り（ホイールなど）は禁止とする。

（優先進路）

- 第 28 条** 選手は、他の選手の優先進路（競技を実施するにあたり想定される進路をいう。以下同じ。）を速やかに判断し、競技がスムーズに流れる（進行する）よう努めなければならない。
- 2 他の選手の優先進路を妨害する行為（以下「ブロッキング」という。）をしてはならない。

（時間の厳守）

- 第 29 条** 大会規程による選手受付、競技説明会、ボディナンバーの記入、スタート地点への集合、その他公式催事（以下、これらを総称し「大会プログラム」という。）は決められた時間を守らなければならない。
- 2 大会プログラムに出席できない場合、又は遅れて出席する場合は、あらかじめ書面で申請し、書面により許可を得なければならない。ただし、緊急な事由により書面で申請できない場合は、電話等で大会本部に連絡し、正当と判断され、かつ、運営上の対応が可能なときに限り、あらかじめ書面で申請することを免除する。
 - 3 競技のスタート時間に遅れて大会に出場することはできない。

（レースウェア）

- 第 30 条** 競技の際に着用するレースウェアは、機能性、安全性に優れ、競技にふさわしいものを使用するものとする。
- 2 仮装及び公序良俗に反するレースウェアを使用してはならない。ただし、大会規程により仮装を認める場合は、競技に著しい支障をきたすもの及び公序良俗に反するものを除き仮装することができる。
 - 3 スイムではスイムウェア、またはトライウェアを着用するものとする。
 - 4 バイク及びランでは上半身及び下半身ともレースウェアをしっかりと着用しなければならない。レースウェアがまくれ上がった状態で競技をすることはできない。
 - 5 トライウェアを着用する場合、上半身の前開きは禁止とする。背面にジッパーがあるものは、40 cm以下の長さとする。ただし、ミドルやロングディスタンスの大会では前面ジ

ッパーを許可する。ミドルやロングディスタンスでは競技中は胸骨の下位置までジッパーを下げるができるが、フィニッシュ時はジッパーをしっかりと閉じるものとする。

(レースウェアへの表示)

第 31 条 ウェアへの文字及びロゴの表示は、別にこの規則又は大会規程に規定がある場合を除き表示できる。ただし、レースナンバーを容易に確認できなくするようなものであってはならない。

(レースナンバー)

第 32 条 レースナンバーは指定位置に正しく取り付けなければならない。バイクフレームやヘルメット等のレースナンバーシールも同様である。

- 2 大会規程に指定位置の指示がない場合は、バイク競技においては背面に、ランにおいては正面に、バイク及びランで共通のレースウェアを使用する場合は前後に取り付けるものとする。
- 3 レースナンバーは加工（小さく切ったり、穴を開けたり、折り曲げたり、書き込みを加えたりすること。）を施さず使用しなければならない。
- 4 レースナンバーの取付けは、四隅を確実に留めるものとする。安全ピンを使用するほか、外周をしっかりと縫い付けても良い。
- 5 レースナンバーは、競技中、常に全面が見えるようにしなければならない。
- 6 ナンバーベルトは、前項を満たすことを条件に使用できる。ただし、ベルトが腰より極端に下がらないよう留意しなければならない。
- 7 ナンバーベルトを使用する場合、1 枚のレースナンバーをバイクのときには背面に、ランのときは正面に回して使用することができる。ただし、大会規程により別に指示がある場合はこれによる。

(レースナンバー取付けに関する特例)

第 33 条 大会規程に準じ選手の姓をプリントしている場合に限り、バイク競技においてレースナンバーのレースウェアへの着用を省略することができる場合がある。

(ボディマーキング)

第 34 条 大会規程による指示に従ってボディマーキングを受けるものとする。

- 2 指定されたナンバー以外を身体に書き込むことは禁止する。
- 3 指定又は許可されたシール以外のものを身体に貼り付けることは禁止する。

（競技用具の安全管理）

第 35 条 競技用具は、製作メーカー指定の取扱方法を守って使用するものとする。

- 2 競技用具の整備は、選手自らの責任で行い、常に整備された状態で使用するものとする。
- 3 競技中の転倒などで競技用具に損傷を受けたときは、選手自ら適切な処置を行うものとする。ただし、処置を行った場合であっても、危険が予測されるときは競技を中止するものとする。

（使用禁止用具）

第 36 条 次に掲げる用具の使用は禁止する。

- ① 危険を生じさせるおそれがある用具（ガラス製品、ヘッドフォン等）及び装飾品
- ② 無線、その他の機器、携帯電話、ナビゲーター等の通信機器。カメラ、ビデオカメラ等の撮影機器。ただし、大会規程において使用が認められている場合を除く。

（使用条件付き競技用具）

第 37 条 ワセリン、オイル類、保湿クリーム及び日焼け止めなどは、無色のものに限って使用できる。ただし、ボディマーキングを妨げてはならない。

- 2 スプレー類は、他の選手に影響を与えないように使用するものとする。
- 3 ウォーターバッグは、レースナンバーが隠れないように使用しなければならない。
- 4 ベルトタイプの冷却材は、頭部と首にそれぞれ 1 個を使用できる。ただし、見苦しくないこと及びフィニッシュの手前で取り外すことを条件に複数個使用することができる。

（新技術を用いた競技用具）

第 38 条 新技術又は革新的な技術を用いた競技用具は、事前に許可を受けなければ大会で使用することはできない。

（競技用具の検査）

第 39 条 大会規程に定めがある場合は、指定された競技用具の検査を受けなければならない。ただし、この検査は、この規則に適合しているかどうかを確認するものであり、競技用具の安全性を保証するものではない。

- 2 前項の検査を受けた後に、競技用具を調整、変更、又は改造してはならない。ただし、変更又は変更予定のある競技用具も同時に検査を受けた場合は変更できる。
- 3 大会当日、競技用具の故障又は天候の急変により検査を受けた競技用具が使用できない

場合は、審判長の許可を受けて変更することができる。

- 4 大会規程により指定のあった検査のほか、大会スタッフから指示があったときは、事前検査の有無に関わらずいつでも検査に応じなければならない。

（貸与品）

第 40 条 タイミングベルト（計測器具）などの貸与品は指示に従って使用し、競技終了後は返却しなければならない。

（計測される時間）

第 41 条 トライアスロンの記録として計測する競技時間は、スタートからフィニッシュまでに要した時間とし、トランジションエリアにおける次の種目に移行する時間も含む。ただし、大会規程により、種目変更のためのインターバルが設けられる場合は、種目変更のための時間は競技時間に含まれない。

（競技の一時停止）

第 42 条 選手は、危険回避、体調保全又は競技用具の整備のために、競技を一時的に停止することができる。この場合において、一時停止している時間は競技時間に加算する。

（競技の中止・棄権）

第 43 条 審判員は、選手が過度の疲労、競技力不足又は事故等により競技の続行に支障があると判断したときは、選手に対し、競技の中止を指示することができる。

- 2 審判員に競技の中止を指示されたときは、これに従わなければならない。
- 3 選手は、競技続行に不安があると感じたときは、自らの意思で競技を棄権するものとする。
- 4 競技を棄権したときは、大会本部にその旨申告しなければならない。この場合の申告方法は、大会規程又は審判員の指示による。

（制限時間）

第 44 条 制限時間内に各種目のフィニッシュライン又は指定箇所（関門）を通過できなかった場合は、競技を中止しなければならない。ただし、運営上の問題がないと判断された場合に限り競技の続行を許可することがある。

- 2 制限時間内に完走できなかった場合の記録は未完走（略称：DNF）とする。

（エイドステーションでの補給）

第 45 条 エイドステーション付近では、安全な速度まで減速し、周囲に十分注意して補給を受けるものとする。

(同伴フィニッシュ)

第 46 条 競技中の選手以外の者がコース内に入り同伴フィニッシュをすることを禁止する。
ただし、選手権部門以外において、次の各号が満たされ、かつ、所轄競技団体が認めた場合に限り、同伴フィニッシュを許可する。

- ① 事前に同伴フィニッシュを許可する旨の公表がされていること。
- ② 他の選手へ影響を与えない範囲内であること。
- ③ 大会スタッフの指示に従うこと。

2 選手は、自主的な判断により、同伴フィニッシュが大会の運営に支障を来たさないよう、状況に応じたスムーズな競技運営に協力するものとする。

3 事前に設定した「同伴者用ゲート（フィニッシュラインから 50m以内に設置されることを基準とする。）」から大会スタッフの指示に従い、コースに入るものとする。

4 複数の選手が競い合っているときは、コースに入ることを制限することがある。

5 同伴者がコース内に持ち込むことができる旗などは最小限のものとする。

6 大会に出場した競技中でない選手の同伴フィニッシュは、レースナンバー及び計測チップなどをはずして行わなければならない。

7 同伴フィニッシュの際に、飲食物の提供を受けることを禁止する。

第6章 罰則

(罰則の適用)

- 第47条** この規則の適正な運用を担保するため、この規則に違反し、又はこの規則に基づく大会スタッフの指示に従わない選手には、違反の程度に応じて罰則を科す。
- 2 違反の情状に酌量すべきものがあるときは、その罰則を減免することができる。
 - 3 罰則の適用は審判長又は審判員が宣告する。ただし、その最終決定権限及び責任は審判長が負う。
 - 4 罰則を適用したときは、公式掲示板及び結果（リザルト）にその旨を掲示する。
 - 5 審判長は、罰則の適用を行ったときは遅滞なく加盟団体を通じJTUに報告しなければならない。
 - 6 すべての罰則の適用に際し、事前に注意が与えられることを条件としない。
 - 7 選手は、この規則に基づくことなく、いかなる罰則も科されることはない。ただし、大会規程により事前に示される場合はそれによる。

(罰則の種類)

- 第48条** 罰則の種類は、警告、ストップアンドゴー、タイムペナルティ、失格、資格停止及び追放とする。
- 2 罰則の軽重は、前項の順に軽い罰から重い罰とする。

(警告)

- 第49条** 警告は、違反によって競技上の大きなアドバンテージ又は順位の変動が得られない行為及び言動であって、タイムペナルティ以上の重い罰則を適用することが適当でない違反に対して科す。

(警告の手順)

- 第50条** 警告を科す必要がある違反を認めたときは、審判員がその違反を行った選手のレースナンバーを告げるとともに、イエローカード、ホイッスル又はホーンなどを用い違反行為があったことを示すものとする。ただし、これらを行うことを必須条件としない。
- 2 警告は、違反の内容の説明及びその改善を求めるものとする。
 - 3 警告を受けた選手が前項による改善に応じることにより、より重い罰則を適用することはない。

(ストップアンドゴー及びタイムペナルティ)

第 51 条 ストップアンドゴー及びタイムペナルティは、違反によって競技上の大きなアドバンテージ若しくは順位の変動が得られる行為(可能性がある行為を含む。)、危険行為及び重大なマナー違反に対し、一つの違反ごとに、状況に応じ、いずれかを科す。

2 一つの大会において、前項に掲げる違反行為等が複数回繰り返された場合においては、より重い罰則を科すことがある。

(ストップアンドゴーの手順)

第 52 条 ストップアンドゴーは、選手の軽度な違反を是正するために審判員が行う。

2 審判員はイエローカードを掲げ、選手にストップアンドゴーを科す。

3 前項に掲げる宣告があった選手は、周囲の安全に注意しながら速やかにコースの左端又は競技に支障を来たさない場所に寄って一旦停止し、審判員の指示に従って競技を再開しなければならない。この場合において要した時間は、競技時間に加算される。

(タイムペナルティの手順)

第 53 条 タイムペナルティを科す必要がある違反を認めたときは、審判員がその違反を行った選手のレースナンバーを告げるとともに、イエローカード、ブルーカード(ドラフティング違反の場合)、ホイッスル又はホーンなどを用い違反行為があったことを示すものとする。ただし、これらを行うことを必須条件としない。

(失格)

第 54 条 失格は、故意に行われた悪質な違反及び重大なマナー違反に対して科す。

(失格の手順)

第 55 条 失格を科す必要がある違反が認めたときは、審判員がその違反を行った選手のレースナンバーを告げるとともに、レッドカード、赤旗、ホイッスル又はホーンなどを用い違反行為があったことを示すものとする。ただし、これらを行うことを必須条件としない。

2 競技中に失格の宣告を受けた選手は、周囲の安全に注意しながら速やかにコースの左端又は競技に支障を来たさない場所に寄って競技を停止して審判員の指示に従わなければならない。

3 失格の宣告を受けた場合であっても、審判員の指示に従って競技を再開し、競技終了後に審判長の裁定を受けることができる。ただし、当該選手が競技を再開することにより大会運営に支障を来たと審判員が認めたときは競技を再開することができない。

4 失格の裁定は、競技終了後、審判長による失格の裁定が出るまで確定しない。ただし、

当該違反に対して上訴が行われた場合は、上訴委員会の裁定が出るまで確定しない。

(資格停止)

第 56 条 失格に相当する違反を繰り返し行ったとき及びドーピング違反を行ったときは、3 ヶ月以上 4 年以内の資格停止を科す。

2 資格停止期間中は I T U、J T U 及び加盟団体の公式大会に出場することはできない。

3 資格停止の期間は J T U 理事会において決定する。

(追放)

第 57 条 次の各号に掲げる行為を行ったときは追放とする。

① ドーピング違反を行ったとき。

② 暴行など極めて悪質な行為を行ったとき。

2 追放された者は I T U、J T U 及び加盟団体の公式大会に出場することができない。

3 追放は J T U 理事会において決定する。

4 追放後の復権は J T U 理事会において決定する。

第7章 オフィシャル

(オフィシャル)

第58条 オフィシャルは、この規則に則って大会を運営する義務を負う。

2 大会においては次に掲げるオフィシャルを置く。

① 技術代表（テクニカルデリゲート（略称：TD））

この規則及びその他競技の実施に関する規則に則って大会を開催していることを保証する責務を負う。

② 審判長（レースレフェリー（略称：RR））

審判員を指揮し、この規則に対する違反の最終的な判定を行う権限を有する。

③ チーフレースオフィシャル（略称：CRO）

審判員の職務の割当及び監督を行う。

④ 審判員（テクニカルオフィシャル）（略称：TO）

競技エリアに配置され、与えられた権限の下にこの規則に則って大会を運営する責務を負う。講習受講翌年度4月1日に18歳以上の者。（ITUでは技術業務年12月31日に19歳以上）

⑤ 審議委員会

抗議に対する裁定を行う。

3 審判長、チーフレースオフィシャル及び審判員は、ITU公認審判員の認定を受けている者以外がその職務に従事することはできない。

(審議委員会)

第59条 審議委員会は以下の3人が当たる。ただし、ITU主催大会においてはITUの規定による。

① ITU主催大会においては、ITU理事、それ以外の大会においては所轄加盟団体の理事

② 主催者代表

③ 技術代表

2 前項に掲げる者が審議委員となることが困難な場合は、ITU主催大会においてはITU理事会、その他の場合においては所轄加盟団体の理事会の承認を得て他の者が審議委員となることができる。ただし審判長が審議委員となることはできない。

第8章 抗議

(抗議)

第60条 選手は、審判員によって認識されていなく、審判長により裁定されていない場合に限り、選手および審判員の行為または競技環境に対し、審判長に抗議を提出することができる。

2 選手の資格に関する抗議は、競技説明会前に審判長に行わなければならない。審議委員会は、競技説明会后、直ちに会議でこれを決定する。

3 コースの安全や競技規則不適正に関する抗議は、遅くともレーススタートの24時間前に審判長に行わなければならない。

4 別の選手または審判員への抗議は、選手本人のフィニッシュ後5分以内に、審判長に行う必要がある。抗議がこの時間内に開始された場合は、制限時間は15分間延長される。

5 選手の用具のITU競技規則に違反に関する抗議は、該当選手のフィニッシュ時間から5分以内に審判長に行わなければならない。この時間内に抗議が開始された場合は、制限時間は15分間延長される。

6 審判長や審議委員会の裁定が反映されていない公式記録のタイプミスに係る抗議は、競技終了後30日以内に、技術代表宛に選手から書面で提出する。

(抗議の内容)

第61条 抗議は第60条6を除き預託金を添えて文書で審判長に提出する。抗議書式は、審判長から受け取ることができ、以下の内容が含まれる。

- ① 申し立てられた競技規則違反
- ② 申し立てられた違反の場所とおおよそのその時間
- ③ 申し立てられた違反に関与した人
- ④ 申し立てられた違反の図解を含む書面（可能な場合）
- ⑤ 申し立てられた違反を目撃した人の名前

(抗議の手続)

第62条 抗議の手続きは次のように行う。

- ① 上記で指定した制限時間内に、抗議者の署名入り書面で審判長に行う。
- ② 審判長は、フィニッシュエリアの公式掲示板に、抗議があったことを発表する。
- ③ 抗議者と被疑者または代理人が聴聞に出席しなければならない。抗議者が出席しない場合は、ヒヤリングは延期または中止される。審議委員会は、聴聞への欠席が妥当かどうかを決定する。

- ④ 聴聞に抗議者と被疑者いずれかの欠席があっても、審議委員会は、決定を下すことがある。
- ⑤ 審議委員会の議長の承認があれば、抗議者、または被疑者の代理人が、聴聞への出席を要請される。
- ⑥ 聴聞は公開されない。
- ⑦ 審議委員長は聴聞の進行と全員の権利について説明する。
- ⑧ 審議委員長は抗議を読み上げる。
- ⑨ 抗議者と被疑者には、証言をするための十分な時間が与えられる。
- ⑩ 抗議者と被疑者それぞれ2名までの証人は、3分間証言することができる。
- ⑪ 審議委員会は、証言を聞き、多数決で決定する。
- ⑫ 決定事項は、直ちに公式掲示板に掲載され、要望に応じ当事者に書面で伝える。
- ⑬ 審議委員会は、全ての審議委員が承認した審議委員会の決定が含まれる議事録を会議が終了するまでに作成する。この議事録は、JTUに提出される。

(預託金)

第63条 預託金は5千円とする。

- 2 審議委員会によって抗議内容が合理的であると認められた場合、預託金を返還する。
- 3 審議委員会によって抗議内容が合理的でないと認められた場合、預託金は返還されない。この場合審議委員会は、理由を付して上訴申立人に回答しなければならない。

第9章 上 訴

(上訴・審判長)

第64条 選手は審判長の決定を、審議委員会に上訴(レベル1)をすることができる。上訴書式は、審判長から受け取ることができる。

(制限事項)

第65条 次の各号に掲げる判定に対する上訴は受け入れられない。

- ① アンチドーピングの聴聞による決定
- ② 競技場での裁定

(上訴の内容)

第66条 上訴は、預託金を添えて文書で審判長に提出する。上訴書式は、審判長から受け取ることができる。以下の内容が含まれる。

- ① 大会名、場所、日時
- ② 申立人の名前、住所、電話番号、ファックス番号、電子メール
- ③ 目撃者の名前
- ④ 上訴された判定疑惑
- ⑤ 違反の事実
- ⑥ 上訴の要約と根拠

(上訴手続)

第67条 上訴の申請は、次の手順で行う。

- ① 選手は、審判長の決定を審議委員会に上訴することができる。
- ② 上訴は、申立人の署名入りの書面で、審判長に申請する。
- ③ 審判長の決定を上訴する選手は、選手のフィニッシュ時間から5分以内に、審判長に行わなければならない。抗議がこの時間内に始まっている場合は、時間制限が15分延長される。チーム競技では、この制限時間は、最終チームタイムによる。
- ④ 審判長は、上訴を受けていることを、公式掲示板に掲示する。
- ⑤ 申立人および被疑者または代理人は、聴聞に出席しなければならない。申立人が出席しない場合は、上訴の聴聞は、延期または中止される。審議委員会は、聴聞への欠席が妥当かどうかを決定する。
- ⑥ 聴聞にいずれかの欠席があっても、審議委員会は決定を下すことがある。
- ⑦ 審議委員長長の承認があれば、申立人、または被疑者の代理人が、公聴会への出席を要請

される。

- ⑧ 聴聞は公開されない。
- ⑨ 審議委員長は聴聞の進行と全員の権利について説明する。
- ⑩ 審議委員会の議長は、上訴を読み上げる。
- ⑪ 申立人と被疑者は、証言のための十分な時間が与えられる。
- ⑫ 申立人と被疑者それぞれ 2 名までの証人は、それぞれ 3 分間証言することができる。
- ⑬ 審査委員会は、証言を聞き、多数決で決定する。
- ⑭ 審査委員会の決定は、直ちに公式掲示板に掲載され、要望に応じ当事者に書面で配布される。
- ⑮ 審議委員会は、審議委員会の決定事項を記述した議事録を会議が終了するまでに審議委員全員の承認を得た上で作成する。この議事録は、JTUに提出される。

(預託金)

第 68 条 預託金は 5 千円とする。

- 2 審議委員会によって上訴内容が合理的であると認められた場合、預託金を返還する。
- 3 審議委員会によって上訴内容が合理的でないと認められた場合、預託金は返還されない。この場合においては、理由を付して上訴申立人に回答しなければならない。

(上訴・審議委員会)

第 69 条 上訴(レベル 1)の裁定に不服があるときは JTU 理事会に上訴(レベル 2)することができる。

(上訴の期限)

第 70 条 上訴(レベル 2)の申請は、審議委員会の開催された日、審議委員会あるいは審議委員会が決定を下した日から 14 日以内に提出された上訴を認める。

- 2 前項の上訴手続等は第 67 条から 68 条の規定を準用する。

第10章 仲 裁

(仲裁)

第 71 条 J T U 及び加盟団体が開催した大会又はその運営に関して行った決定に対する不服申立ては、公益財団法人 日本スポーツ仲裁機構の「スポーツ仲裁規則」に従って行う仲裁により解決する。

I T U (International Triathlon Union) 競 技 規 則 (翻 訳 抜 粋)

3. 罰則

3.1. 総則

- a.) 競技規則に従わないときは、選手に口頭警告、タイムペナルティの罰則、失格、資格停止または除名となる
- b.) 競技規則違反の状況により、その後のペナルティが決定する
- c.) 資格停止又は追放は、重大な競技規則違反またはドーピング規則違反に対して適用される
- d.) ペナルティの理由：競技規則に従わない場合、警告、タイムペナルティの罰則または失格の理由が選手に伝えられる。違反事項と罰則のリストを附則 K に示す。
- e.) 違反が例示されなくても、審判員が不当なアドバンテージがあったと判断したとき、もしくは意図的に危険な状況が生み出されたと判断したときは、罰則を与えることが許可される。

3.2. 警告

- a.) 警告の目的は、競技規則違反の可能性を選手に対して注意を促し、審判員により違反を未然に防ぐことである。また審判員は選手に軽度の違反を正すよう警告を行うことができる。
- b.) 警告は次の状況で与えられる。
 - (1) 選手が意図せず競技規則違反を犯そうとしているとき
 - (2) 違反が発生しそうだと審判員が判断したとき
 - (3) アドバンテージが得られないとき
- c.) 警告の与え方：審判員はホイッスルを吹き、必要であれば選手を停止させ、選手に行動の変更を求めた後、速やかに競技の続行を許可する。

3.3. タイムペナルティ

- a.) 審判員はより深刻なペナルティを与える前に警告を与える必要はない。
- b.) タイムペナルティは、失格とならない違反に対して適切なペナルティである。
- c.) タイムペナルティはトランジションエリア、ペナルティボックスの中または違反をとられた場所で与えられる。
- d.) 審判員は選手にタイムペナルティの罰則が必要かを決める。
- e.) タイムペナルティには 2 つのタイプがある。
 - (1) 5.5 に定義されるドラフティング違反
 - (2) 附則 K のリストにあるその他の違反
- f.) タイムペナルティは違反の種類より次のように与える
 - (1) ドラフティング違反
 - ・ロングやミドル大会では 5 分
 - ・スタンダード大会では 2 分
 - ・スプリント以下の大会は 1 分
 - (2) その他の違反
 - ・ロングやミドル大会では 1 分
 - ・スタンダード大会では 15 秒
 - ・スプリントやそれよりも短い大会では 10 秒
- g.) ペナルティ通知：審判員がタイムペナルティと裁定したら、できるだけ早く安全に選手に通知する
 - (1) ドラフティング違反

- ・ホイッスルを鳴らし、ブルーカードを提示し、選手のレースナンバーを呼び、“ドラフティング違反、次のペナルティボックスで止まる必要があります”と宣言する。審判員は、選手がペナルティを認識したことを確認する必要があります。

(2) その他の違反

- ・スタートとスイム違反：選手はトランジション 1 において、あらゆる用具に触れる前にペナルティを受ける。審判員は選手のトランジションのスポットのそばで、ホイッスルを鳴らし、イエローカードを提示しタイムペナルティを宣言する。
- ・バイクでの違反：ホイッスルを鳴らし、イエローカードを提示し、選手のレースナンバーを呼び、“タイムペナルティ、次のペナルティボックスで止まりなさい”または、“タイムペナルティ、ランペナルティボックスで止まりなさい”と宣言する。審判員は、選手がペナルティを認識したことを確認する必要があります。(以下の表参照)
- ・トランジションやランでの違反：選手はホイッスル、イエローカード提示、選手のレースナンバーの通知および“タイムペナルティ、止まりなさい”の宣言または、ペナルティボックスにあるボードへのレースナンバー表示を見て違反に気付きます。このボードのチェックは選手の責任である。(以下の表参照)

3.4. 異なったカテゴリーのペナルティ適用

	エリートドラフティング	エリートドラフティング禁止 エリートパラトリアスロン	エイジグループ オープンパラトリアスロン
スタート	T1	T1	T1
スイム	T1	T1	T1
トランジション 1	ランペナルティボックス	ランペナルティボックス	T1 で警告
バイク	ランペナルティボックス	バイクペナルティボックス	バイクペナルティボックス
トランジション 2	ランペナルティボックス	ランペナルティボックス	T2 で警告
ラン	ランペナルティボックス	ランペナルティボックス	その場所で警告/タイムペナルティ

注：エリートとは、エリート、U23、ジュニアとユース選手を指します。ウインタートライアスロンでは、ランペナルティボックスはスキーペナルティボックスに置き換えられる。デュアスロンやアクアスロンでのランペナルティボックスはセカンドランペナルティボックスのことである。オープンパラトリアスロンは世界選手権のみ適用される。

3.5. タイムペナルティを与える手順

- 審判員がペナルティタイムペナルティをとるときは、ペナルティの理由を伝える必要はない。
- ブルーカードまたはイエローカードを提示されたら、選手は審判員の指示に従う。
- トランジション 1 におけるタイムペナルティ (この地点までの違反)
 - ペナルティを受けた選手がトランジションの自身の場所に到着したら、審判員はイエローカードを提示する。選手は自身のトランジションスペースで用具に触らないで、止まるように指示され、審判員はペナルティを開始する。もし選手が用具に触れたり、用具を動かしたりしたなら、審判員は用具に触れないように指示し、計測を中断する。選手が是正したならば計測は再開される。
 - ペナルティの時間が完了したら、審判員は“ゴー”と言い、選手はレースを再開できる。

d.) バイクペナルティボックスにおけるタイムペナルティ

- (1) バイクペナルティボックスではペナルティを受けた選手のレースナンバーは表示されない。選手は通知をペナルティの通知を受けた後、コース上の次のペナルティボックスでペナルティを受けたことを報告する責任がある。
- (2) ペナルティを受けた選手は、ペナルティボックスに入り、バイクから降り、審判員にレースナンバー、受けたペナルティの数および提示されたカードの種類を伝える。タイムペナルティは、以上の動作がすべて終了して開始し、審判員に“ゴー”と言われるとたら、タイムペナルティは終了し、選手はレースを再開できる。もし選手がボックスを離れたら、審判員は選手に戻るように告げ、計測を中断する。選手が戻ったら、計測は再開される。

e.) ランペナルティボックスにおけるタイムペナルティ

- (1) ペナルティを受けた選手のレースナンバーはペナルティボックスのボードに明確に表示される。
- (2) ペナルティを受けた選手は、ペナルティボックスに入り、審判員にレースナンバーおよび受けたペナルティの数を伝える。タイムペナルティは、以上の動作がすべて終了して開始し、審判員に“ゴー”と言われるとたら、タイムペナルティは終了し、選手はレースを再開できる。もし選手がボックスを離れたら、審判員は選手に戻るように告げ、計測を中断する。選手が戻ったら、計測は再開される。
- (3) ペナルティを受けた選手のレースナンバーはボードから削除される。
- (4) ペナルティを受けた選手はランのどの周回でも受けることができる。
- (5) リレーにおいて、ペナルティはまだ競技を終了していないチームの選手だれでも受けることができる。
- (6) ペナルティはランの前半を終了する前に掲示板に掲示されなければならない。それ以降、掲示されたものは無効です。

3.6.～3.10. (省略)

4.スイム

4.1. 総則

- a.) 選手は、水中で自身が推進するために任意の泳法を用いることができる。また選手は立ち泳ぎ又は浮かぶことができる。選手はスイム周回の開始時と周回の終わりに地面を蹴ることを許可する。
- b.) 選手は、所定のスイムコースに従わなければならない。
- c.) 選手は水底に立ったり、ブイや静止ボートなどの動かない物体をつかんだりして休息してもよい。
- d.) 緊急時は、選手は腕を頭の上に挙げ、助けを求めなければならない。一度救助されたら、競技に復帰することはできない。

4.2. ウェットスーツの使用

- a.) ウェットスーツの使用可否は次表に従うものとする。

エリート、U23、ジュニアとユース選手

スイムの距離	禁止	必須
1500m 以下	20℃以上	15.9℃以下
1501m 以上	22℃以上	15.9℃以下

エイジグループ

スイムの距離	禁止	必須
1500m 以下	22℃以上	15.9℃以下
1501m 以上	24.6℃以上	15.9℃以下

b.) 水中に留まる最長時間

スイムの距離	エリート、U23、ジュニアとユース	エイジグループ
300m 以下	10 分	20 分
301m 以上 750m(31℃未満)	20 分	30 分
301m 以上 750m(31℃以上)	20 分	20 分
751m 以上 1500m	30 分	1 時間 10 分
1501m 以上 3000m	1 時間 15 分	1 時間 40 分
3001m 以上 4000m	1 時間 45 分	2 時間 15 分

4.3. 距離修正

a.) スイム距離は次の表により短縮または中止とすることがある。

設定された スイムの 距離	水温						
	32℃ 以上	31℃ -31.9℃	15.0℃ -30.9℃	14.0℃ -14.9℃	13.0℃ -13.9℃	12.0℃ -12.9℃	12.0℃ 未満
750m	中止	750m	750m	750m	750m	750m	中止
1500m	中止	750m	1500m	1500m	1500m	750m	中止
3000m	中止	750m	3000m	3000m	1500m	750m	中止
4000m	中止	750m	4000m	3000m	1500m	750m	中止

記：上記の温度は、必ずしも最終決定に使用される水温そのものではない。水温が 22℃未満、気温が 15℃未満である場合は、次表に従って、実際の水温の修正を行う。

		気温(全て℃)										
		15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5
水温(全て℃)	22	18.5	18.0	17.5	17.0	16.5	16.0	15.5	15.0	14.5	14.0	中止
	21	18.0	17.5	17.0	16.5	16.0	15.5	15.0	14.5	14.0	13.5	中止
	20	17.5	17.0	16.5	16.0	15.5	15.0	14.5	14.0	13.5	13.0	中止
	19	17.0	16.5	16.0	15.5	15.0	14.5	14.0	13.5	13.0	12.5	中止
	18	16.5	16.0	15.5	15.0	14.5	14.0	13.5	13.0	12.5	12.0	中止
	17	16.0	15.5	15.0	14.5	14.0	13.5	13.0	12.5	12.0	中止	中止
	16	15.5	15.0	14.5	14.0	13.5	13.0	12.5	12.0	中止	中止	中止
	15	15.0	14.5	14.0	13.5	13.0	12.5	12.0	中止	中止	中止	中止
	14	14.5	14.0	13.5	13.0	12.5	12.0	中止	中止	中止	中止	中止
	13	14.0	13.5	13.0	12.5	12.0	中止	中止	中止	中止	中止	中止

- b.) 強風、大雨、温度変化、潮流など気象条件により、技術代表とメディカルデリゲートは、スイム距離やウェットスーツの使用可否を決定する。技術代表は、最終決定をスタート 1 時間前に行い、選手に明確に伝えなければならない。
- c.) アクアスロン（一般的にはラン-スイム-ラン）の場合、大会実行委員会は水温が 22℃より低いと思われる場所ではスイム-ランの計画にすべきだ。ラン-スイム-ランのアクアスロンを予定している大会で、大会当日の気温が 22℃を下回る場合、予定をスイム-ランに変更する。
- d.) 水温は大会のスタート 1 時間前に計測する。計測地点はスイムコースの中間点と他の 2 カ所で、水深は 60 cm とする。最も低い測定温度を公式水温とする。

4.4. スタート位置選択（エリート/U23/ジュニア/ユース選手）

- a.) 競技スタート前に、選手は、競技説明会後に再割り当てがない限り、そのスタート番号順に整列する。
- b.) 選手はポンツーンに入ったら、選択した番号に直接進み、スタート手順が始まるまで、プレスタートラインの後ろで待機する。選択した位置は、スタート位置選択過程の間に変えることはできない。選手は、複数のスタート位置を占めることはできない
- c.) スタートライン審判員は、各選手のレースナンバーと選択した場所を記録する。
- d.) すべての選手がスタート位置についたらスタート位置選択は終了する。

4.5. スタート手順（エリート/U23/ジュニア/ユース選手）

- a.) すべての選手が適切な位置についたことがスタートライン審判員によって確認され記録された後に、「オン・ユア・マークス！」の発声があり、選手はスタートラインに前進する。（ラインを踏まない）
- b.) この発声の後にスタート合図としてホーンが鳴らされ、選手は入水するまで第一ブイの方向へまっすぐに進み競技を開始する。
- c.) スタート手順を担当する審判員は以下の通り
 - (1) 2 名のスタート審判員が、選手の後ろのスタートエリア中間地点に、隣同士に立つ。
 - ・第一スタート審判員は『オン・ユア・マークス』という責任をもつ。
 - ・第二スタート審判員はスタートの合図をする責任をもつ。
 - (2) 2 名の不正スタート管理審判員は、スタートがはっきり見えるスタートエリアの両サイドに立つ。
 - ・エアホーンは不正スタート合図として使用する。（短く繰り返し鳴らす）
 - ・写真/ビデオカメラは不正スタートをしたことを証明するために使用する。
- d.) 不正スタート：不正スタート（スタート合図の前に数名の選手が前に動く）の場合、選手は自分が選択した位置に戻らなければならない。この場合、スタートライン審判員がコントロールし、スタート手順を再度行う
- e.) 不正スタートをした選手がいても有効スタートとみなされる場合：僅かな選手が不正スタートをした場合は、レースが続行可能で、不正スタート審判員が、スタートを有効であると決定できる。不正スタートをした選手は、第 1 トランジションでレースの距離に応じたタイムペナルティ（スプリントディスタンスで 10 秒、スタンダードディスタンスで 15 秒、ミドル及びロングディスタンスで 30 秒）を受ける。リレーでは、チームの最初の選手がタイムペナルティを受けなければならない
- f.) 同様の手順は、他のマルチスポーツ競技大会で、スイムからランに代わった場合のスタートでも適用される。

4.6. スタート手順（エイジグループ/パラトライアスロン選手）

- a.) 選手は割り当てられたスタートウェーブのプレ集合場所に集まる。
- b.) 選手はスタートエリアで召集され、審判員の指示にしたがってスタート位置につく。
- c.) 全ての選手がスタート位置についたら、『オン・ユア・マークス！』と言う。
- d.) 言った後に、スタートの合図としてホーンを鳴らす。選手は競技をスタートする。
- e.) 不正スタート：不正スタート（スタート合図の前に、数名の選手が前に動く）の場合、選手は自分が選択した位置に戻らなければならない。この場合、スタートライン審判員がコントロールし、スタート手順を再度行う
- f.) フライングした選手がいても有効スタートとみなされる場合：僅かな選手がフライングした場合は、レースが続行可能で、不正スタート審判員がスタートを有効であると決定できる。フライングした選手は、第 1 トランジションでレースの距離に応じたタイムペナルティを受ける
- g.) 同様の手順は、他のマルチスポーツ競技大会で、スイムがランに代わった場合のスタートでも適用される。
- h.) 自分の割り当てられたウェーブよりも早いウェーブで競技開始した選手は失格となる。
- i.) 自分の割り当てられたウェーブに遅れた選手はスタート審判員からスタート許可をもらう必要がある。但し、競技開始時刻は本来のウェーブの開始時刻とする。

4.7. スタート手順（ウェーブスタートシステム）

- a.) 選手は時間通にスタートラインに立つ責任がある。
- b.) ビデオカメラは全てのスタートを記録するために使用する。
- c.) スタート審判員は自分の時計をタイムキーパーの時計の時刻と合わせる。
- d.) スタート審判員は全ての選手に正しい時刻にスタートできる機会を与える。スタート違反の詳細を記録する補助審判員はスターターの近くに位置しなければならない。審議委員が選手のスタート遅延が不可抗力かどうか決定するために、選手の実際のスタート時刻は電動及び手動計時され記録される。
- e.) 選手は審判員の指示に基づき、スタートエリアに召集され、スタート位置をとる。
- f.) スタート時間 10 分前に、全ての選手はスタートエリアで準備しなければならない。
- g.) スタート時間 5 分前に、選手はスタートエリアで自身のポジションを選ぶように指示される。
- h.) スタート時間 1 分前に、選手は水中に入り、スタートラインに近づくように指示される。
- i.) 全ての選手がスタートポジションについたら、『スタート手順』が開始され、『オン・ユア・マークス！』と言う。
- j.) スタートの合図（ホーン音）はウェーブの正確なスタート時刻に鳴らす。
- k.) 『有効なスタート』において『早くスタートした』選手は、スタートラインに戻さない。
- l.) 早くスタートした選手はトランジション 1 でタイムペナルティを受ける。
- m.) 『スタート手順』の開始前にスタートしたり、自分の割り当てられたウェーブより先にスタートしたりした選手は失格となる。
- n.) 割り当てられたウェーブより後にスタートする選手は、スタート審判員にスタートするための承認を得なければならない。
- o.) 選手のスタート時刻は自分が割り当てられたウェーブのスタート時刻であり、その選手のスタート時刻の調整は認められない。

4.8. スタート手順（ローリングスタートシステム）

- a.) このスタート方式は、大人数が参加するロングディスタンス競技において適切である。ロングディスタンスでなくとも、ドラフティング禁止競技や選手が安全にスイムを開始できるための十分な空間がないスタート状況におい

てもこの方式を採用できる。

- b.) この方式はエイジグループにおいてのみ適用することができる。
- c.) 大人数のスタートを行う方式ではない。
- d.) スタート審判員はいつでもスタート手順を中断することができる。
- e.) スタート審判員はスタートの突発的事由に対応して、いかなる選手のスタート時刻も決定できる。
- f.) もし同じ選手のスタート時刻が複数記録された場合、最も早い時刻のものが有効となる。
- g.) 選手が割り当てられたウェーブよりも早いウェーブでスタートした選手は、失格となる。
- h.) 割り当てられたウェーブに遅れた選手は、スタート審判員に承認を得る必要がある。選手のスタート時間は、元々割り当てられた選手のスタート時刻となる。

4.9. 用具

a.) スイムキャップ

- (1) 全ての選手はスイム競技中、公式大会スイムキャップを着用しなければならない。
- (2) スイムキャップは ITU か大会実行委員会が提供する。
- (3) 選手が2つのキャップを着用することを選択した場合、選手が整列手順を開始した瞬間以降、公式キャップは外側に身に付けなければならない。
- (4) スイムキャップへのスポンサーロゴは、ITU/大会実行委員会が定めた以外は許可されない。
- (5) 選手はいかなる方法でもスイムキャップを変更できない。
- (6) 公式スイムキャップの無着用、または公式スイムキャップの変造は、失格を含むペナルティの対象となる。

b.) トライスーツ

- (1) 選手は、ウェットスーツ禁止のときは、承認されたトライスーツを着用しなければならない。選手が複数のトライスーツ着用を選択した場合、いずれも規定に準じていなければならない。また、外側のトライスーツは、ユニフォーム規則に準じていなければならない、競技中の全般にわたり脱ぐことはできない。（除くミドル及びロングディスタンス大会）
- (2) トライスーツには、いかなるネオプレーン(合成ゴム)の部分があってはならない。
- (3) ウェットスーツ使用禁止のときは、肩の下の腕の部分や膝下の脚部を衣服で覆うことを禁止する。（ITU 競技規則 2.8.c.)(iii)に例示されたケースを除く）
- (4) プリントロゴは許可されたスペースのみに配置できる。

c.) ウェットスーツ

- (1) ウェットスーツはいずれの部分も厚さ 5 mm を超えてはならない。ウェットスーツが2ピースの場合、重なる部分の厚さも 5 mm の制限を超えてはならない。
- (2) 選手にとって競技進行に有利となるか、あるいは他の選手に危険を及ぼす推進器具の使用は禁止する。
- (3) 最も外側の部分のウェットスーツは、スイム競技中、しっかりと選手の身体にフィットしなければならない。
- (4) ウェットスーツは、顔、手、足(足首より先)を除き、身体のどの部分をもカバーできる。
- (5) ジッパーの長さに制限はない。

d.) 禁止用具

- (1) 選手は以下の使用や着用はできない。
 - ・人工推進用具
 - ・浮遊用具
 - ・手袋や靴下
 - ・禁止時にウェットスーツの着用や、ウェットスーツの一部を利用すること。
 - ・承認されていないスイムスーツ
 - ・スノーケル
 - ・レースナンバー(ウェットスーツ禁止スイムの場合)
 - ・保護のための耳栓を除く、ヘッドホン、ヘッドセット、イヤホン
- (2) 他の選手や自身を傷つけると思われる宝石。(選手はそれらのアイテムを取り外す様要求される場合がある。)

5. バイク

5.1. 総則

- a.) 以下の行為を禁止する
 - (1) 他の選手をブロックする
 - (2) 上半身裸でバイクに乗る
 - (3) バイクなしで前に進む
 - (4) バイクチェックイン時と異なるバイクを競技で使用する
- b.) 危険行為
 - (1) 選手は審判が別の指示をしない限り、大会開催当地の交通規則に従わなければならない。
 - (2) 安全上の理由のために、競技コースを離れる選手は、アドバンテージを得ることなく、競技コースに戻らなければならない。これにより、もしアドバンテージがあった場合は、エイジグループ選手では、トランジションエリアでタイムペナルティを受け、その他の区分の選手は、ランペナルティボックスで同ペナルティを受ける。

5.2. 用具

- a.) 原則として、該当年の1月1日時点の UCI 規則を、競技中、試走セッション、公式トレーニング中に適用する。
 - (1) UCI ロードレース規則を、トライアスロンやデュアスロンのドラフティング許可レースで適用する。
 - (2) UCI タイムトライアル競技規則を、トライアスロンやデュアスロンのドラフティング禁止レースで適用する。
 - (3) UCI マウンテンバイク競技規則を、ウインタートライアスロン、クロストライアスロン、クロスデュアスロンで適用する。
- b.) 自転車は同径の 2 つの車輪を持つ人力で動く車両である。前輪はハンドル操作が可能であり、後輪はペダルとチェーンで構成されたシステムによって稼働するものである。自転車はバイクと表現し、次の特性を備えていなければならない。
- c.) エリート、U23、ジュニアとユースの場合、
 - (1) フレーム
 - ・バイクのフレームは、メイン三角形を中心とする伝統的なパターンでなければならない。これは直管

またはテーパー付きチューブ（断面形状が円、楕円、偏平、涙滴形状等）を構成材として構成され；各構成材の中心線は、常に直線でなければならない。フレームの構成材は、次の形態に適合した接合部をもって配置されなければならない：トップチューブはヘッドチューブの上端とシートチューブの上端を接続する；シートチューブ（これからシート・ポストが延長する）はボトム・ブラケット・シェルに接続する；ダウンチューブはボトム・ブラケット・シェルとヘッドチューブの下端に接続する。後ろ三角は、チェーン・ステイ、シート・ステイおよびシートチューブにより構成され、シート・ステイはトップチューブの傾斜に許されている範囲内で、シートチューブに固定しなければならない。各チューブの最大径は 8cm、最小径は 2.5cm。チェーン・ステイとシート・ステイにおいては、最小幅を 1cm とする。フロント・フォークについても 1cm とし；フロント・フォークは直線状または曲線状とする。

- ・バイクは全長 185cm 以内、幅 50cm 以内でなければならない。
- ・チェーンホイール軸の中心は地面から 24cm から 30cm の範囲とする。
- ・チェーンホイール軸を通る垂直線と前輪軸の中心を通る垂直線の間は、54cm 以上 65cm 以内でなければならない。
- ・フェアリングは禁止。空気抵抗を低減したり、空気抵抗を低減する効果を持っていたり、あるいは人工的に加速させたりすることを目的とした、保護スクリーンや胴体状のフェアリング、あるいは同様の機能を持ついかなる部品もバイク本体に組み込んで서는ならない。
- ・UCI 承認ラベル（コード RD）が付いたバイクは、ITU 競技規則 5.2 c) (1) で示した項目に反していても、ITU ドラフティング許可レースでは常に許可する。
- ・UCI タイムトライアル承認ラベル(コード TT)が付いたバイクは、上記基準に適合しない場合は、禁止する。

(2) サドルポジション

- ・この競技規則は U23 とエリート大会にのみ適用する。
- ・サドルの最前面のポイントに触れる垂直線は、チェーンホイール軸の中心を通る垂直線の後方、男性は 5cm 以上、女性は 2cm 以上とし、選手は競技中にこれらのラインを超えてサドルを調整してはならない。
- ・大腿骨から脛骨の理想的な割合はおおよそ 56%から 44%になる。選手の大腿骨と脛骨の割合が 50 対 50 に近い場合は、例外が考えられる。
- ・この競技規則の例外的要請はレースの 30 日前に選手の国内競技団体によって、以下に構成される委員に行う。
 - ITU 技術委員会に指名された 1 人
 - ITU コーチ委員会に指名された 1 人
 - ITU メディカル・アンチドーピング委員会に指名された 1 人



(3) 非伝統的または通常でないバイク

- ・ 非伝統的、通常ではないバイクは大会の少なくとも 30 日前に ITU 技術委員会に提出された詳細が無ければ禁止とする。
- ・ 規定されている全ての ITU 競技規則の基準に合致し、画像を含む機材の全詳細を ITU 技術委員会に提供しなければならぬ。その手順は ITU 競技規則の附則 P に示されている。
- ・ 過去に提出された全用具のカタログは、承認、非承認の結果をウェブサイトで確認することができる。承認申請希望の選手は ITU ウェブサイトから申請用紙を入手できる。

(4) ロゴとレースナンバースティッカー

- ・ バイク関連製品のロゴのみが選手のバイクに付けられる。
- ・ ロゴはバイクフレームのレースナンバーを隠したり邪魔したりして配置してはならない。
- ・ ITU または大会実行委員会が提供するバイクレースナンバーシールは、変造することなく、指示に従ってバイクに付けなければならない。

d.) ドラフティング禁止レースとエイジグループのドラフティング許可レースの場合

(1) フレーム

- ・ バイクは全長 185cm 以内、幅 50cm とする。
- ・ 地面とチェーンホイール軸の中心が、24cm 以上、30cm 以内とする。
- ・ チェーンホイール軸を通る垂直線と前輪軸の中心を通る縦線の間は、54cm 以上 65cm 以内とする。
- ・ バイクのフレームは伝統的形態、すなわち直管またはテーパ付チューブ(断面形状が円、楕円、扁平、涙滴形状等)を構成材として構成されていなければならない。ダウンチューブの無いダイヤモンド形状、またはトップチューブとダウンチューブの先端部分で接続されていない後三角で構成されたバイクは、容認される。
- ・ UCI 承認ラベル (コード TT) が付いたバイクは、この ITU 競技規則 5.2 d) (1) で示した項

目に反していても、ITU ドラフティング禁止レースでは常に許可される。

(2) サドルポジション

- ・サドルの最前面のポイントに触れる垂直線は、チェーンホイール軸の中心を通る垂直線の前方に 5cm を超えず、後には 15cm 以内とする。選手は競技中、これらのラインを超えてサドルを調整してはならない。



(3) 非伝統的または通常ではないバイク

- ・非伝統的で通常ではないバイクはまた機材は、少なくともレース 30 日前までに、承認のために ITU 技術委員会に詳細を提出しない限り、禁止とする。ITU 競技規則の他の全ての基準が満たされ、画像を含む機材の全詳細を ITU 技術委員会に提供しなければならない。その手順は ITU 競技規則附則 P を参照。過去に提出された全用具のカatalogは、承認、非承認の結果をウェブサイトを確認することができる。承認申請希望の選手は ITU ウェブサイトからフォームを入手できる。

(4) ロゴとレースナンバースティッカー

- ・バイク関連製品のロゴのみが選手のバイクに付けられる。
- ・ロゴはバイクフレームのレースナンバーを隠したり邪魔したりして配置してはならない
- ・ITU または実行委員会が提供するバイクレースナンバーシールは、変造することなく、指示に従ってバイクに付けなければならない。

e.) ホイール

- (1) ホイールは加速するメカニズムが付いていてはいけない。
- (2) チューブラータイヤはしっかりと接着され、クイックレバーで固定され、ホイールは正しく装着されていなければならない。
- (3) それぞれのホイールにはブレーキが付いてなければならない。
- (4) ホイールは設置されている公式のホイールステーションでのみ交換することができる。

- (5) ホイールステーション担当の審判員は選手に適切なホイールを提供する。選手はホイールを交換する責任がある。他の選手やチームのホイールは使用することができない。
- (6) エリート、U23、ジュニアやユースのドラフティング許可の大会では、UCI が承認した非伝統的ホイールリストに含まれるホイールを使用することを許可する。(2 つのリストが提供されている。1 つは 2016 年 1 月 1 日以前に承認されたリスト、もう 1 つのリストは 2016 年 1 月以降に承認されたリスト)。このリストにないホイールは以下の基準を満たさなければならない。
- ・タイヤ部分を含めて、最大直径 70cm、最小直径 55cm。
 - ・両方のホイールが同じ直径
 - ・ホイールは少なくとも 20 本のスポークがあること。
 - ・スポーク径は前後とも、最大 25mm まで。
 - ・リムは合金でなければならない
 - ・全ての部品は識別でき、商業的に入手できるものでなければならない。
- (7) エイジグループのドラフティング許可レースでは、ホイールは以下の特性がなければならない。
- ・ホイールは少なくとも 12 本のスポークがあること
 - ・ディスクホイールは許可されない。
- (8) ドラフティング禁止大会では、後輪のカバーが許可されるが、この規定は強風などの安全面から技術代表が変更する場合がある。

f.) ハンドルバー

- (1) エリート、U23、ジュニアやユースのドラフティング許可レースでは、以下のハンドルバー規則を適用する。
- ・伝統的なドロップハンドルだけを許可する。ハンドルバーは先端を塞がなければならない。
 - ・クリップオンハンドルバーは、ブレーキレバーの最前部を超えてはならない。
 - ・クリップオンの前方の両先端は、市販の硬質ブリッジでつながれているか、双方が接触していなければならない。
 - ・ブレーキレバーまたはギアレバーは、クリップオンハンドルバーに取り付けてはいけない。クリップオンハンドルの最高部と最低部の差は 10cm を超えてはならない。
 - ・ウォーターボトルとそのホルダーはハンドルまたはクリップオンハンドルバーに取り付けてはいけない。
- (2) エイジグループのドラフティング許可大会では、以下のハンドルバー規則を適用する。
- ・伝統的なドロップハンドルバーのみが許可される。ハンドルバーの先端は塞がなければならない。
 - ・クリップオンは許可されない



(3) ドラフティング禁止レースでは以下のハンドルバー規則が適用される。

- ・ 前輪の最先端を超えないハンドルバーとクリップオンバーを許可する。2 つに分かれたクリップオンバーをつなぐ必要はない。全てのハンドルの先端は塞がなければならない。

g.) ヘルメット

- (1) ヘルメットは ITU に加盟する国内競技団体が認めた認定試験機関が承認したものでなければならない。
- (2) レース中、コース試走、トレーニングなどの公式の場では、選手がバイクに乗る際はヘルメットを着用しなければならない。
- (3) 顎ストラップなどの変造や外側の布カバーなどのヘルメットの一部を取り外すことを禁止する。
- (4) ヘルメットは、バイクを保持しているときは、常にストラップをしっかりと締め、ちゃんとフィットさせなければならない。バイクを保持しているとは、バイクスタート時にラックから取り外すときから、バイクフニッシュ時にラックに掛けるまでである。
- (5) 何らかの理由でコースを外れ、バイクを移動した場合、選手はバイクコースルートの境界線の外側まで出て、降車するまでストラップを外すことはできない。さらに、バイクコースに戻る前、または乗車する前に、ヘルメットを頭にかぶり、ストラップをしっかりと締めなければならない。
- (6) ヘルメットは ITU ユニフォーム規則に従わなければならない。

h.) プラットフォームペダル

- (1) プラットフォームペダルは、クイックリリースメカニズムが転倒の際に足が外れることを前提に許可する。

i.) ディスクブレーキ

- (1) ディスクブレーキは以下の ITU イベントで許可される。
 - ・ 全てのドラフティング禁止トライアスロンとデュアスロン大会

- ・ クロストライアスロンとクロスデュアスロン
- ・ ウィンタートライアスロン

j.) 禁止用具

(1) 禁止用具はこれらに限定されないが、以下を含んでいる。

- ・ ヘッドホン、ヘッドセットやイヤホン
- ・ ガラス容器
- ・ 競技規則に準拠していないバイクやその部品
- ・ ITU ユニフォーム競技規則に準拠しないユニフォーム

k.) バイク競技中に搭載される用具やバイクに付け加えられた器具は、レース前に審判長の承認を受け、安全に装着され他の選手に危険を与えず、不正なアドバンテージを得ないものでなければならない。

l.) カメラやビデオカメラは、審判長の承認を必要とすることに加えて、全ての画像や映像は、ITU がコピーする。これらの商業的目的の使用は、ITU 理事会の承認を受ける必要がある。

5.3. バイクチェック

a.) バイクチェックには ITU 競技規則 5.2 章にリストされている全ての項目が含まれる。

b.) 目視でのバイクチェックは競技前にトランジションに入る時に行われる。審判員は ITU ルールに準拠しているかをチェックする。

c.) 選手はバイクが競技規則に適しているかを競技説明会の後に審判長から承認を受ける申し出をしても良い。

d.) 一人の選手は 1 台のバイクのチェックを受けることができる。

e.) 全ての選手はトランジションクローズ前に自分のバイクラックにバイクを掛けなければならない。もしクローズ前までにバイクを掛けることができない場合、審判長に知らせなければならない。

5.4. オーバーラッピング

a.) バイクでラップされたエリート、U23、ジュニア、ユース選手は、審判員によってレースから除外される。その選手が先頭の前方 100m を切り、追い抜きが起こるであろうと審判員が判断した場合、審判員は安全上の理由で決定を(ラップされる前に)早めることができる。この規定は、ITU 競技規則 1.5 章で説明された手順により、審判員によって変更することができる。

5.5. ドラフティング

a.) 一般的ガイドライン

(1) ドラフティングの許認可により 2 種類のレースがある。

- ・ ドラフティング許可レース
- ・ ドラフティング禁止レース

(2) この表によりドラフティング許可または禁止が示される。

	ジュニア、ユース	U23	エリート	エイジグループ	パトリアスロン (エリートとオープン)
トライアスロン					
チームリレー	許可	許可	許可		
スプリント	許可	許可	許可	許可または禁止	禁止
スタンダード		許可	許可	禁止	禁止
ミドルとロング			許可	禁止	禁止
デュアスロン					
チームリレー	許可	許可	許可		
スプリント	許可	許可	許可	許可または禁止	禁止
スタンダード		許可	許可	禁止	禁止
ミドルとロング			禁止	禁止	禁止
アクアスロン					
ウインタートライアスロン	許可				
クロストライアスロンとデュアスロン	許可				
アクアバイク				禁止	

b.) ドラフティング許可レース

- (1) 性別の違う選手へのドラフティングは禁止する。
- (2) オートバイや車へのドラフティング行為は禁止する。

c.) ドラフティング禁止レース

- (1) 他の選手や自動車両へのドラフティングを禁止する。選手は他の選手のドラフティング行為の拒否を試みなければならない。
- (2) 選手は他の選手に接触することなく、任意のポジションに最初に入ったことを前提に、コース上の任意のポジションを確保したとみなす。ポジションを確保した選手は、他の選手のために、接触することなく正常に動けるスペースを与えなければならない。追い越す前に、十分なスペースを確保しなければならない。
- (3) 接近によりドラフティングのアドバンテージを得ることになる選手は、ドラフティングを回避する責任がある。
- (4) ドラフティングを行うとは、バイクや自動車両のドラフトゾーンに入ることである。
 - ・ミドルおよびロングディスタンスのドラフトゾーン：バイクのドラフトゾーンは、前輪の先端から測定して縦 12m である。選手は他の選手のドラフトゾーンに入ってもよいが、そのゾーン内を進行しているように見えなければならない。他の選手のゾーンを追い抜くために、最大 25 秒を許可する。
 - ・スタンダード又はこれより短い距離の大会：バイクのドラフトゾーンは、前輪の先端から測定して縦 10m である。選手は、他の選手のドラフトゾーンに入ってもよいが、そのゾーン内を進行しているように見えなければならない。他の選手のゾーンを追い抜くために、最大 20 秒を許可する。
 - ・オートバイドラフトゾーン：オートバイの後ろ 12m をドラフトゾーンとする。これはドラフト許可レースにも適応される。
 - ・車両ドラフトゾーン：車両の後ろ 35m をドラフトゾーンとし、バイク競技中の全ての車両に適応される。これはドラフト許可レースにも適応される。
- (5) バイクドラフトゾーンへの進入：選手は、バイクドラフトゾーンに次の状態で入ることができる。
 - ・選手がドラフトゾーンに入り、20 秒以内に 追い越すための動きがみられる。
 - ・安全上の理由

- ・ エイドステーションやトランジションエリア前後の 100m
- ・ 急なターン地点
- ・ 技術代表が、狭い地点、工事中地点、う回路、または他の安全上の理由からドラフティング禁止を除外した場合

(6) 追い越し

- ・ 選手は別の選手の前輪が先に出たときに追い抜かれたと見なされる。
- ・ 追い越された選手は、前の選手のドラフトゾーンの外に 5 秒以内に出なければならない。
- ・ 選手は、コースの端を走行し続け、ブロッキング状態をつくってはいけない。ブロッキングとは、後続の選手が、前を行く選手の走行位置が不適切で、追い抜けない状態である。
- ・ 技術代表は競技説明会で、バイク乗車後にどちら側から他の選手を追い抜くべきかを指示する。

(7) 左側通行の道路規制が適用される大会については、以下の図を参照。

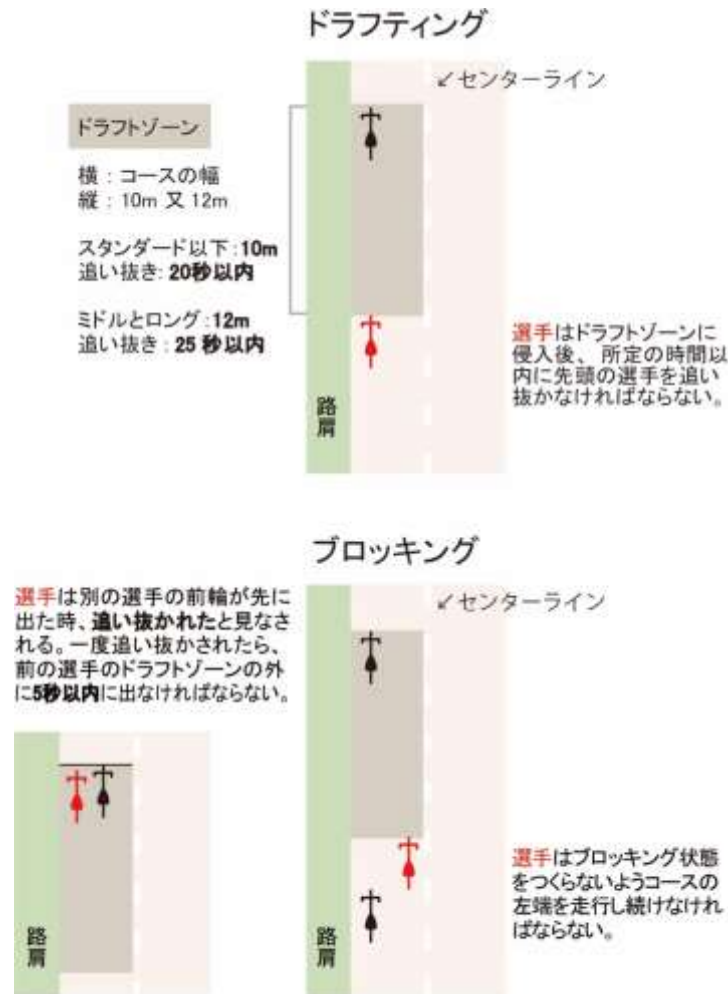


5.6. ドラフティングの罰則

- ドラフティング禁止と宣言されるレースでは、ドラフティングを禁止する。
- 審判員はタイムペナルティの罰則対象となるドラフティングを行った選手に通知する。この通知は、はっきりと明確でなければならない。
- 罰則を受けた選手は、次のペナルティボックスで停止し、レース距離に応じて科せられる特定の時間、そこに留まらなければならない。その時間はスプリントディスタンスで 1 分、スタンダードディスタンス 2 分、ミドルとロングディスタンス 5 分間。
- 次のペナルティボックスで停止するのは選手の責任である。履行できなかった場合は失格とする。
- 二回目のドラフティング違反は、スタンダードディスタンスまたはこれより短い距離では、失格とする。
- 三回目のドラフティング違反は、ミドルとロングディスタンスでは失格とする。

5.7. ブロッキング

- 選手はブロッキング状態をつくらないう、コースの端を走行し続けなければならない。ブロッキングとは、後続の選手が前を行く選手の走行位置が不適切で、追い抜けない状態である。ブロッキングしていることが審判員に確認された選手は次のバイクペナルティボックスでストップアンドゴーのペナルティを受ける。



6. ラン

6.1. 総則

a.) 選手は次の規則に従う

- (1) 走るまたは歩く
- (2) エイジグループでは、レースナンバーを着用しなければいけない。エイジグループ以外は、レースナンバーの着用義務は技術代表が決定し、選手は競技説明会で説明を受ける
- (3) 這って前進してはいけない
- (4) 上半身裸で走ってはいけない
- (5) ヘルメットを着用して走ってはいけない
- (6) 支柱、木やその他の物体を利用してカーブを回ってはいけない
- (7) チームメンバー、チームマネージャーおよび他のペースメーカーと一緒にコースを走ってはいけない
- (8) エリート、U23、ジュニア、ユースおよびパラトライアスリートに限り、周回の早い選手と一緒に走ってはいけない

6.2. フィニッシュの定義

a.) 胴体のいずれかがフィニッシュラインに達した時、選手のフィニッシュと定義する。

6.3. 安全基準

- a.) コースでの競技継続の責任は選手にある。審判員またはメディカルオフィシャルが選手自身または他選手に対し危険と判断した場合、選手は競技を中止させられる。
- b.) 選手以外と一緒にフィニッシュしてはいけない。

6.4. 禁止用具

- a.) 耳の中に入れるまたは耳を覆うヘッドフォン、ヘッドセットまたはイヤホン
- b.) ガラスの容器
- c.) ITU ユニフォーム競技規則に適合しないユニフォーム

7. トランジション

7.1. 総則

- a.) 選手は、バイクスタート時にバイクをラックから外す前から、バイク競技終了時にバイクをラックに掛けるまで、着用したヘルメットのストラップをしっかりと締めた状態でなければならない。
- b.) 選手は、バイクラックの指定された場所にバイクを掛けなければならない。
 - (1) 伝統的バイクラックでは、バイクは次のように掛けなければならない。
 - 第 1 トランジション：サドルの前方が水平方向のラックバーに直角に掛かった状態で、前輪がトランジション通路の中央に向かうように置く。ただし審判は必要に応じて例外を適用することができる。
 - 第 2 トランジション：バイクはどちら向きに掛けても良いが、ハンドルバーの両側、両方のブレーキレバー、またはサドルは、ラック番号またはネームプレートの 0.5m 以内の場所に置かれなければならない。バイクを他の選手の進路を塞いだり、妨げたりするように置いてはならない。
 - (2) 独立型のバイクラックでは、第 1 トランジションでは、バイクは後輪をバイクラックにセットし、第 2 トランジションでは前輪又は後輪のどちらかをバイクラックにセットする。
- c.) 選手は、用具入れとその周辺 0.5m 以内に、これから競技に使用する競技用具を置かなければならない。用具入れが提供されていない場合、レースナンバーまたは名前プレートから 0.5m 以内に競技用具を置くようにする。用具入れが用意されている場合、用具入れはバイクラックのレースナンバーまたは名前プレートから 0.5m 以内に設置する。すでに使用された競技用具は、用具入れに収納しなければならない。競技用具の一部が用具入れに入っているときは、収納されているものとみなす。トランジションエリアには、競技中に使用する用具だけを置くことができる。他のすべての持ち物と用具は、レース開始前にトランジションエリアから撤去しなくてはならない。
- d.) 選手がデュアスロン競技の第 2 ランにおいて第 1 ランと同じ靴を使用したい場合、トランジションエリアの用具入れに入れる必要はない。競技中は 1 組のラン用靴のみを用具入れの外に置いておくこと。ラン用靴は選手用具入れ(レースナンバー/名前プレート)の 0.5m 以内に置かなければならない。
- e.) バイクシューズ、メガネ、ヘルメットおよびその他のバイク用具をラックに掛けたバイク上に置くことができる。
- f.) 選手はトランジションエリア内で他の選手の進行を妨げてはならない。
- g.) 選手は、トランジションエリア内の他選手の用具に接触してはいけない。
- h.) トランジションエリア内ではバイク乗車は禁止である。ただし、バイク中(トランジション内を通過するコース設定の場合)を除く。選手のバイクが乗車ラインを越えた後に、片足が乗車ラインを越えて完全に地面についてか

ら乗車しなければならない。また選手のバイクが降車ラインの手前において、選手は片足が降車ラインの手前の地面に完全についてから降車しなければならない。トランジションエリア内（乗車ラインの前と降車ラインの後）にいるときは、バイクは手だけで押し進めなければならない。選手が乗車又は降車の際に靴やその他の用具を落とした場合、審判員が回収し、ペナルティの対象とはしない。乗車ラインと降車ラインは、トランジションエリアの一部である。

- i.) トランジションエリア内で裸になることや不適切な露出をすることを禁止する。
- j.) 選手は、トランジションエリアの通路に立ち止まることはできない。
- k.) トランジションエリアで、自分のバイク等の位置などに目印をつけることを禁止する。目印の目的で使われる表示、タオルなどのすべてのものは、選手への通告なく撤去する。
- l.) 選手が最初の競技（スイムや第一ラン等）を終了するまでは、トランジションエリアに置いたヘルメットのストラップは締めてはいけない。
- m.) トランジションの競技用具を主催者が運搬する運営が設定されている大会では、全ての用具は大会実行委員会が提供しているバッグの中に預ける。ただしバイクシューズはペダルに固定したままでもよい。

（ITU特定競技実施ルール）

14. インドアトライアスロン

14.1. 定義

- a.) インドア・トライアスロンは、スイミングプール、サイクリングコース、ランニングトラックがあるスポーツパビリオンなどの室内空間で行われるトライアスロンで構成される。

14.2. スイム

- a.) 2.5メートル幅のレーンごとに選手2名が許可される。

14.3. トランジションエリア

- a.) スイムの後に10秒間の"ニュートライズド"タイムをすべての選手に義務づける。この時間の目的は、余分な水分を選手から拭くことである。トラックが濡れると非常に滑りやすく、全ての選手にとって危険である。これ従わないと、失格となる。

14.4. バイク

- a.) 周回遅れの選手は、レースから除外されない。
- b.) 選手は、周回の異なる他の選手をドラフティングすることができる。

15. ミドルとロング大会

15.1. 外部からの支援

- a.) 大会実行委員会設置のエイドステーションまたはコーチステーション以外において医療補助や補給食・水分の提供を行ってはならない。

15.2. メディカルガイドライン

- a.) 大会メディカルディレクターはITU MD（メディカルデリゲート）と連携して、熱中症に係るガイドラインや医療

搬送計画を含む具体的な医療ガイドラインを策定する。

15.3. 距離

- a.) レースコースは、タフでかつテクニカルでなければならない。バイクコースの距離は 5%以内の誤差であれば技術代表の判断で認められる。

15.4. 罰則

- a.) ドラフティング違反には 5 分間のペナルティが課せられ、これは直近のペナルティボックスで受けなければならない。また、一人の選手が 3 回ドラフティング違反をとられた場合、この選手は失格となる。

15.5. コーチステーション

- a.) バイク競技とラン競技においてコーチが補給食や飲料を選手に提供するために、指定されたコーチステーションを使うことができる。

15.6. トランジションエリア

- a.) トランジションエリアにおいて、審判員や大会実行委員会のスタッフは、選手からバイクを受取る、並べる、用具の手渡しするなどについて、選手を支援することができる。この支援は、すべての選手に平等でなければならない。
- b.) 選手は、トランジションエリアで、自分のユニフォームを着替えることができる。もし選手が、それを行うために裸になる場合は大会実行委員会が用意したテントの中で行わなければならない。選手が着用するすべてのユニフォームは、ITU 競技規則に準じていなければならない。

15.7. ユニフォーム

- a.) 前面ジッパーを使用しても良い。
- b.) ジッパーを競技中は胸骨の下端まで下げても良い。ランがラスト 200mになったら、ジッパーを上まで上げなければならない。

16. チームリレー

16.1. チームリレーの種目

- a.) ITU は次表に示すチーム競技を主催する。

	競技種目
トライアスロン	同性 3 名 / 混合 4 名
トライアスロン LD	3 種目のベストタイムの合計
デュアスロン	同性 3 名 / 混合 4 名
デュアスロン LD	3 種目のベストタイムの合計
ウインター	同性 3 名 / 混合 4 名
クロストライアスロン	同性 3 名 / 混合 4 名
クロスデュアスロン	同性 3 名 / 混合 4 名
コーポレートトライアスロン	3 種目を 3 名でリレー

16.2. 大陸別選手権と JTU 主催大会

- a.) 大陸別トライアスロン団体と JTU の主催する選手権にこれらのチーム競技を含めなければならない。

16.3. 定義

- a.) 混合リレー：（トライアスロン／クロストライアスロン／デュアスロン／クロスデュアスロン／ウインタートライアスロンのいずれか）チームは、男子 2 名 女子 2 名 計 4 名で構成し、女子、男子、女子、男子の順にリレーする。それぞれが、3 種目を全て競技する。チームの記録は、最初の選手のスタートから 4 番目の選手のフィニッシュまでとする。記録は連続しており、選手間で計時を停止しない。
- b.) 3 人リレー：（トライアスロン／クロストライアスロン／デュアスロン／クロスデュアスロン／ウインタートライアスロンのいずれか）チームは同性の選手 3 名で構成する。それぞれが、3 種目を全て競技する。チームの記録は、最初の選手のスタートから 3 番目の選手のフィニッシュまでとする。記録は連続しており、選手間で計時を停止しない。
- c.) コーポレート：チームは、男女を問わず選手 3 名で構成する。最初の選手がスイム競技、2 番目の選手がバイク競技、3 番目の選手がラン競技を担当する。チームの記録は、最初の選手のスタートから、3 番目の選手のフィニッシュまでとする。記録は連続しており、選手間で計時を停止しない。
- d.) 個人記録によるチーム競技：チームの記録は、同じチームで同一性の上位 3 選手の記録を足したものとする。同タイムとなった場合は、3 番目のタイムで決定する。

16.4. 結果

- a.) JTU（各国競技団体）から複数のチームをエントリーできる。ただし、記録として残り、表彰（メダル）と賞金の対象となるのは、その中で最も成績の良い 1 チームだけとなる。

16.5. 出場資格

- a.) 出場資格は、標準的なものとする。最年少資格は 15 歳とする。
- b.) ITU に所属して競技を行う選手は、いかなるチームにも属する資格がない。

16.6. ユニフォーム

- a.) ITU ユニフォーム競技規則を適用する。すべての JTU チームメンバーは同じ JTU のユニフォームを着用しなければならない。

16.7. チームリレー競技説明会

- a.) チームリレー競技説明会：コーチ説明会を大会前日に行う。

16.8. チーム編成

- a.) チームリレー競技説明会において、コーチがチーム編成を申告する。チームリレー競技説明会の終了後、全チームのチーム編成を公表する。
- b.) チーム編成を変更する場合は、競技開始 2 時間前までにコーチが技術代表に申し出なければならない。それを過ぎるとチームリレー競技説明会で申告したチーム編成で確定する。

16.9. レース当日チェックイン

- a.) 全てのチームメンバーが同時にチェックインしなければならない。
- b.) 同一のバイクを複数のチームメンバーで使用してもよい。

16.10. リレーの引継ぎ

- a.) リレーの引継ぎは、15 メートルの長さのリレーゾーンで行わなければならない。
- b.) リレーの引継ぎは、リレーゾーンに入って来た選手が、次走者の身体に手で触れることで行う。
- c.) もし、リレーの引継ぎが故意ではなくリレーゾーンの外で行われた場合、そのチームは 10 秒のペナルティをペナルティボックスで科せられる。もし、リレーの引継ぎが故意にリレーゾーンの外で行われた場合、そのチームは失格となる。
- d.) リレーの引継ぎが行われなければ、チームは失格となる。
- e.) リレーの引継ぎ前は、審判員がリレーゾーンに入る指示を出すまで、選手はプレリレーエリアで待機しなければならない。

16.11. ペナルティボックス

- a.) 公式スタートの前にスタートしてしまう違反とトランジションエリアにヘルメットのストラップを締めたままの状態で置く違反は、この競技規則に反した選手自身がペナルティを受けなければならない。
- b.) 他のタイムペナルティは、競技中のどのチームメンバーが受けてもよい。タイムペナルティは全てペナルティボックスでの 10 秒間とする。

16.12. フィニッシュ

- a.) 最終走者だけが、フィニッシュラインを通過することができる。

17. パラトライアスロン

17.1. 総則:

- a.) パラトライアスロンは、ITU 憲章に定めるとおり、ITU 競技規則に則って運営する。本章 はパラトライアスロンにだけに適用される競技規則を記載する。

17.2. パラトライアスロン競技クラス

- a.) ITU パラトライアスロン競技では、パラトライアスロン競技の遂行上、選手の活動が制限される程度に応じて機能的障がいグループ化する科学的根拠に基づいたクラシフィケーションシステムを施行する。
- b.) 6つの競技クラスはITU競技規則の附則Gに定義されている。
- (1) PTHC：車いす利用者。選手はバイクコースではリカンベントタイプのハンドサイクルを、ランパートでは競技用車いすの利用が義務付けられる。2つのサブクラスを設ける。H1(障がい重い)とH2(障害が軽い)。
 - (2) PTS2：歩行(かなり重度)の障がいのある選手。バイクパートおよびランパートでは、肢切断選手に対して承認済みの義肢やその他の装具の使用を許可する。
 - (3) PTS3:重度の障がいのある選手。バイクパートおよびランパートでは、選手に対して承認済みの義肢やその他の装具の使用を許可する。
 - (4) PTS4:中度の障がいのある選手。バイクパートおよびランパートでは、選手に対して承認済みの義肢やその他の装具の使用を許可する。
 - (5) PTS5：軽度の障がいのある選手。バイクパートおよびランパートでは、承認済みの義肢やその他の装具の使用を許可する。
 - (6) PTVI：完全あるいは部分的な視覚障がい(IBSA/IPCのB1、B2、B3クラス相当)。どちらの目も、ともに光の知覚がまったくできない選手から、光をある程度知覚できたり(B1)、部分的に見ることができる(B2とB3)選手を含む。ガイド1名がレース全体を通じて伴走しなければならない。バイクパートではタンデムバイクを使用しなければならない。

17.3. クラス分け

- a.) パラトライアスロンクラス分け競技規則はITU競技規則の附則Gで見ることができる。
- b.) ITU 主催大会で競技に参加する全てのパラトライアスリートは、国際パラトライアスロンクラス分けを受け、競技参加に関する最低限の資格基準を満たすという確認と、適切な競技クラスへの分類を受けなければならない。クラス分けを受けようとするパラトライアスリートに対して下記を求めることとする。
- (1) 競技に先立ち、ITUが指定したクラス分け委員による国際クラス分けに出席できること。
 - (2) クラス分けの際、適切な医療従事者の署名とパスポートサイズの写真、関係する医学的な書類が添付された「ITU PI Medical Diagnostics Form」が「ITU VI Medical Diagnostics Form」を提出すること。
- c.) ITU 主催大会に参加するパラトライアスリートのクラス分けが実施できない場合、国内競技団体より、遅くとも競技の6週間前までに自身の医学的な書類をITUに送付するように通知する。それによって仮クラス分けがその選手に対して行う。
- d.) 選手の競技クラスが変更となる場合、過去のリザルトの補正を求められることがある。ITUは事案毎に判断する前提で各々の依頼を調査し、該当する大会のリザルトを変更する必要があるかどうかを決定する。

17.4. 競技クラス毎の参加資格とレースフォーマット

- a.) すべてのパラトライアスリートはトライアスロン、デュアスロンそしてアクアスロン大会で競技することが許される。PTS2、PTS3、PTS4そしてPTS5競技クラスのパラトライアスリートに限っては、ウインタートライアスロン、クロストライアスロンそしてクロスデュアスロン大会でも競技することを許可する。
- b.) すべてのパラトライアスリートは一斉スタートまたはウェーブ毎にスタートする。同一競技クラスで同性の選手は

同一ウェーブでスタートしなければならない。

- c.) パラトライアスロン世界選手権、パラトライアスロン大陸選手権、および世界パラトライアスロン大会はすべてスプリントディスタンスで行われ、時間制限は 2 時間とする。
- d.) デュアスロン大会においては、パラトライアスロン競技は最低 2 ウェーブを最低一分間の間隔でスタートを行わなければならない。PHTC 選手は第 1 ウェーブでスタートするべきで、残りの競技クラスの選手が第 2 ウェーブでスタートする。
- e.) 技術代表の裁量において競技フォーマットが変更されることがある。
- f.) クラスにサブクラスが含まれている場合、選手は一斉スタートするか、インターバルスタートシステムと呼ばれる時間を少しずらしたスタートを採用する。

- (1) すべてのサブカテゴリーが一斉スタートする場合、それ相応の補正時間を最終タイムに加算する。その補正時間は下記のとおり。

	PTVI-B1 男子	PTVI-B2/B3 男子	PTVI-B1 女子	PTVI-B2/B3 女子
スプリントトライアスロン	0:00	+3:16	0:00	+3:42
スプリントデュアスロン	0:00	+2:58	0:00	+3:22

	PHTC-H1 男子	PHTC-H2 男子	PHTC-H1 女子	PHTC-H2 女子
スプリントトライアスロン	0:00	+3:35	0:00	+4:48
スプリントデュアスロン	0:00	+3:15	0:00	+4:21

*デュアスロンに変更された場合、デュアスロンの値が用いられる。

- (2) インターバルスタートシステムを採用するレースでは、ITU 競技規則の附則 L2 にあるような書式にしたがってスタートリストを準備する。
- (3) 万が一、選手が観察に従って異なるサブクラスに再分類された場合、最終タイムを指定された補正時間に従って調整する。
- (4) 重複や時間制約による問題を避けるため、審判長は一斉スタートを許可することがある。
- (5) スタート順や補正時間に関して申し立てられるいかなる抗議は ITU 競技規則 12 章の“資格についての抗議”に従うものとする。

17.5. パラトライアスロン競技説明会

- a.) 全ての ITU 大会において、技術代表は選手競技説明会を行う。

パラトライアスリートは出席しなければならない。コーチもまた競技説明会に出席できる。競技説明会に欠席した選手に対して以下の罰則を適用する。

- ・ 欠席を技術代表に連絡することなしに競技説明会を欠席した選手を、スタートリストから除外する。
- ・ 競技説明会の開始した後に会場に入ったパラトライアスリートと、技術代表に欠席を連絡し競技説明会に参加しなかったパラトライアスリートは、トランジション 1 でタイムペナルティの罰則を受ける。
- ・ 世界パラトライアスロンシリーズや ITU パラトライアスロン世界大会において、同年に 2 回競技説明

会に欠席したパラトライアスリートを、3 回目に競技説明会に欠席した際は、技術代表に連絡をして
いたとしてもスタートリストから除外する。

b.) 全てのガイドとパーソナルハンドラーは競技説明会の受付で登録をする。

c.) 全てのパラトライアスリートは競技説明会の後、自身の選手支給品を受け取る。選手支給品には下記のもの
が含まれている。

(1) PTHC：赤のスィムキャップ、ヘルメット用のレースナンバーシール 3 枚、ハンドサイクル用のレースナンバ
ーシール 1 枚、競技用車いす用のレースナンバーシール 1 枚、日常用車いす用のレースナンバーシール
1 枚、選手用の公式レースナンバー 1 枚とパーソナルハンドラー用の公式レースナンバー 1 枚。

(2) PTS2, PTS3, PTS4 and PTS5：赤色、黄色か緑のスィムキャップ、ヘルメット用のレースナンバー
シール 3 枚、バイク用のレースナンバーシール 1 枚、義肢や補助用具用のレースナンバー 3 枚、選手用
の公式レースナンバー 1 枚あるいはボディーナンバーシール 4 枚、そしてパーソナルハンドラーがいるならば
パーソナルハンドラー用の公式レースナンバー 1 枚。

(3) PTVI：B2、B3 選手用緑色スィムキャップ 1 枚、または B1 選手用のオレンジ色のスィムキャップ 1
枚とガイド用白色スィムキャップ 1 枚、ヘルメット用ナンバーシール 6 枚、バイク用レースナンバーシール 1
枚、選手用公式レースナンバー 1 枚あるいはボディーナンバーシール 4 枚、そして「GUIDE」と書かれた
ガイド用レースナンバー 1 枚。

17.6. パラトライアスロンパーソナルハンドラー

a.) 資格のあるパーソナルハンドラーを確保することはパラトライアスリートの責任であり、パーソナルハンドラーはパ
ラトライアスロン競技説明会で ITU 技術代表から全て識別され、ハンドラーとしての資格証明書を受け取
る。

b.) パーソナルハンドラーを下記のように割り当てる。

(1) PTS2、PTS3、PTS4 と PTS5 の各競技クラスでは 1 名までのパーソナルハンドラーとする。クラス分け
の過程は、それぞれの選手に対して、競技において 1 名のハンドラーを伴う許可を決定する。既にクラ
ス分けされた選手の承認を下記によって構成される承認委員会によって行う。

- ・ ITU クラス分け委員長
- ・ ITU パラトライアスロン委員会のメンバー
- ・ スポーツ省から指名された人物

(2) PTHC 競技クラスのパーソナルハンドラーは 1 名まで

(3) PTVI 競技クラスにパーソナルハンドラーはいない(ガイドがこの競技クラスのパーソナルハンドラーとして
行動する)

c.) パーソナルハンドラーがパラトライアスリートを支援するために以下を特定の許可する。

(1) 義肢や補助具に関する支援

(2) パラトライアスリートのハンドサイクルや競技用車いすへの乗降の支援

(3) ウェットスーツや衣類の脱衣

(4) トランジションエリアや公式ホイールステーションでの、バイクの修理やパラトライアスリートの他の競技用
具の支援。ただし PTVI におけるガイドは、バイクコースのどこでも修理支援を行うことができるが、外部
の支援を受けることはできない。

(5) トランジションにバイクをラックにかける支援

- d.) 全てのパーソナルハンドラーは ITU 競技規則と、審判長によって妥当または必要とみなされる追加の規則を遵守しなければならない。
- e.) パーソナルハンドラーのいかなる行動も、パラトライアスリートを前進させるような場合は、失格の理由となる。
- f.) 1 名のパーソナルハンドラーは、同一競技クラスで同性である場合に限り、最大 2 名の選手を支援できる。
- g.) 全てのパーソナルハンドラーはレース中、担当する選手のトランジションエリアから 2m 以内にいない限り、この位置から出てしまう移動には、審判員の許可が必要である。

17.7. パラトライアスリート登録手順:

- a.) 競技説明会登録:
 - (1) パラトライアスリートは、競技説明会の会場へ入場するために、出席の旨サインしなければならない。この段階で、登録担当オフィシャルにパーソナルハンドラーがいるかどうかを伝えなければならない。
 - (2) パラトライアスリートは自身のパーソナルハンドラーを伴って参加しなければならない。
 - (3) 競技説明会の直後に、選手は選手支給品を受け取り、パーソナルハンドラーは大会実行委員会から提供されるパーソナルハンドラー T シャツを受け取る。
- b.) パラトライアスリートラウンジチェックイン
 - (1) パラトライアスリートとパーソナルハンドラーは一緒にチェックインしなければならない。
 - (2) パーソナルハンドラーは公式レースナンバーと公式パーソナルハンドラー T シャツを身に付けなければならない。
 - (3) パラトライアスリートがパーソナルハンドラーを同行していない場合、パーソナルハンドラーの到着を待たなければならない。パラトライアスリートが代理で登録した場合、そのパーソナルハンドラーは競技エリアに入ることはできない。
 - (4) いったんパーソナルハンドラーとして登録されたら、例外的な状況である場合でしかも技術代表によって承認されないかぎり変更することはできない。
 - (5) チェックイン時に 2 つの計測チップを全ての選手に配布する。
 - (6) プレトランジションエリアに置く競技用具（義肢や杖など）はレースナンバーをその上に付けなければならない。そしてそれらの用具をパラトライアスリートラウンジでチェックする。

17.8. プレトランジションエリア規範:

- a.) プレトランジションエリアがある場合、PTHC、PTS2、PTS3、PTS4 と PTS5 のパラトライアスリートはこのエリアでウェットスーツを脱いでよい。PTHC のパーソナルハンドラーだけがこのエリアに立ち入り、援助できる。しかし、選手を前進させる行為はしてはいけない。
- b.) すべての PTHC 選手はプレトランジションエリアからトランジションエリアまで、日常の車いすで移動しなければならない。このエリアに置く PTHC パラトライアスリートの日常の車いすは、ブレーキを備えていなければならない。
- c.) スイム出口エリアから最も近い利用可能な場所において、常に PTHC 選手の日常の車いすをレースナンバー順に並べることとする。
- d.) プレトランジションエリアの中に、PTHC、PTS2、PTS3、PTS4 そして PTS5（必要に応じて）の競技クラスの選手が義肢や杖を準備しておくために、スペースを用意する。最低 2 人の審判員が調整し、これらの競技用具や器具を、水から上がってきた選手に、水際にいる審判員からレースナンバーに関する通知を受けながら

配布する。審判は全ての競技用具を番号順に並べる。

- e.) 選手がいったんプレトランジションエリアから出たなら、どの選手の用具もプレトランジションエリアに放置されてはいいけない。
- f.) 義足に装着された、適合するクリートおよびバイクシューズに露出しないクリートをつけたものは、クリートがカバーされているか滑らない素材で包まれていれば、プレトランジションエリアで許可される。
- g.) PTS2 から PTS5 の片下肢切断のパラトリアスリートはプレトランジションエリアからトランジション 1 までを義肢か松葉づえを使用しなければならない。プレトランジションからトランジション 1 までを片足でホッピングすることを許可しない。

17.9. トランジションエリア規則

- a.) 大会実行委員会はスイム出口に最低 16 名のスイムイグジットアシスタントを用意しなければならない。スイムイグジットアシスタントは、パラトリアスリートのスイム出口からプレトランジションエリアへの移動の支援に責任を持つ。スイムイグジットアシスタントの最終的な人数は ITU 技術代表が決定する。これらの人々だけがこのエリアに入ることができる。彼らの訓練を ITU 技術代表が監督する。
- b.) スイム出口では、選手は下記のスイムキャップの色に応じてスイムイグジットアシスタントの支援を受ける。
 - (1) 赤：パラトリアスリートはスイム出口からウェットスーツ脱衣エリアまで持ち上げられて移動する必要がある。
 - (2) 黄色：パラトリアスリートはスイム出口からウェットスーツ脱衣エリアまで歩いたり走ったりして移動する際に支援が必要である。
 - (3) 緑、オレンジ、白：パラトリアスリートはスイム出口でいかなる支援も必要ない。白いキャップはガイドが使用する。
- c.) スイムイグジットアシスタントは、能力の及ぶ限り、誠意をもって、安全を第一として選手を支援する。
- d.) バイク、タンデムバイクやハンドサイクルについては、スイム出口からトランジションまでの使用を許可しない。
- e.) 全ての用具はトランジションエリアの各パラトリアスリートに割り当てられたスペースの中に置かなければならない。
- f.) バイクシューズはバイクパートの前後で、トランジションエリアの選手が割り当てられたスペースに置いておかねばならない。
- g.) トランジションエリアにおける PTVI の位置は乗車ラインから最も近いところに設定しなければならない（女子と男子）。残りの競技クラスがそれに続き、PTS5、PTS4、PTS3、PTS2そして PTHC の順となる。PTHC 選手に対して、トランジションエリア内でハンドサイクルに乗ることを許可する。
- h.) PTHC のパラトリアスリートはトランジションエリアの個人スペースは 4 x 2 メートルある。選手、ハンドラーとすべてのレース用具はトランジションエリアにいる間、このスペース内に納めておかねばならない。

17.10. パラトリアスロン スイム規則/用具

- a.) 安全上の理由で、スタートの際の選手紹介は、次の競技クラス順に実施される。PTVI、PTS5、PTS4、PTS3、PTS2、PTHC。安全上の理由で、PTHC 選手は常に、他のすべての競技クラスの選手が所定の位置についてから入水を行う。
- b.) スイムスタートはフローティングスタートを採用する。
- c.) スイムコースが複数周回ある場合、パラトリアスリートは周回毎に水中から出る必要はない。

- d.) フィンやパドル（ただしそれらに限定されない）を含む、人工的な推進力を生む器具や浮力を生む器具をどんなものであれ許可しない。承認されているニーブレースを除き、全ての義肢や装着具は推進力を生む器具とみなす。それらの器具の利用は、失格の理由となる。
- e.) スイム中、鋭利なもの、スクルー、義肢のライナー、あるいは他者を傷つける恐れのある補助用具は如何なるものであれ使用を許可しない。
- f.) ウェットスーツ使用は下記の表により決定する。

スイム距離	ウェットスーツ着用義務(未満)	制限時間
750 m	18 °C	45 分
1500 m	18 °C	1 時間 10 分
3000 m	18 °C	1 時間 40 分
4000 m	18 °C	2 時間 15 分

- g.) パラトライアスリートがこの時間内にスイムを終了することができず、フィニッシュまで 100m 以上の距離がある場合、選手を速やかに退水させる。
- h.) ウェットスーツ使用は水温が 28℃以上の場合、許可しない。
- i.) 水温が 30.1℃から 32℃の場合、最大距離は 750m、最大水中滞在時間は 20 分となる。
- j.) 公式水温が 32℃超の場合か 15℃を下回る場合、スイム競技は中止とする（公式水温は下表のように計算する）

(1) 上述の温度は最終決定の際に使われる水温として常に利用されるわけではない。

水温 22℃未満で気温 16℃未満の場合、計測された水温を下記の表に従って調整する。

(*)		気温(単位は℃)								
水温(単位は℃)		15℃	14℃	13℃	12℃	11℃	10℃	9℃	8℃	7℃
	22℃	18.5	18.0	17.5	17.0	16.5	16.0	15.5	15.0	中止
	21℃	18.0	17.5	17.0	16.5	16.0	15.5	15.0	中止	中止
	20℃	17.5	17.0	16.5	16.0	15.5	15.0	中止	中止	中止
	19℃	17.0	16.5	16.0	15.5	15.5	中止	中止	中止	中止
	18℃	16.5	16.0	15.5	15.0	中止	中止	中止	中止	中止
	17℃	16.0	15.5	15.0	中止	中止	中止	中止	中止	中止
	16℃	15.5	15.0	中止	中止	中止	中止	中止	中止	中止
	15℃	15.0	中止	中止	中止	中止	中止	中止	中止	中止

17.11. パラトライアスロンバイク規則／用具

- a.) パラトライアスロン競技ではドラフティングは禁止とする。ウインタートライアスロン、クロスデュアスロン、クロストライアスロンはパラトライアスリートに対してはドラフティング許可レースとする。
- b.) パラトライアスロン競技においては、「バイク」という用語はバイク、タンデムバイク、ハンドサイクルを含有する。
- c.) 全てのバイクは人力で前進させなければならない。腕や脚はバイクを前進させるために使用されるが、両方同時に利用してはならない。いかなる違反も失格の理由となる。
- d.) パラトライアスロン競技のためのバイクの仕様は ITU 競技規則 5.2 章に概要を表示する。
- e.) バイク、タンデムバイク、ハンドサイクルは 2 つの独立したブレーキがついていなければならない。バイク、タンデムバイクは前後輪それぞれに独立したブレーキをつける。ハンドサイクルについている両方のブレーキはいずれも

前輪に効くようにする。

- f.) ディスクブレーキを許可する。
- g.) 片方の腕の障害を持つパラトライアスリートはブレーキングシステムにスプリッターを取り付けて良い。これを改造とはみなさない。
- h.) 抵抗を減らす効果を持つ防護シールド、フェアリングや他の器具を許可しない。
- i.) 人工のハンドグリップや義肢はバイクや選手の身体に固定できるが、バイクと選手の身体に同時に固定してはならない。
- j.) ハンドサイクル（PTHC）を除き、選手のポジションはペダル、サドル、ハンドルバーのみによって支えられていなければならない。
- k.) 下肢の膝上切断か、義肢を装着しない下肢切断のパラトライアスリートは、適合性を承認要請することなしに大腿部を支える補装具やソケットを使用することができる。
- l.) 身体障害対応のためのバイクやハンドサイクルへの改造に関して、少なくとも参加を希望する大会の 1 か月前に、明快な説明と最低 5 枚の写真を添え、下記ウェブサイトに掲載されている「装備改造に関する申請書」と題された書式を利用し、文書で、JTU を通じて ITU の http://www.triathlon.org/about/downloads_category/paratriathlon に書面にて承認を依頼しなければならない。パネルによる評価後、ITU より申請者へ評価結果が伝えられる。承認されると、その情報は「承認済みの身体障害対応のための自転車への改造」ファイルとして、上述の場所にアップデートされる。
- m.) ITU と ITU 審判はパラトライアスリートによる競技用具の選択や改造、それらに内包される瑕疵、法令の非遵守がもたらすいかなる結果に対しても責任を負わない。
- n.) バイクコースは急勾配部分でも最大 12%の勾配を超えてはいけない。
- o.) もし公式レースナンバー使用が必須ならば、レースナンバーは背面から見えるように貼り付けなければならない。

17.12. パラトライアスロン PTHC スイム規則／用具

- a.) 選手は脚のどの位置であれ、3 つまでしか締め具を使うことはできない。締め具は最大 10cm 幅とする。
- b.) ニーブレースの利用は、浮力や推進力を持っていないことを前提に許可される。ウェットスーツ着用の場合、ニーブレースはウェットスーツの外側に着用しなくてはならない。ニーブレースは最大で脚の表面の半分を覆ってよい。その全長は大腿の半分より上、ないしはふくらはぎの半分より下を超えてはならず、また膝周辺を固定していなければならない。
 - (1) ニーブレース仕様
 - ・ 素材：浮力や推進力を備えていない PVC プラスチックかカーボンファイバー
 - ・ 空気や他のどんな気体も取り込む隙間や空間を備えてないこと
 - ・ 厚さは 5 mm までとする。
- c.) ニーブレースは ITU に承認を得なければならない。全ての依頼は、JTU より、選手が参加する大会の 1 か月前までに、明確な説明文と写真 5 枚を添え、ITU ウェブサイトの文書セクションにある『ニーブレース承認フォーム』を使って、ITU の承認を得るために、書面で提出する。パネルがその情報を評価後、ITU より JTU の申請者へ評価結果が伝えられる。承認されると、その情報を『承認済みニーブレース』として ITU ウェブサイトの同じ場所にアップデートする。

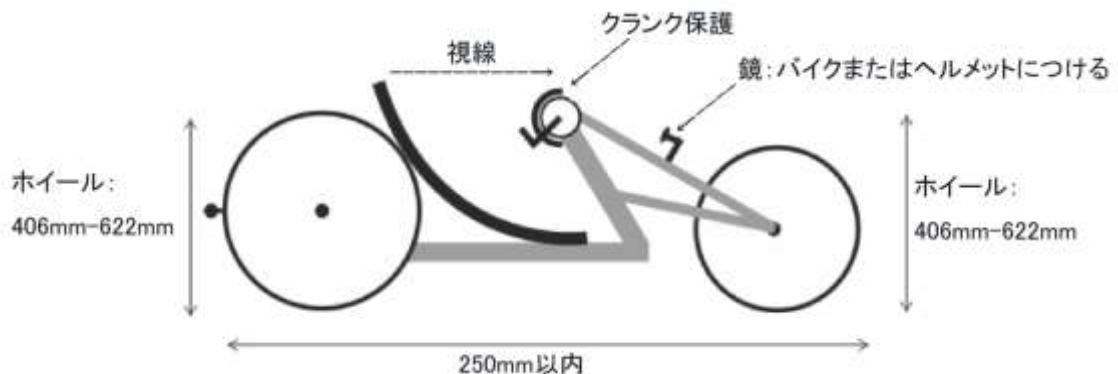
d.) ウェットスーツの下肢部分の使用を常に許可する。

17.13. パラトライアスロン PTHC バイク規則／用具

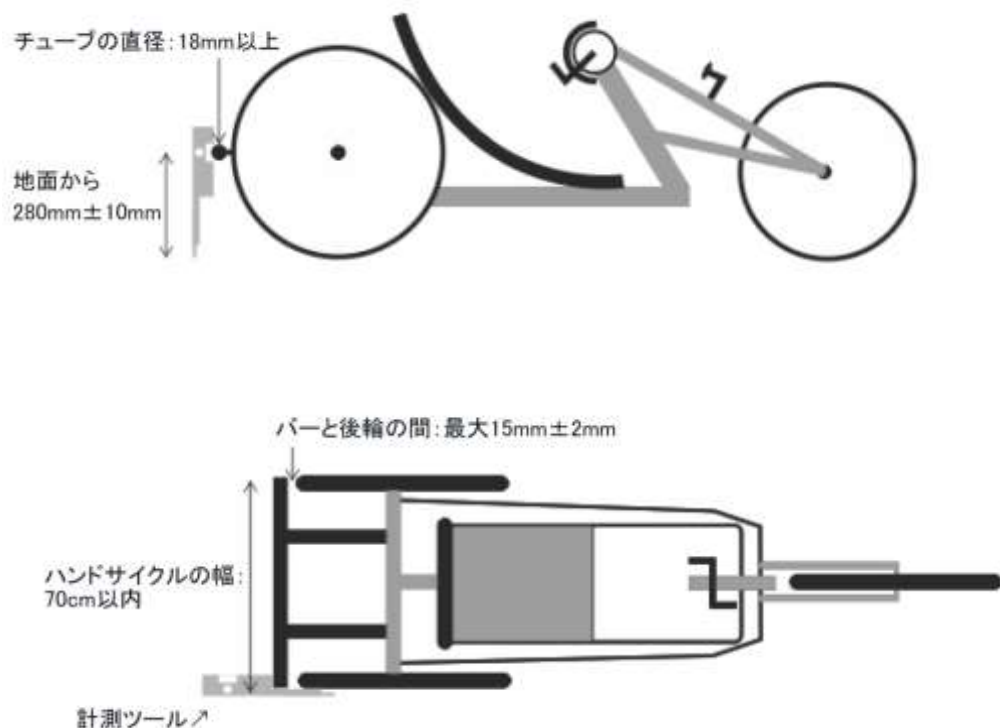
a.) パラトライアスリートは、腕の力（AP）で推進するハンドサイクルを、リカンベントポジションで利用しなければならない。

b.) リカンベントポジションハンドサイクルの仕様は以下の通り。

- (1) ハンドサイクルは「腕力による」三輪車で、国際自転車連合（UCI）の自転車構造の一般原則に適合する、パイプで構成された開放フレームを持っていなければならない（車台フレームチューブが直線状でなくてもよいことを除く）。座席または背もたれのフレームチューブの直径は、UCI の一般原則に定める最大値を超えてはならない。
- (2) 一輪は他の同軸輪と直径が異なってもよい。前車輪（一輪または二輪）は走行可能で、前車輪または後車輪の一輪はハンドグリップとチェーンで構成された機構で駆動されなければならない。ハンドサイクルは、ペダルに替えてハンドグリップをつけたクランクアーム、チェーンホイール、チェーンおよびスプロケットによるチェーンと従来型の自転車推進機構によってのみ推進されなければならない。手、腕および上体を主として前進させられなければならない。
- (3) パラトライアスリートは明瞭な視界を確保しなければならない。パラトライアスリートの水平視線は、選手が正対するハンドルバーを最大限伸ばした上に手を置き、背もたれに肩甲骨の先が接し、もしあればヘッドレストに頭が接した状態で着座した時に、クランクハウジング／クランクセットの上方になければならない。このポジションでの着座姿勢について、下記の計算に基づいて適切な測定値が求められる。
（＃1）地面から選手の眼の高さまでの距離と、（＃2）地面からクランクハウジング（クランクセット）の中心までの距離。
計測＃1（眼の高さから地面まで）は計測＃2（クランクハウジングから地面まで）と同等か、それより大きくなければならない。
- (4) 全てのハンドサイクルは、後方視界を得るために選手のヘルメットあるいはバイクの前方箇所に鏡をつけなければならない。
- (5) バイク中、選手は膝の前に脚を置くポジションにしなければならない。
- (6) 競技中にハンドサイクルの調整を行ってはならない。
- (7) ハンドサイクルのホイールは、最小径 406mm(ERTRO)、最大径 622mm とする。必要であれば、改造されたハブ取り付け具は使用できる。ハンドサイクルの同軸車輪間隔は、接地点におけるタイヤ中央間の距離において、最小 55 cm、最大 70 cm とする。



- (8) ディスクホイールをハンドサイクルの前輪には許可しない。
- (9) ディスクブレーキを後輪にのみ許可する。
- (10) ハンドサイクルは長さ 250cm、幅 70cm を超えてはならない。
- (11) 変速機器はハンドルバー先端かパラトリアスリートの体側のどちらかに取り付け可能である。
- (12) 最大のチェーンリングにはパラトリアスリートを保護するための安全装置をつけなければならない。この保護具は十分に堅固な材料で作られ、チェーンリングを選手に面する半円周（180°）分だけ完全に覆わなければならない。
- (13) フレームチューブの最大寸法は、材料、形状に関わりなく 80mm とする。チューブの接合部につけられるひれ状、脈状のものは、強度向上のためのもののみとする。機能のない、空力的装置は競技には許可されない。
- (14) クイックリリースのボディハーネスを許可する。
- (15) 2 つの後輪を備えるハンドサイクルは、後ろを走る選手の前輪が、後輪の車輪の間に他の選手が侵入してくるのを防ぐために、セーフティバーを装備しなければならない。
- (16) セーフティバーは装備が必須であり、またそれは両輪の間隔を上回る長さにしてはならず、チューブの両端は閉じるか栓をしておかなければならない。セーフティバーはホイールの 15mm（+/- 2mm）後ろに固定しなければならない。それはチューブ形状（最低直径 18mm）で、衝撃を受けても曲がったり壊れたりしないよう十分に強固な素材で作られていなければならない。地表からバーの軸までの距離は 280mm（+/- 10mm）とする。セーフティバーの構造や組立は、競技で経験するような通常の凹凸程度ではバーの安全機能に影響を及ぼさないことが、保証されていなければならない（図参照）。



- c.) レースナンバーは後ろから見れるようにハンドサイクルの背面に貼り付ける
- d.) ヘルメットはハンドサイクルに乗車する前にストラップを留め、フィニッシュするまで留めておかなければならない。
- e.) 選手はトランジション 1 の出口の乗車ラインと、トランジション 2 の入口の降車ラインで完全に止まらなければならない。止まって、審判がゴーと言えば選手は競技を続けることができる。ハンドサイクルはライン直前に前輪が止まれば、正しく停止したと考えられる。もしラインに触れたり、ラインを越えて停車したりしたならば、タイムペナルティが適用される。

17.14. パトラライアスロン PTHC ラン規則／用具

- a.) 全てのパトラライアスリートはラン競技で『競技用車いす』を使用する。
- b.) 競技用車いすの仕様は以下の通り。
 - (1) 競技用車いすには 2 つの大きなホイールと 1 つの小さなホイールがある。
 - (2) 前輪にブレーキがある。
 - (3) 競技用車いすのボディのどの部分も前輪のハブを超えて前に出てはいけない。また、後輪 2 つのハブの内部より広くてはならない。主な競技用車いすのボディは地面からの最大高さは 50cm とする。
 - (4) 大きい方の車輪の最大径は、空気を入れた状態のタイヤを含み 70cm を超えてはならない。小さい方の車輪の最大径は、空気を入れた状態のタイヤを含み 50cm を超えてはいけない。
 - (5) それぞれの大きい車輪について、1 つずつの簡素な円状のハンドリムを許可する。競技用車いすを前進させるようなどんな機械的な道具やレバーも許可しない。
 - (6) 手で操作するメカニカルステアリング装置を許可する。
 - (7) パトラライアスリートは前輪を手動で左右に旋回できなければならない。
 - (8) 競技用車いすのどの部分も、後輪タイヤ後端の垂直面から突き出していないでなければならない。
 - (9) 上記の全ての競技規則に競技用車いすを適合させることはパトラライアスリートの義務であり、競技用車いすの調整のために大会を遅延させることはできない。
 - (10) パトラライアスリートは競技中、自身の下肢が地面を引きずったり接触したりしないように十分に持ち上げたり/補助をしたりすることを確認しなければならない。
 - (11) パトラライアスリートは競技用車いすに座っている間中、承認されたバイクヘルメットを装着しなければならない。
- c.) パトラライアスリートがホイールやハンドリムを押すことを除く、他のいかなる方法による推進は失格となる。
- d.) モーターバイクや車両に引っ張られることは禁止で、青いカードは選手に禁止行為を知らせるために使用される。ドラフティングはモーターバイクや車両のドラフティングゾーンに入ることである。(罰則は ITU 競技規則 5.6 章に示されている)
 - ・ モーターバイクドラフトゾーン：モーターバイク後方ドラフトゾーンは 12m である。
 - ・ 車両ドラフトゾーン：車両後方ドラフトゾーンは 35m で、全ての車両に適用する。
- e.) 他のパトラライアスリートを追い越そうと試みているパトラライアスリートは、追い越される競技用車いすの視界を確保する責任を負う。追い越されるパトラライアスリートは、追い越す競技用車いすの前輪が視界に入ったら、追い越しの妨害や邪魔をしない責任を持つ。
- f.) PTHC 選手は、前輪の車軸の中心がフィニッシュラインの近い方の先端から伸ばされた垂線の中心に乗車した瞬間に、フィニッシュしたと判定する。
- g.) レースナンバーを後方から見れるように競技用車いすの背面に貼り付ける。

- h.) ランコースは急勾配箇所でも 5%の勾配が最大になる。

17.15. パラトライアスロン PTS2、PTS3、PTS4、PTS5 のラン規則／用具

- a.) 選手に対して、選手の身体に着脱できる義肢の使用を許可する。選手はクラス分け評価中でチェックされ承認された義肢、義足、他の特定の用具を用いてのみ競技できる。
- b.) ランニングブレードは義肢を装着している間は使用を許可する。
- c.) 選手の前面から確認できるように、選手は 1 枚のレースナンバーか 4 組のボディデカールを身に付ける。

17.16. パラトライアスロン PTVI 規則

以下の付加的競技規則は全ての視覚的障がいパラトライアスリート(PTVI)とガイドに適用される。

a.) 総則

- (1) 盲導犬はいかなる時も許可されない。
- (2) 各選手は同性、同国籍のガイドが必要となる。選手もガイドも JTU の認可証が必要である。
- (3) 各選手には競技中に最大 1 名のガイドを許可する。
- (4) ITU エリート大会や ITU 公認エリート大会に選手として参加後 12 ヶ月を経過するまで、ガイドを務めることはできない。
- (5) 全てのガイドは ITU 競技規則附則 A に定める最低年齢規定に従わなければならない。
- (6) ガイドの交代は、怪我や病気の場合、医師の診断書の提出を条件として、公式な競技開始時刻の 24 時間前までであれば可能である。この期限後は、交代を許可しない。
- (7) ガイドは選手を押ししたり、引いたりしてはいけない。
- (8) 選手とガイドはスイム中 1.5 メートル、競技中の他のいかなる種目中 0.5m 以上離れてはならない。
- (9) ガイドは、パドルボード、カヤックなど（スイム競技中）、自転車、オートバイなど（ラン競技中）、またはその他の機械を利用した移動手段を用いてはならない。
- (10) サブクラス B1 の全ての PTVI 選手は全競技中を通してブラックアウトゴーグルを装着しなければならない。スイムブラックアウトゴーグルはトランジションエリア 1 の彼らの与えられた場所に到着するまで使用する。バイクとランのブラックアウト眼鏡はトランジションエリア 1 から選手とガイドがフィニッシュラインを越えるまで使用しなければならない。両方のブラックアウトゴーグルとグラスは登録時にチェックされ、選手は主な繋ぎ目、塗られた部分、鼻ピース、サイドや底を通して光が入らないことを確認しなければならない。
- (11) 選手とガイドは ITU アンチドーピング競技規則に従う。

b.) スイム

- (1) 各々の選手はスイム中、自身のガイドと紐でつながれていなければならない。
- (2) ガイドはいかなる時も選手をリードしたりペースを作ったり、引いたり押したりして前進させてはならない。
- (3) ガイドは選手の隣、選手の頭部とガイドの頭部の距離が最大 1.5m 以内で泳がなければならない。テザー(紐)は明るく明瞭な色で引っ張らない状態で 80cm 長にする。テザーは選手の身体のどの部分に固定しても良い。

c.) バイク

- (1) 全てのパラトライアスリートとガイドはタンデムバイクを使用する。タンデムバイクの使用は以下の通り。
 - ・ タンデムバイクは 2 人用車両で、UCI の自転車構造の一般原則に適合した、同径の 2 つの車

輪を持つ車両である。前車輪はパイロットとして知られる前方の選手により操舵可能でなければならない。両選手は伝統的な自転車の姿勢で前を向き、後輪はペダルとチェーンで構成される機構で両選手により駆動されなければならない。大きさは最大 2.7m の長さで 0.5m の幅とする。

- ・ タンデムバイクのトップチューブおよび追加の補強チューブは、選手の身体的寸法に応じて傾斜してよい。

d.) ラン

- (1) 各選手はラン中、自身とガイドを紐でつながなければならない。テザー(紐)は伸縮性が無い素材で、エネルギーを含有し、選手が推進力を得るものであってはならない。
- (2) 選手はラン中、ガイドの肘をつかんでもよい。ガイドランナーはレース中のどの場所でもアドバンテージを得るように、選手を押したり、引いたり、他の推進力を与えることはできない。ガイドランナーは、つまずくか転倒した選手を支援することは可能であるが、ランコース進行方向に選手を進めアドバンテージを得る援助行為であってはならない。
- (3) 選手がフィニッシュラインを越える際、要求されている選手との距離 0.5m 以内で、ガイドは選手の横か後ろにいななければならない。
- (4) ガイドが選手をリードしても良いゾーン：安全上の理由で、エイドステーション前後の 10m、鋭角な折り返し、ペナルティボックス、トランジションエリア、スイム出口、プリトランジションエリアや他の技術代表が決定したランコースの他の部分で許可する。フリーゾーンに関しては選手競技説明会で説明がある。

17.17. 衛生

- a.) カテーテル及び尿路変更機器器具を利用する全てのパラトライアスリートは、常にカテーテルバッグを利用し、流出を防止しなければならない。これはトレーニング、競技、クラス分けの期間に適用する。

17.18. 承認委員

- a.) 下記メンバーによって構成される委員が、バイク改造やブレース承認に関する決定を行う。
 - (1) ITU 技術委員会のメンバー
 - (2) ITU スポーツ省の代表
 - (3) ITU パラトライアスロン委員会のメンバー
- b.) 承認パネルによる決定に対し、ITU 仲裁裁判所への上訴がなされることがある。この上訴は承認パネルの決定を差し止めるものではないが、ITU 仲裁裁判所が上訴に基づく決定を行うまでの間、その承認パネルの決定は有効である。

18. ウィンタートライアスロン

18.1. 定義

- a.) ウィンタートライアスロンは2つの異なったフォーマットで行われる。
 - (1) ウィンタートライアスロン（ランニング、マウンテンバイク、クロスカントリースキー）
 - (2) S3 ウィンタートライアスロン（スノーシューイング、スケート、クロスカントリースキー）
- b.) すべてのレース種目は、雪上もしくは氷上で実施されることが好ましい。ランとバイク種目は、異なる路面にて

行うことができる。

18.2. 公式トレーニングとコース試走

- a.) 公式トレーニングと試走セッションは、技術代表と大会実行委員会によって実施される。選手とコーチは、これらの公式トレーニングと試走セッションに参加できる。
- b.) レース当日の規範：選手は、レース進行中にコース上でウォームアップや試走を行うことはできない。

18.3. ラン

- a.) ランニングシューズは、ランニング競技で着用義務とする。この規則は、エイジグループ選手には適用しない。
- b.) スパイク付のランニングシューズは許可される。

18.4. マウンテンバイク

- a.) 最小タイヤ寸法は 26x1.5 インチであり、タイヤの最小部分が 40mm 未満であってはならない。
- b.) 前後のホイールは異なる寸法であっても良い。
- c.) ウインタートライアスロン競技のバイク種目は、通常の道路や小道に沿い、雪上クロスカントリーのように設定される。
- d.) 選手は、コース上でバイクを押したり持って進むことを許可される。
- e.) ドラフティングの許可；安全上の理由から、トランジションエリアに入る前に他の選手を追い抜くことを禁止する。周回遅れの選手をレースから除外されない。
- f.) 選手は、自分の工具および部品を持参し、自分で修理を行わなければならない。
- g.) バイクシューズはバイク種目では必須とする。この規則は、エイジグループ選手には適用しない。
- h.) スパイクタイヤは、スパイクがタイヤ表面から 5mm 未満であることを条件に許可する。
- i.) 伝統的な MTB バーエンドは認める。エンドは塞がれてなければならない。

18.5. スキー

- a.) 用具（スキー板）のテストは、レース前に審判によって発表があれば、特別に指定されたトラックまたはレースコースで行える。
- b.) 選手は、レース中、コース上のチームメンバー、チームマネージャー、その他ペースメーカーを伴うことはできない。
- c.) 選手はスキー 1 組と両ポールを変更することができる。
- d.) 選手は好みの技法によってスキーを競技できる。
- e.) 指定されたゾーンでは、クラシックスタイルもしくはダブルポーリングに制限される。
- f.) スキー競技中はバイクヘルメット着用を禁止する。ただしそれが、移動による低気温の影響によるのであれば、技術代表の承認によりヘルメット着用を許可する。
- g.) 選手が追い越しを望んだ場合、追い越された選手はできるだけ早くコースの脇に寄らなければならない。
- h.) フィニッシュシュート（30-50m）では、フリースタイルスキーは禁止される。ダブルポーリングが必須で、クラシックテクニク用の準備されたトラックを使用しなければならない。この規定は、競技説明会で説明される。
- i.) 選手は、フィニッシュラインから 10m を過ぎるまで、スキー板を脱着することはできない。最終のスキー板のチェックは、このラインを過ぎたところで行う。

- j.) スキーブーツはクロスカンリースキーで必須とする。この規則は、エイジグループ選手には適用しない。

18.6. スノーシューイング

- a.) 参加者自身が足に履いたスノーシューで全コースを終了せねばならない。
- b.) 選手はスノーシューを交換することは許可されない。
- c.) スノーシューは、幅 18cm (7 インチ) ・長さ 51 cm (20 インチ) 以上でなければならず、かつ使用面が 774cm^2 (120 平方インチ) 以上でなければならぬ。
- d.) 選手が追い越しを望んだ場合、追い越された選手はできるだけ早くコースの脇に寄らなければならない。

18.7. スケート

- a.) ノルディックブレードを含むすべてのタイプのスケート靴が許可される。
- b.) 選手はスケート靴を交換することは許可されない。
- c.) 選手が追い越しを望んだ場合、追い越された選手はできるだけ早くコースの脇に寄らなければならない。
- d.) 選手は、競技規則 5.2g) に沿ってヘルメットを着用する。

18.8 .トランジションエリア規則

- a.) トランジションエリアでのスキー滑走は禁止される。
- b.) 選手は、トランジションエリアの各選手自身のスペースで、スノーシューやスケート靴の脱ぎ着しなければならない。「ノルディックブレード交換ゾーン」が準備されている場合、選手はそこにノルディックブレードを置くか選択してもよい。
- c.) トランジションエリアでは、審判員はバイクの受け取り、配置、用具の手渡しなどにより、選手を支援することができる。このサービスは、すべての選手に平等でなければならない。
- d.) すべての選手は、バイクスタート時にバイクをラックから外してからバイクフィニッシュ時にラックに掛けるまで、もしくはスケートを履いてから脱ぐまで、自分のヘルメットをしっかりと締めなければならない。
- e.) 「ノルディックブレード交換ゾーン」は氷上の端の脇に設置される。
- f.) 選手がシューズカバーを脱ぎ捨てられるゾーンは「スキー板設置ライン」より後に設置される。

18.9. コーチゾーン

- a.) コーチは、バイク競技で、自分の食料や飲料を選手に提供するための指定スペースを有している。

18.10. フィニッシュ定義

- a.) 選手はフィニッシュライン先端から伸ばした垂線を、前に出した方のスキーブーツが越えた時に、「フィニッシュした」と判断される。

18.11. 気象条件

- a.) 気温がマイナス 18 度未満の場合、レースは中止される。

19. クロストライアスロンとデュアスロン

19.1. 総則

- a.) クロストライアスロンは、スイム、マウンテンバイク（MTB）、クロスカンントリーランニングで競技を行う。
- b.) クロスデュアスロンは、クロスカンントリーランニング、マウンテンバイク（MTB）、クロスカンントリーランニングで競技を行う。

19.2. 距離

- a.) クロストライアスロンの競技距離については、ITU 競技規則の附則 A に付記する。
- b.) クロスデュアスロンの競技距離については、ITU 競技規則の附則 A に付記する。
- c.) レースコースは、タフでかつテクニカルでなければならない。バイクコースの距離は 5%以内の誤差であれば技術代表の判断で認められる。

19.3. 公式トレーニングと試走

- a.) 技術代表と実行委員会は公式トレーニングと試走を実施する。選手とコーチは、この公式トレーニングと試走に参加することができる。
- b.) レース当日：選手は、競技開始後にコースでのウォームアップや試走を行ってはならない。

19.4. マウンテンバイク規則

- a.) MTB のタイヤ径は 29 インチ以下、タイヤ幅は 1.5 インチ以上でなければならない。
- b.) 前輪と後輪で異なるホイールサイズを使用することができる。
- c.) ブロックタイヤおよび／またはスリックタイヤを使用することができる。
- d.) 選手は、コース上でバイクを降りて押したり担いだりして走行することができる。
- e.) ドラフティング許可：安全上のため、トランジションエリア手前で他の選手を追い越してはならない。周回遅れとなった選手はレースを継続することができる。
- f.) クリップオン（エアロバー）の使用は禁止する。
- g.) ロード用のドロップハンドルの使用は禁止する。
- h.) MTB 用のバーエンドを装着してもよいがバーエンドは塞がれていなければならない。

19.5. ラン規則

- a.) スパイクシューズを使用することができる。

19.6. コーチステーション

- a.) コーチはバイクとラン競技において、指定スペースでドリンクおよび補給食を選手に提供することができる。

20. 予選ラウンド形式での競技

20.1. 総則

- a.) 予選ラウンド形式での競技は、いくつかのラウンドで構成されており、各予選通過選手が次のラウンドに進み、最終的には決勝で勝者を決定する。

20.2. ラウンド

- a.) ラウンドは、予選と決勝と呼ばれる 2 つのラウンドがある

b.) 予選と決勝での選手数は最大 30 名とする。予選の数は次のようになる。

参加選手	予選
30人未満	予選無し、一発決勝
31人から60人	2つの予選(15人から30人毎)
61人から90人	3つの予選(20人から30人毎)
91人から120人	4つの予選(22人から30人毎)
121人から150人	5つの予選(24人から30人毎)

20.3. 予選

a.) すべての予選は、決勝に決まった数の選手を選出する。さらに、一定数の選手が、予選タイムによって選出される。

参加選手	予選の数	各予選の決勝進出者数	タイムで選出される選手数
31人から60人	2	14	2
61人から90人	3	9	3
91人から120人	4	7	2
121人以上	5	5	5

b.) 別の予選の組の選手が、同タイムで予選ポジション最下位で同順位となった場合、それら全員を予選通過とし、結果次のラウンドでは選手数が増える。

c.) 決勝に進めなかった選手は、タイムにより選別される。決勝を辞退した選手がいたら、決勝進出できなかった選手の中より第一選手を繰り上げとする。決勝への選手数が 30 名を下回った場合、繰り上げを行う。（同一タイムの選手からランダム選択する。）繰り上げの制限時間は、選手登録開始までとする。

d.) B 決勝があるレースにおいては、A 決勝に進出できなかった選手の中から予選タイムベスト 30 の選手が B 決勝に選出される。

20.4. 予選での選手配分

a.) 技術代表は、予選の組を次のように構成する。

(1) 適用するランキングが存在しない場合、予選の組の選手数を同じにするよう配分される（予選の組によっては、他の組より選手 1 名が多い）。

(2) ランキングが適用される場合、ランク付けされた選手は、次のチャートにより配分され、ランキングされていない選手は、残りのスポットに配分される。

表：予選でランク付けされた選手の配分例

予選 1 組	予選 2 組	予選 3 組	予選 4 組
1			
	2		
		3	
			4
			5
		6	
	7		
8			
9			
	10		
		11	
			12
			13
		14	
	15		
16			
17			
etc.			

確認：数字はランキングオーダーを反映する。

20.5. ナンバーリング

- a.) 決勝でのナンバーリングは、以下の基準で順次割り付ける。第一基準：予選での順位。第二基準：予選のタイム。第三基準：ポイントランキング。第四基準：ランダム配分。

20.6. リザルト

- a.) 大会の最終リザルトは、決勝の結果とする。
- b.) 大会で、決勝での完走者よりも、より多くの順位にランキングポイントが配分されるときは、残りのポイントは次のように授与する。
- (1) 予選タイムに準じて決勝での DNF 選手へ配分。
 - (2) 予選タイムに準じて決勝での DNS 選手へ配分。
 - (3) B 決勝のないレース：予選タイムに準じて決勝に進めなかった選手へ配分。
B 決勝があるレース：B 決勝の結果でポイントを配分。
 - (4) DSQ 選手は、ポイントを獲得することはできない。

20.7. 賞金

- a.) 賞金配分は、総則（ITU 競技規則の附則 I）に従い、必要に応じて前項を参照する。

21. タイムトライアル予選形式での競技

21.1. 総則

- a.) タイムトライアル予選形式での競技は予選と決勝の2つのレースで構成される。予選は選手が一人ずつスタートするタイムトライアル方式であり、決勝は予選タイムで選抜された選手が一斉スタートするレースである。
- b.) 決勝での結果をレース結果とする。

21.2. ラウンド

- a.) 競技は二つのラウンドがある。
- b.) それぞれ予選と決勝と呼ばれる。
- c.) 予選はドラフティング禁止バイクレースのタイムトライアルで行われ、決勝は一斉スタートのドラフティング許可バイクレースで行われる。予選と決勝の両方で、選手はドラフティング許可レース用のバイクと用具を使用しなければならない。
- d.) 技術代表はタイムトライアル予選の各選手のスタート間隔を15秒から3分の間で決定する。
- e.) 決勝は30人の選手で行われる。審判長は技術的装置を利用して2人あるいはそれ以上の選手が同着かどうかを判断する。同着があった場合、決勝が30人以上の選手で行われる場合もある。

21.3. 予選から決勝へ

- a.) 予選でタイムの速い上位から30人の選手が、決勝進出の資格を持つ。
- b.) 決勝に進出しない選手は、予選のタイムによって順位を付ける。決勝に棄権する選手が出た場合、決勝に進出しなかった中で、最も速かった選手が繰り上がり決勝へ進出する。この繰り上げは決勝進出選手が30人を下回った場合だけに行われる。繰り上げは選手登録が開始される迄とする。
- c.) B決勝が行われる場合、A決勝に進出できなかった選手の中からタイムの速い上位30人の選手が、B決勝の出場資格を持つ。

21.4. 予選でのナンバーリングと選手の配分

- a.) レースナンバーはITU競技規則2.10章に則って選手に割り当てられる。
- b.) 選手はレースナンバーの大きいほうから降順で、一人ずつスタートする。
- c.) 選手がスタートしなかったり、レースナンバーがいくつか割り当てられなかった場合、使用されなかったナンバーに割り当てられたその時間に選手がスタートしているとみなして、スタートを連続して進める。
- d.) スタートリストの例を以下に示す。

レースナンバー	名	姓	国コード	スタート時間
102	Grzegorz	Zgliczynsk	POL	09:00:00
101	Andrew	Farrell	USA	09:00:30
100	Todd	Martin	AUS	09:01:00
99	Gervasio	Da silva	BRA	09:01:30

21.5. 予選スタートシステム

- a.) ITU競技規則4.7に定められた原則を適用する。
 - (1) 選手はスタート時間にスタートラインに居る責任がある。
 - (2) ビデオカメラが全てのスタートを記録するために使用される。

- (3) スタート審判は自身の時計と記録担当の時計を一致させる責任がある。
- (4) スタート審判は全ての選手が正しい時間にスタートできるように機会を提供しなければならない。スタート審判のアシスタントは、違反があった場合の詳細を記録するために、スタート審判員の近くに居なければならない。選手のスタートの遅れが不可抗力であったと審議委員が判断した時のために、選手の正確なスタートタイムは、電子的装置と手動で記録されなければならない。
- (5) 選手はスタート順に並ぶ。選手は自身のスタート時間の 2 分前までにプレスタートエリアで申告しなければならない。
- (6) 選手は、スタートの 15 秒前と 5 秒前に、スタートまでの残り時間をスタート審判員から知らされる。
- (7) スタート審判員は電子/手動ホーンを用いてスタート時間を知らせる。
- (8) スタート時間前にスタートした選手はスタートラインに呼び戻される。スタートラインに戻らなかった選手は失格となる。スタート時間後にスタートしようとする選手はスタート審判員の承認を得てスタートしなければならない。これらの選手のスタート時間は予め設定されたスタート時間になる。

21.6. 決勝でのレースナンバーの割り当て

- a.) 決勝のレースナンバーは予選タイム順に割り当てられる。予選で最も速いタイムに決勝でレースナンバー 1 番が割り当てられる。同着の選手はランダムにナンバーを振られる。

21.7. 結果

- a.) 決勝の結果を大会の最終結果とする。表彰、賞金はそれによって配分される。
- b.) 決勝で完走した選手よりも多くのランキングポイントが割り当てられる大会であれば、以下の順に残りのポイントを割り当てる。
 - (1) 予選のタイムに応じて、決勝で DNF の選手
 - (2) 予選のタイムに応じて、決勝で DNS の選手
 - (3) もし B 決勝がなかった場合：決勝に進出しなかった選手の中から、予選のタイムによってポイントを割り当てる。もし B 決勝がある場合：B 決勝の結果でポイントを決める。
 - (4) DSQ 選手はいかなるポイントも獲得できない。

22. アクアバイク

22.1. 総則

- a.) アクアバイクはスイム、トランジションエリア 1、バイク、そしてトランジション 2 の構成である。
- b.) アクアバイク大会はロングディスタンスやエイジグループカテゴリー下でのみ組まれ、同じスイムとバイクの距離でロングディスタンストライアスロン大会のプログラムに含まれる。

22.2. 距離

- a.) スイム 1900 メートルかそれ以上に続き、バイク 80 キロメートルか、それ以上。アクアバイクが含まれているロングディスタンストライアスロン大会の距離を反映している。

22.3. 特別競技規則

- a.) アクアバイクはアクアバイクが含まれているロングディスタンストライアスロン大会と同じ競技規則によって統治さ

れる。

22.4. フィニッシュ

- a.) 選手は T2 出口にあるフィニッシュラインでレースをフィニッシュする。このポイントに記録されたタイムがファイナルタイムになる。

(I T U 附則抜粋)

23. 附則 A : レース距離と年齢要件

トライアスロン

トライアスロン	スイム	バイク	ラン	出場最低年齢
チームリレー	250 から 300m	5 から 8 km	1.5 から 2 km	15
スーパースプリント	250 から 500m	6.5 から 13 km	1.7 から 3.5 km	15
スプリント	750m 以上	20 km 以上	5 km 以上	16
スタンダード	1500m	40 km	10 km	18
ミドル	1900 から 3000m	80 から 90 km	20 から 21 km	18
ロング	1000 から 4000m	100 から 200 km	10 から 42.2 km	18

デュアスロン

デュアスロン	ラン	バイク	ラン	出場最低年齢
チームリレー	1.5 から 2 km	5 から 8 km	0.75 から 1 km	15
スプリント	5 km	20 km	2.5 km	16
スタンダード	5 から 10 km	30 から 40 km	5 km	18
ミドル	10 から 20 km	60 から 90 km	10 km	18
ロング	10 から 20 km	120 から 150 km	20 から 30 km	18

アクアスロン

アクアスロン	ラン	スイム	ラン	出場最低年齢
スタンダード	2.5 km	1000m	2.5 km	16
スタンダード(低水温)		1000m	5 km	16
ロング	5 km	2000m	5 km	18
ロング(低水温)		2000m	10 km	18

ウインタートライアスロン

ウインタートライアスロン	クロスカントリーラン	マウンテンバイク	クロスカントリースキー	出場最低年齢
チームリレー	2 to 3 km	4 to 5 km	3 to 4 km	15
スプリント	3 to 4 km	5 to 6 km	5 to 6 km	16
スタンダード	7 to 9 km	12 to 14 km	10 to 12 km	18

S3 ウィンタートライアスロン

S3 ウィンタートライアスロン	スノーシューイング	スケート	クロスカンリースキー	出場最低年齢
スタンダード	4 から 6 km	10 から 14 km	7 から 9 km	16

クロストライアスロン

クロストライアスロン	スイム	マウンテンバイク	クロスカンリースラン	出場最低年齢
チームリレー	200 から 250m	4 から 5 km	1.2 から 1.6 km	15
スプリント	500m	10 から 12 km	3 から 4 km	16
スタンダード	1000 から 1500m	20 から 30 km	6 から 10 km	18

Cross Duathlon: クロスデュアスロン

クロスデュアスロン	クロスカンリースラン	マウンテンバイク	クロスカンリースラン	出場最低年齢
チームリレー	1.2 から 1.6 km	4 から 5 km	0.6 から 0.8 km	15
スプリント	3 から 4 km	10 から 12 km	1.5 から 2 km	16
スタンダード	6 から 8 km	20 から 25 km		18

アクアバイク

アクアバイク	スイム	バイク	出場最低年齢
ロングディスタンス	1000 から 4000m	100 から 200 km	18

26. 附則 D : 用語の定義

年齢	大会の実施年 12 月 31 日における選手の年齢
エイジグループチームマネージャー競技説明会	TD が競技に関する詳細事項をエイジグループのチームマネージャーとコーチに対して通知する説明会
エイド/外部援助	選手が受けるいかなる種類の物質的な補助や人的援助。その援助の内容により、許可されたり、禁止されたりすることがある。
アンブッシュマーケティング	意図的にテレビやメディアの生放送の機会を利用して、許可されたサイズよりも大きいスポンサーロゴを映し出したり、大会実行委員会や ITU によって提供されていない用具や物体を映し出したりすること。
上訴	競技大会の審議委員会や ITU 仲裁裁判所に対する要求で、審判長/審議委員会の決定に対する再調査を求めるもの。(注:ドーピング違反の発見やドーピング違反の発見により科せられた罰則に対する上訴はこれには含まれない。ITU 仲裁裁判所にこれらの上訴は独立してなされなければならない。)
上訴人	上訴する選手。
アクアバイク	スイムとバイクの 2 つのパートからなるマルチスポーツ：最初の競技がスイムで最後がバイクとなる。
アクアスロン	スイムとランの 3 パートからなるマルチスポーツ：第一ラン、スイム、第二ラン

	の構成となる。
援助	選手を援助したり安定させたりするためになされる無許可や非公式なあらゆる試み。
アシスタントチーフ TO	競技や競技コース上の担当 TO の配置調整に関して CRO を補佐する。
選手	ITU 競技大会において登録し参加する選手
選手競技説明会	TD が競技に関するすべての詳細事項を選手に通知する説明会。
自転車	自転車は 2 つの同径のホイールからなる人的駆動の乗り物である。前輪は操舵可能であり;後輪はペダルとチェーンからなるシステムによって駆動されなければならない。自転車はバイクとも呼ばれる。
ブロッキング	一人の選手による他の選手に対する意図的な進行妨害のこと。バイクコースにおいて、道路上の適切とされる側を進行しない選手。
ブルーカード	バイク競技中におけるドラフティング違反に対する罰則を選手に対して通知する為の青いカード。
チャージ	他の選手の進行を妨げる、前方、後方や側面への一選手による接触。
チェックイン	競技前に行われる、選手ラウンジとトランジションエリアへの入場管理。両方ともに TD によって入場許可時間が決められる。
チーフ TO	TD により任命され、TO の配置調整及び管理に責任を持つ。
クリーンスタート	全ての選手がホーンの後にスタートする。競技は続行される。
コーチ競技説明会	TD が競技に関する全ての詳細情報をコーチに通知する説明会。
審議委員会	審議委員は TD により任命され、TD が審議委員長を務める。抗議における判定を含む、審判長による決定に対する全ての上訴に対する聴聞や裁定を実施し、抗議上訴の適格性を決定する責務がある。
利益相反	業務上の判断や行為において、主要な利益が別の利益により不当に影響されてしまう危険性を産み出す一連の状況。
大陸	ITU による 5 つの地理的区分。アフリカ、アメリカ、アジア、ヨーロッパ、そしてオセアニア。
CTO	ITU によって認可されたレベル 2 の TO。
コース	スタートからフィニッシュまで、進行方向が、明確にマークかつ測定され所定の表示がされていなければならない。
這う行為	手足のうち 3 つ以上が地面に接した状態で、選手が前進する行為。
バイク競技	選手競技説明会時に定義される通り、バイクコース上でバイクに乗るか、押すかもしれない運ぶ行為が行われる競技上の一部である。バイクコースは乗車ラインで始まり降車ラインで終わる。
降車ライン手前における降車	選手の足はバイクを降車後、降車ライン手前の地面に接触しなければならない。 選手の足が降車ライン手前で地面と接触しなければ、ルール違反とみなされる。
降車ライン	選手がバイクから完全に降車しバイクラックに進行する際に、バイクコースから

	トランジション入口において指示されたラインである。降車ラインはトランジションエリア入口の幅であり、旗/ライン/審判、もしくはその組み合わせによって明示される。
失格	報告された、もしくは抗議の理由となる、ルール違反に対する適切な罰則の一つ。この罰則の結果、当該選手は大会のフィニッシュタイムやスプリットタイムがなくなり、いかなるカテゴリーやレース全体の順位がつかない。当該選手の結果は DSQ(失格)と表示される。
バイクドラフトゾーン	スタンダード及びそれより短い距離の大会においてはバイク競技中のドラフトゾーンは道幅 X10m で、ミドル及びロングディスタンスの大会においては道幅 x12m と定義される。
オートバイドラフトゾーン	バイク競技中、オートバイドラフトゾーンは道幅 x12m と定義される。
他の乗り物によるドラフトゾーン	バイク競技中、道幅 x35m が他の乗り物によるドラフトゾーンと定義される。
ドラフティング	ドラフトゾーンに侵入後、スタンダード及びそれより短い距離の場合は 20 秒、ミドル及びロングディスタンスの場合は 25 秒以内に追い越しを完了しないとドラフティングとみなされる。
デュアスロン	バイクとランの 3 パートからなるマルチスポーツ：第一ラン、バイク、第二ランの構成となる。
フライング	スタート合図より前に、選手の足がスタートラインの垂直部分を越えるとき。
エリート	エリート選手はエリートレースで競技する選手。
大会主催者マニュアル	一貫して高度な世界大会運営及びマーケティング水準を確実に導入するために開発されてきた文書。
追放	追放処分とされた選手は生涯にわたり、いかなる ITU 認可大会や ITU と関連した JTU に認可されたいかなる大会への参加が認められない。
競技エリア	ITU 競技大会が実施される競技コース。
競技場での決定	TO や、または審議委員会による ITU ルールの適用や解釈。
決勝	予選方式の大会における最後の回戦。決勝において大会の優勝者とメダリストが決定される。
フィニッシャー	ルールにのっとりレース全体を完了しフィニッシュラインを越えた、フィニッシュラインの先端部からの垂直線を胴体部分の一部（言い換えると頭、首、腕、脚、手足を除いた身体）でも接触した選手。
不可抗力	ストライキ、ロックアウトや他の産業上の混乱、公序公権に対する不法行為、戦争による封鎖、暴動、落雷、火災爆発、嵐、洪水、要注意人物、ボイコットや制裁によって引き起こされる貨物や移動の遅れを引き起こす、合理的に見て主催者に管理責任を問えない出来事。
競技続行不可と判定された選手	レース医療関係者によって、レースを続行すると自身や他の選手に対して怪我を負わす可能性が高いと判断された選手。
不適切な露出	故意に臀部や陰部を露出すること。更に女性選手の場合、故意に乳首を露出すること。
陸水	潮が水位の変化に影響する湖、入り江、運河及び河川

妨害	他の選手を妨げる意図的なブロック、チャージや突然の動作のこと。
ITU	ITU によって認可されたレベル 3 の TO。
国際トライアスロン連合	トライアスロン、デュアスロン、アクアスロン、ウインタートライアスロンかつその他全てのマルチスポーツを世界的に管轄する主体。スイスのローザンヌに所在する非営利活動法人。
ITU 競技規則	公正で安全な競技をつかさどる全てのルールと規則を含有する文書。
ITU メンバー	ITU に関連する JTU 及び大陸連合。
ITU 諸規則	ITU により日々採用され改正される諸規則で、主だったもので ITUEOM、ITU 競技規則、ITU 憲法と附則、ITU 選手同意書、ITU クオリフィケーション基準、ITU ランキング基準がある。諸規則は www.triathlon.org からダウンロード可能である。
有効でないスタート	複数の選手が明らかにホーンの前にスタートし、他の選手はスタートラインの後ろにとどまる場合で、スタートはクリーンとみなされず有効でないと宣言される。
バイク最後尾選手とラン先頭選手が重なる場合	バイクとランコースが部分的に共通の場合に発生し、ラン先頭選手がバイクとランコースの重複部分に到達した際に、バイクコース上にバイク選手がいる場合に発生する。
LOC（大会実行委員会）	ITU 競技大会を開催する主体。
乗車ライン後の乗車	選手がバイクに乗車する前に、選手の足が乗車ライン後で地面と接触しなければ、ルール違反とみなされる。
乗車ライン	選手がそのラインの後でバイクに乗車し、バイクコースへ向かうトランジション出口において指示されたラインである。乗車ラインは通常トランジションエリア入口の幅であり、旗/ライン/TO、もしくはその組み合わせによって明示される。
JTU	ITU と関連する国のトライアスロン管轄団体。
NTO	JTU に認可されたレベル 1 の TO。
追い越し	バイクコース上で、追い抜きをかける選手の前輪の先端が追い抜かれる選手の前輪の先端を越えた状態である。追い越しは適切な側からのみ可能である。
パック	二人以上の選手がドラフトゾーン内にいる状態。
追い抜き	選手同士のドラフトゾーンが重なる場合、最大 20 秒以内で継続的に前進続けることでそのドラフトゾーンから離脱し追い越さなければならない。選手は適切な側のみを通行し追い抜くことができる。
罰則	ITU TO によって判定された、選手による意図的でないルール違反の帰結である。罰則には、タイムペナルティ、失格、資格停止や追放といった形態がある。
ペナルティボックス	バイクコース上やランコース上に設けられた、ルール違反に対するタイムペナルティを科すための区域。
義肢	逸失した身体の一部を代替するために用いる人工的な器具。

抗議	他の選手や競技役員の行為や競技の状況に対してなされる正式な苦情申立。
審判長	TO によって報告された全てのルール違反に関して聴き取りをし最終決定をする、かつ TD に対する責任を負う TO。TD が審判長を任命する。
レッドカード	選手に対して失格を宣告するカード。
地域	地理上や文化的な理由により関連した、同じ又は異なる大陸からの国の競技団体の集まり
登録	選手及びコーチ向け競技説明会の入口に設けられるチェックポイント。この説明会の参加者は参加者名簿にサインする。
結果	違反報告書が裁定され、抗議及び上訴が聴聞され、罰則が与えられた後の全選手の時間内フィニッシュ順位。
優先通行権	ITU 競技規則の範疇で、レース中首位になった選手が望ましいコースを通行する権利。
回戦	予選方式の競技大会における各ステージのこと。予選方式の競技大会には準決勝及び決勝の 2 回戦が存在する。
ランコース	競技説明会で定義された、選手が走るか歩くことのできる特有の境界のある競技コースの一部である。トライアスロンとアクアスロンにおいては、ランコースはトランジションの出口に始まりフィニッシュラインで終わる。デュアスロンにおいては、第一ランはスタートラインで始まり、トランジション入口で終わり;第二ランはトランジション出口に始まりフィニッシュラインで終わる。
認可	大会運営に対する JITU による許可。許可発行は大会計画する認可団体によって十分に検分され、安全かつ公正な大会運営のために最大限の潜在資源を提供する JITU の運営要求に十分沿うことの宣言である。
海や転移水域	河口、三角州、リアス式海岸を含む、潮流の影響を受ける海洋、海及び河川の一部
準決勝	予選方式の競技大会の予選部分である。準決勝は決勝にすすむ選手を決定する。
競技クラス	パラトライアスロン競技クラスは、障害に因る活動限定度に応じて選手が区分分けされる、ITU によって定義された区分である。
スポーツマン精神	競技中の選手がとるべき言動。スポーツマン精神とは、公正、合理的で礼節のある言動とされている。一方、悪いスポーツマナーは公正でなく、非倫理的で、不正直で、乱暴な行為、意図的な違法行為、暴言、恐喝、持続的なルール違反のような言動を指す。
標準ブリッジピース	ハンドルバークリップ・オンの両先端部を連結するプラスチックか金属製の堅固な部品で商業的に購入可能なもの。
ストップアンドゴー	選手をストップさせ、誤りを正して競技を続行させる罰則。
サブクラス	パラトライアスロン競技クラス内の部門。各パラトライアスロンサブクラスには同じ競技クラスで同様の障害状況を持つパラトライアスリートが属している。
資格停止	この罰則を受けた選手は定められた資格停止期間内にいかなる ITU や

	ITU 関連加盟連合認可大会に参加できない。ドーピング違反に因る資格停止処分の選手は IOC 関連のいかなる地方、地域、州、国家や国際大会に参加できない。違反の重大度に応じて資格停止期間は異なる。ITU による資格停止の場合、資格停止期間は ITU 仲裁裁判所によって決定される。
スイムコース	競技説明会で定義された特有の境界内の、選手がスイム競技を行うレースコースの一部。トライアスロン及びアクアスロンにおいて、スイムコースはスタートラインに始まりトランジションエリア入口前の水際で終わる。
TD（技術代表）	ITU による資格を受けた TO で、ITU 競技規則及び ITU EOM が全ての側面において競技大会の前中後から確実に履行されていることに責任を負う。上訴がなされた場合、TD は審議委員会の長を務める。TD は通常は認可大会の管理監督の責を負う。
TO（審判員）	ITU 競技大会における ITO、CRO、NTO による審判チーム。
タイムペナルティ	ある時間をペナルティボックス内でとどまる罰則。フライング時のタイムペナルティはペナルティボックスではなく第一トランジションにおいて科せられる。
胴体	首、頭及び四肢を除いた身体。
トランジションエリア	スイムコースやバイクコースやランコースの一部でなく、個人の競技ウェアや用具を置くために選手に割り当てられた、明確な境界を持つ場所のこと。
トライアスロン	連続するスイム、バイク及びラン競技からなる個人やチームスポーツ。
フライングがある有効スタート	合図前にスタートした選手がごく少数の場合。フライングした選手は第一トランジションにおいてタイムペナルティを受ける。
競技会場	全てのウォームアップと競技区域、その上空、公式ホテル、放送者、プレスとメディア区域、EXPO 区域、と際限ない観客区域を含む隣接区域、VIP 席、トランジションエリア、フィニッシュエリア及び大会実行委員会の管轄化にある全ての区域。
違反	罰則につながるルール違反。
警告	競技中、選手に対して TO から出される注意。警告の目的は起こりうるルール違反の潜在性を選手に注意喚起し、予見的な行動を促進することである。
ウインタートライアスロン	異なるウインタースポーツからなるマルチスポーツ。二つの様式がある、1 つ目は雪上ラン、雪上バイクそしてクロスカン트리スキーでフィニッシュするもので、2 つ目は雪上ラン、スケート、そしてクロスカン트리スキーでフィニッシュするものである。
イエローカード	警告、タイムペナルティやストップアンドゴーに至りうる違反を選手に対して通知する為のカード。

28. 附則 F1：ユニフォーム規則

1. 概要

- 1.1. ITU 大会で競技するために、選手は ITU ユニフォーム規則に従わなければならないし、ITU 競技規則 2.8 にあるユニフォームを参照しなければならない。
- 1.2. ここで示すユニフォームのイメージは典型的なトライアスロンユニフォームを再現したものである。ウインタートライアスロンの場合や、トライアスロン、デュアスロンやアクアスロンにおいてもさまざま場合で、長袖や下肢をカバーすることが許可されている。この附則は全てのケースにおいて同様に適用される。

2. 目的

- 2.1. 地元やグローバルな観客やメディアに対して我々のスポーツのグリーンでプロフェッショナルなイメージを提供すること。
- 2.2. 確認可能な広告のために合理的なスペースをスポンサーに提供すること。
- 2.3. 附則 F2 に示すように、ITU 会員である JTU と選手が権利と責任を尊重しながら、相互に有益な関係を構築可能にする枠組みを提供すること。

3. 一般的な要件

- 3.1. ユニフォームは以下に記述されているもの以外のいかなるロゴやイメージを含有しないこと。
- 3.2. 選手がユニフォームを着ていない時、ユニフォームを平らな面に置いてロゴサイズは測定される。ロゴサイズを測定するために「ITU ロゴ測定テンプレート」が使用される。
- 3.3. 煙草、酒類、そして WADA の禁止リスト上の物質を含む製品以外のものであれば、スポンサーのスペースに使用されるスポンサーのロゴのタイプに制約はない。（スポンサースペースの位置は図 1 参照）
- 3.4. ユニフォームの全てのマークの回りには最小限 1.5 センチの隙間がなければならない。
 - a) ITU ロゴ
 - b) 姓
 - c) 国コード
 - d) 全てのスポンサーのロゴ

4. ユニフォームの色とデザイン

- 4.1. エリート、アンダー-23、ジュニア、ユース： ITU 世界トライアスロンシリーズグランドファイナル、ITU 世界トライアスロンシリーズ、ITU コンチネンタル選手権、ITU マルチスポーツ世界選手権におけるユニフォームは、JTU によって選択された色でなければならない。他の全ての ITU 大会におけるユニフォームの色には制約がない。
パラ： ITU 世界選手権グランドファイナル、ITU コンチネンタル選手権、ITU マルチスポーツ世界選手権におけるユニフォームは、JTU によって選択された色でなければならない。
エイジ： ITU 世界選手権、ITU コンチネンタル選手権、ITU マルチスポーツ世界選手権におけるユニフォームは、JTU によって選択された色でなければならない。
- 4.2. ユニフォームや表彰式の服装の色とデザインは国をはっきりと識別できるものでなければならず、事前に ITU によって承認されていなければならない。
- 4.3. 国のユニフォームは見た目で識別されなければならない。しかしながら、デザインの要件は、選手の体型やサイズに関わる技術的要件に影響を与えてはいけなない。
- 4.4. ユニフォームの色やデザインの承認プロセスは附則 F3 に概説されている。承認プロセスの目的は複数の国が同じユニフォームの色とデザインを持たないよう確認することである。

4.5. エリート、アンダー-23、ジュニア、ユース：ITU は ITU 世界トライアスロンシリーズの現状のポイント上のリーダーが着用するユニフォームの色に関して、1 月 30 日までに特定のルールを確立する権利を有している。



5. 姓と国コード/名

5.1. 姓と IOC 国コードはユニフォーム前面上部と臀部に置かなければならない。ファーストネームのイニシャルは姓の前に加えてもよい。同姓の選手はファーストネームのイニシャルを付けることが推奨される。姓と国コードの表記は以下の基準に沿っていなければならない。

a) フォント

- ・ フォントタイプは 'Arial' でなければならない。
- ・ 姓や国コードの文字は大文字でなければならない。名前が 9 文字以上の場合、最初の大文字に続き小文字を使用してもよい。' ' などの記号やスペースは文字として考えられる。(図 2：姓レイアウト参照)

b) 色

- ・ ユニフォームが暗い色なら、文字は白にしなければならない。ユニフォームが明るい色なら、文字は黒にしなければならない。

c) 場所

- ・ 前：前面の位置は、ITU ロゴやスポンサースペース B や F の下とする。選手の姓は国コードやスポンサースペース A の上とする。
- ・ 後ろ：背面の位置は選手がバイク乗車中にはっきりと見えるようにウエストラインより下とする。選手の姓は国コードより上とする。

- ・ 高さ：姓や国コードは、文字数に関わらず、5cm の高さにしなければならない。ジッパーは 40cm。
- ・ 幅：姓の幅は最小 12cm、最大 15cm である。文字数の少ない姓でも最小幅 12cm にしなければならない（図 2：姓レイアウト参照）。国コードの幅は 6cm から 10cm にしなければならない。

図 2. 姓レイアウト

IDA

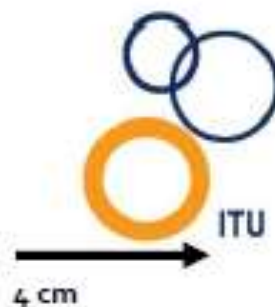
- ・ 上部の“IDA”のような姓は、高さ 15cm、幅 12cm
- ・ 下部の“Nakabayashi”のような長い名前は、高さは 5cm だが、名前は最大 15cm 取れる

Nakabayashi

6. ITU ロゴ

- 6.1. 公式な ITU ロゴは右肩上に表記する。
- 6.2. 右下に ITU 文字を伴う公式 ITU リングに準拠させる。
- 6.3. 水平方向の寸法は 4cm になる。
- 6.4. 暗い色のユニフォームには白バージョンロゴ、明るい色のユニフォームには青やオレンジバージョンロゴを使用しなければならない（6.5 の図 3 参照）。
- 6.5. ITU ロゴのプリントバージョンは[ここ](#)をクリック

Diagram 3. ITU Logo Layout



- 6.6. 上の図 3 は ITU ロゴの正しいレイアウトを示している。

a) ITU オレンジ。

- ・ パントーン 144C

- ・ CMYK コンバージョン- C: 0%, M: 49%, Y: 100%, K: 0%.

b) ITU 青

- ・ パントーム 2955C
- ・ CMYK コンバージョン- C: 100%, M: 45%, Y: 0%, K: 37%

6.7. エリート、アンダー-23、ジュニア、ユース：世界チャンピオンは ITU ロゴの下に WTS がこの名誉を称えるデザイン要素を追加することが許可されている。図柄の詳細は、別途発表される。

7. スポンサースペース

7.1. スポンサースペース A

- a) このスペースは国コードの真下とする（図 1. スポンサーロゴ：サイズとスペース参照）
- b) 最大高さは 20cm
- c) 最大幅は 15cm
- d) 3 つまでのスポンサーロゴをこのスペースに置くことができる。
- e) 選手はこのスペースに 1 つか 2 つ、または 3 つロゴを付けられる。それぞれのロゴは異なったスポンサーの表示でなければならない。

7.2. スポンサースペース B：前面左上

- a) このスペースはユニフォームメーカー、または他のスポンサーのためにある。
- b) 最大高さは 4cm。
- c) 最大幅は 5cm
- d) このスペースはユニフォームの左肩にあり、真ん中ではない。

7.3. スポンサースペース C：側面

- a) スポンサーロゴは側面に表記する。
- b) 最大幅は 5cm
- c) 最大高さは 15cm
- d) 一つのスポンサーロゴのみが両側に配置することが許される。そのロゴは同一でなければならない。
- e) このスペースは体の側面から見えなければならない。選手の体型によってはこのスペースは正面や背面からも見えるかもしれない。

7.4. スポンサースペース D：正面の低い位置

- a) 最大高さは 4cm
- b) 最大幅は 5cm
- c) このスペースはユニフォームの下部の左か右につけることができるが、両方につけてはならない。

7.5. スポンサースペース E：背面上部

- a) スポンサーロゴの 1 つを背面の姓の上に表記できる。
- b) 最大高さは 10cm
- c) 最大幅は 15cm

7.6. スポンサースペース F：正面上部

- a) スポンサーロゴの 1 つを正面の姓の上に表記できる。
- b) 最大高さは 5cm

- c) 最大幅は 15cm

8. 帽子

8.1. スイム

- a) ITU/大会実行委員会によって定められたもの以外はスイムキャップにスポンサーロゴは許可されない。

8.2. 自転車と PTHC ラン

- a) 選手は、ITU 競技規則に定められているとおり、自転車競技中および PTHC 選手のラン競技中はヘルメットを着用しなければならない。
- b) ITU または大会実行委員会によって提供されたヘルメットレースナンバースティッカーは変造なしにヘルメットの正面と両サイドにつけなければならない。他のスティッカーは許可されない。
- c) ナンバーがはっきりと目視できるためにヘルメットナンバースティッカーの周囲 1.5cm は隙間を設けなければならない。
- d) ヘルメットは、上述の要件 b)と c)に合致している限り色やデザインは自由で、どのようなロゴがあっても良い。

9. 自転車

- a) 選手の自転車の製品に関係するロゴのみが表記できる。
- b) ロゴはバイクフレームにあるバイクレースナンバーに干渉したり、妨げたりしてはいけない。
- c) ITU または大会実行委員会が提供するバイクレースナンバースティッカーは、変造することなく指示通りにバイクにつけなければならない。

10. ウェットスーツ

10.1. ロゴ

- a) ウェットスーツメーカーのロゴのみがウェットスーツに表示できる。
- b) 最大サイズは正面と背面の 80 平方 cm。このスペースはウェットスーツの表面と裏面の両方に許可される。
- c) もしメーカーが正面や背面に 2 つ、それ以上のロゴを望むなら、合計が 80 平方 cm を超えてはいけない。
- d) サイドパネルのロゴは、背面の 80 平方 cm、または正面の 80 平方 cm の、どちらかに含まれなければならない。

11. レースナンバー

11.1. エリート、アンダー23、ジュニアそしてユースのレースナンバー

- a) ITU はレース識別ロゴを含むボディナンバーデカールを提供する。そして、それぞれのエリート選手はボディナンバーデカールを大会前に付ける。
- b) ボディナンバーデカールの 1 セットは両腕、両脚に付けられる。
- c) 二桁の数字のデカールは上下に付けられる、横並びではない。

例えば 23 はこのように表記される。 $\begin{matrix} 2 \\ 3 \end{matrix}$ このようではない。 **23**

11.2. パラトライアスロンのレースナンバー

- a) 伝統的なレースナンバー：ITU または大会実行委員会が提供するレースナンバーは、選手やチームマネージャーの競技説明会で ITUTD において指示されたとおりに、変造なしに身に付けなければならない。

- b) 大会実行委員会はボディマーキングを提供する。それぞれのエリート選手は大会前にボディマーキングをしなければならない。
- c) 選手またはチームマネージャーの競技説明会にて技術代表からの指示がない限りは、ボディマーキングの 1 セットは、両腕、両脚に付けられる。

11.3 エイジグループのレースナンバー

- a) 伝統的なレースナンバー：ITU または大会実行委員会が提供するレースナンバーは、選手やチームマネージャーの競技説明会で ITUTD において指示されたとおりに、変造なしに身に付けなければならない。
- b) 選手は、選手またはチームマネージャーの競技説明会で ITU の TD によって他の指示がなければ、両腕や両脚にボディマーキングする。
- c) 選手の片方のふくらはぎに選手のカテゴリーと性別をマークしなければならない。（例えばナンバー M25 は男性カテゴリー 25-29 の男性の選手に表記される。または、F40 は女性カテゴリー 40-44 の女性の選手に表記される）

12. 一時的タトゥー

- 12.1. ITU 大会中、選手の体に ITU によって提供されるレースナンバーやロゴ以外の、一時的なタトゥーをすることは許可されていない。

13. 表彰台の服装（エリート、U23、ジュニア、そしてユースの選手）

- 13.1. この附則で規定されている全てのユニフォーム規則は表彰台の服装にも適用される。

14. PTVI 競技クラスの特別ルール

- 14.1. ガイドのユニフォームは上記の規則に従わなければならない、パラトライアスロン選手のユニフォームと同様に、スポンサーロゴとスペースを使用できる。
- 14.2. 姓スペースの中に、ガイドのユニフォームは“GUIDE”の文字を表示する。
- 14.3. フォントタイプは“Arial”でなければならない、高さは 5cm、幅は 12cm

附則 F2：

権利と責任(エリート、U23、ジュニア、そしてユースの選手)

	トライアスロン世界選手権 シリーズとグランドファイナル	トライアスロンワールドカップ	コンチネンタル選手権	トライアスロンコンチネンタル カップ	マルチスポーツ選手権	他の ITU 大会
ユニフォームの色とデザイン	カタログどおり	選手とJTU間の誠実な合意による	カタログどおり	選手とJTU間の誠実な合意による	カタログどおり	選手とJTU間の誠実な合意による
姓	ITU 競技ルールに従って必須					
国コード						
ITU ロゴ						
スポンサースペース A ～F	選手と JTU 間の誠実な合意による					

権利と責任（パラトライアスロン選手）

	トライアスロン世界選手権、 コンチネンタル選手権	マルチスポーツ選手権	他のITU大会
ユニフォームの色とデザイン	カタログどおり	カタログどおり	選手とJTU間の誠実な合意による
姓	ITU競技ルールに従って必須		
国コード			
ITUロゴ			
スポンサースペースA～F	選手とJTU間の誠実な合意による		

権利と責任（エイジグループの選手）

	トライアスロン世界選手権と コンチネンタル選手権	マルチスポーツ選手権	他のITU大会
ユニフォームの色とデザイン	カタログどおり	選手とITU間の誠実な合 意による	選手とITU間の誠実な 合意による
姓	ITU競技規則に従って（オプション）		
国コード	ITU競技規則に従って必須		
ITUロゴ			
スポンサースペースA～F	選手と国内競技団体間の誠実な合意による		

2.8. ユニフォーム

- a.) ITU 大会に参加する全ての選手は、ITU ユニフォーム規則(附則 F 参照)に準じたユニフォームを着用しなければならない。
- b.) ITU ユニフォーム規則は商業的ロゴを含む選手のユニフォームのスペースの制限を設ける。
- c.) 選手は、ユニフォーム着用にあたり、以下の規則に従う。
 - (1) 選手は競技中や表彰式でユニフォームを着用する。長袖や長ズボンは表彰式で許可される。
 - (2) ユニフォームは胴前面全体をカバーしなければならない。上半身背面はカバーされていなくてもよい。
 - (3) 異常な気象状況を除き、腕はカバーされていはいけない。長袖を許可するか、必須にするかは技術代表が、メディカル代表(もし参加しているならば)と相談し決定する。
 - (4) ウェットスーツが許可されたら、腕を覆うことはできるが、手を覆うことはできない。
 - (5) スーパースプリント、スプリントとスタンダードトライアスロンを除く、ITU 大会に参加する選手は、肩までのユニフォームは着用できるが、肘を覆ってはならない。
 - (6) PTHC クラスでパラトライアスロン競技をする選手は、どの ITU 大会でも肩までのユニフォームは着用できるが、肘を覆ってはならない。
 - (7) ウェットスーツ禁止時のスイムでひざ下を覆うユニフォームは許可されない。
 - (8) ワンピース型ユニフォームが好ましい。もしもツーピースを使用する場合は、上と下のあいだの素肌が見えないようにする。選手はレース中、胴体全体をユニフォームで覆っていないなければならない。
 - (9) スーツにジッパーがある場合は、背中部分になければならない。またそのジッパーの長さは 40cm 以内にする。(ミドルやロング大会は除外する)
 - (10) ユニフォームは競技中、両肩の上に載せてなければならない。
 - (11) エリート、U23、ジュニア、ユース、パラトライアスロン選手は、スタンダードや、それよりも短い大会ではスタートからフィニッシュまで同じユニフォームを着用しなければならない。
 - (12) 技術代表が認めれば雨天用ジャケットが許可される。雨天用ジャケットはユニフォームと同じデザインと同色か、または透明な素材でなければならない。
 - (13) ユニフォームに関する ITU 競技規則に準じていない場合、選手は、ITU 提供のトライアスロンスーツを着用しなければならない。技術代表は選手に対し、競技規則に準じていないユニフォーム上のロゴを、消えないマーカーやあるいは他の方法で、きっちり隠すよう要請できる。もしレース中や表彰式で、選手が競技規則に準じていないロゴのついたユニフォームを着用した場合、その選手は失格となる。
- d.) 宗教上の理由で、選手は次の要件を満たした場合、(顔を除く)全身をカバーすることが許可される。
 - (1) ユニフォーム素材は FINA(ウェットスーツ禁止スイムで適用できる素材)が承認したものであること。
 - (2) このユニフォームはバイクメカニズムに支障がないこと。
 - (3) 技術代表の指示に従ってエキストラレースナンバーをユニフォームに取り付けなければならない。

33. 付則 K: 罰則と違反

このリストは最も一般的な罰則と違反の用例である。この附則と競技規則の主要部分と解釈が異なる場合、競技規則の本文が適用される。

下表におけるエリートという表記にはエリート、U23、ジュニア及びユースが含まれる。

一般	
違反事例	罰則
1. 間違った年齢カテゴリーや許可されていない距離の競技、前の大会から36時間経過しないで参加した選手	この期間のすべての競技に失格（DSQ）とされる。
2. 定められたコースから外れた場合	警告で同じ地点から競技に再参加 改めない場合：失格（DSQ）
3. 安全上の理由でコースから外れ、外れた箇所から競技再開できず、アドバンテージを得られた場合	もしアドバンテージを得たならタイムペナルティが適用される
4. 競技役員・審判員に対する暴言や暴力行為	失格（DSQ）また ITU 仲裁裁判所へ 資格追放案件として報告する
5. スポーツマン精神的に反する行為	失格（DSQ）また ITU 仲裁裁判所へ 資格停止案件として報告する
6. ブロッキング、チャージング、妨害、又は他の選手に対する前進妨害	非意図的：警告と是正 意図的：失格（DSQ）
7. 不当な接触。選手間での接触の発生そのものは違反ではない。限られたエリアで選手が移動している際に接触は発生しうる。均等に有利な位置取りをしている選手間の偶発的接触は違反ではない。	非意図的：警告と是正 意図的：失格（DSQ）
8. 審判員、競技役員や他選手以外からの援助を受けること	修正して元の状態にもどることができれば 警告と是正 改めない場合：失格（DSQ）
9. 審判員や競技役員の指示に従うことを拒否すること	失格（DSQ）
10. レースナンバーが 大会実行委員会から提供され、技術代表によって適切な方法での着用が指示され競技説明会で発表された場合に、提供されたままのレースナンバーを着用しないこと	警告と是正 改めない場合：失格（DSQ）
11. ウェットスーツ禁止レースでスイム中レースナンバーを身に着けた場合	警告と是正 改めない場合：失格（DSQ）
12. 明確に設置されたエイドステーションやゴミ捨て場所以外で、ゴミや用具をコース周辺に捨てた場合	警告と是正 改めない場合、タイムペナルティ
13. アドバンテージを得たり、他人に危険となりえたりする不正又は非許可用具を使用すること	警告と是正 改めない場合：失格（DSQ）
14. レースで特別に決められた交通規則を違反したとき	非意図的：可能であれば警告と是正 改めない場合または意図的：失格（DSQ）

15. ITU 公認競技大会で、エリート、U23、ジュニア、ユース選手やパラトライアスリートによる不自然あるいは意図的な同着;	失格 (DSQ)
16. 競技中や表彰時に、チェックイン時と異なるユニフォームを着用したとき	警告と是正 改めない場合：失格 (DSQ)
17. 競技中や表彰時に、競技規則に適合しないユニフォームを着用したとき	失格 (DSQ)
18. 天候状況を判断し技術代表から要請されたにもかかわらず、競技中に腕を覆っていなかった場合	競技前：警告と是正 改めない場合：失格 (DSQ)
19. ミドルやロング大会で、競技中にユニフォームの前ジッパーを胸骨の下位置以下に開いていた場合	警告と是正 改めない場合：失格 (DSQ)
20. ミドルとロング大会で、ランコースの最終 200m でユニフォームの前ジッパーを下げたままの場合	警告と是正
21. いかなる類であっても政治的、宗教的又は人種的プロパガンダを誇示したとき	警告と是正 改めない場合：失格 (DSQ)
22. 偽名や年齢詐称、宣誓書の偽造、または虚偽の情報による不正行為	失格 (DSQ) また ITU 仲裁裁判所へ資格停止案件として報告する
23. 資格なしでの出場行為	失格 (DSQ) また ITU 仲裁裁判所へ資格停止案件として報告する
24. ITU 諸規則に対する度重なる違反行為;	失格 (DSQ) また ITU 仲裁裁判所へ資格停止案件として報告する
25. 薬物の不正使用	罰則は WADA 規程に準じて適用される。
26. スポーツマン精神に反する異常かつ暴力的な行為	失格 (DSQ) また ITU 仲裁裁判所へ資格停止案件として報告する
27. 上半身裸で競技する。	警告と是正 改めない場合：失格 (DSQ)
28. 不適切な露出行為または全裸	警告と是正 改めない場合：失格 (DSQ)
29. 外部支援：他の選手に、バイク本体、フレーム、ホイール、ヘルメット、あるいは他の用具を与え、自身が競技続行できなくなった場合	両方の選手が失格 (DSQ)
30. 他の乗り物から不当なアドバンテージを得た場合 (ドラフティングを除く)	失格 (DSQ)
31. 停まらなければならない次のペナルティボックスで停止しなかった場合	失格 (DSQ)
32. 他の競技が進行中のコースでウォーミングアップを行うこと	警告と是正 改めない場合：失格 (DSQ)

33. 資格停止処分中の競技参加	失格（DSQ） また ITU 仲裁裁判所へ 資格停止か追放案件として報告する
34. 表彰式でのアンブッシュマーケティング行為	当該競技大会での獲得賞金を没収
35. 検査に選ばれたが技術的不正の検査を意図的に欠席した場合。	失格（DSQ） また ITU 仲裁裁判所へ 資格停止案件として報告する
36. バイクで人力以外の装置を使い、結果的に技術的不正をした場合	失格（DSQ） また ITU 仲裁裁判所へ 資格停止案件として報告する
37. 選手が周りに十分に注意を払うことを妨害する装置を使用した場合	警告と是正 改めない場合：タイムペナルティ

競技説明会（エイジグループには適用されない）	
違反事例	罰則
38. TD に通知することなく、競技説明会を欠席した 場合;	TD に通知せず、説明会に出席しなかつた 選手は、今大会のスタートリストから削除され、かつ今後 30 日間競技大会の全てのスタートリスト及びウエーティングリストから削除される。
39. 競技説明会開始後に入室した選手あるいは TD に 欠席する旨を伝えた選手	スタート前の整列において、プレスタートライン列の最後に順序変更 ランカスノーシューが第一競技の場合はタイムペナルティ エリートパラトライアスロンはトランジション 1 でタイムペナルティ
40. TD に連絡していたか否かに係らず、ワールドカップまたはワールドトライアスロンシリーズの競技説明会に、同一シーズンに 3 回以上 欠席した選手	その後の大会の競技説明会に欠席する度にスタートリストから削除される。
スタート	
違反事例	罰則
41. スターターの合図の前にスタート	タイムペナルティ
42. 指定されたウェーブよりも早いウェーブでスタート	失格（DSQ）
43. 真っ直ぐ前進しないで入水した場合。	タイムペナルティ
44. 一度選択したスタート位置を変更する。	警告と是正 改めない場合：失格（DSQ）
45. 複数のスタート位置を確保する	警告と是正 改めない場合：失格（DSQ）

スイム	
違反事例	罰則
46. ウェットスーツ禁止レースで、肩から下の腕及び /または、膝から下の脚の一部でも衣類でおおう。	警告と是正 改めない場合：失格（DSQ）
47. 整列の時までに公式スイムキャップを身に着けていない場合	意図的：警告と是正 改めない場合：失格（DSQ）

トランジション	
違反事例	罰則
48. 自分の定められた場所以外に、また他の選手の進行を妨げる ようにバイクをラックに不適切に置く。	競技前：警告と是正 競技中： エイジグループとオープンパラトライアスロン：警告と是正 エリートドラフティング禁止およびエリートパラトライアスロン：タイムペナルティ エリートドラフティング許可：タイムペナルティ
49. 最初の競技が完了する前に、第 1 トランジションにてヘルメットのストラップを 締めておくこと。	エイジグループとオープンパラトライアスロン：審判員がストラップを外す。 エリートとエリートパラトライアスロン：：審判員がストラップを外しタイムペナルティ
50. トランジションエリアで、バイクを押している際ヘルメットのストラップを緩める行為又は締め方 が不十分である場合	エイジグループとオープンパラトライアスロン：警告と是正 エリートとエリートパラトライアスロン：：タイムペナルティ
51. マウントラインの手前での乗車	エイジグループとオープンパラトライアスロン：警告と是正 エリートとエリートパラトライアスロン：：タイムペナルティ
52. ディスマウントラインを過ぎて降車	エイジグループとオープンパラトライアスロン：警告と是正 エリートとエリートパラトライアスロン：：タイムペナルティ
53. 指定エリア外に選手用具を投棄もしくは 設置	エイジグループとオープンパラトライアスロン：警告と是正 エリートとエリートパラトライアスロン：：タイムペナルティ

	ムペナルティ
54. トランジションにおいて目印としてマーキングすること	警告と是正 改めない場合、マーキングとその為に使用された物体は除去され当該選手には通知されない。
55. バックドロップシステムのある大会で実行委員会が指定された場所に設置してある用意した預託バックに、全ての用具（終日バイクのペダルにバイクシューズを装着している場合を除き）を預けなかった場合。	エイジグループ：警告と是正 エリートとエリートパラ：タイムペナルティ

バイク	
違反事例	罰則
56. バイクコース試走及び/又は公式 バイク練習時のヘルメット未装着	その試走・練習から除外される。
57. バイク競技中に、バイクなしで前に進む。	警告と是正 改めない場合：失格（DSQ）
58. スプリントディスタンスのドラフティング禁止レースでのドラフティング行為	1 回目の違反：タイムペナルティ 2 回目の違反：失格（DSQ）
59. スタンダードディスタンスのドラフティング禁止レースでのドラフティング行為	1 回目の違反：ドラフティングタイムペナルティ 2 回目の違反：失格（DSQ）
60. ミドル又はロングディスタンスのドラフティング禁止レースでのドラフティング行為	1 回目と 2 回目の違反：ドラフティングタイムペナルティ 3 回目の違反：失格（DSQ）
61. ドラフティング許可レースにおいて異なる性別の選手に対するドラフティング行為	1 回目の違反：警告と是正 2 回目の違反：失格（DSQ）
62. 車両やモーターバイクにドラフティングをした場合	警告と是正 改めない場合：タイムペナルティ
63. ドラフティング禁止レースにおけるブロックング	タイムペナルティ
64. バイク競技中に、ヘルメットのストラップを緩める行為又は締め方が不十分である場合	警告と是正 改めない場合：失格（DSQ）
65. 停止中であっても、バイクコースにおいてヘルメットを脱ぐこと。	警告と是正 改めない場合：失格（DSQ）
66. バイク競技中にヘルメットを身に着けない。	失格（DSQ）
67. チェックイン時に持ち込んだバイクと違うバイクあるいはチェックインで許可を得た後に改造したバイクで競技に参加した場合	失格（DSQ）

ラン&スキー	
違反事例	罰則
68. ラン競技におけるこの行為	失格（DSQ）
69. 周回遅れとなった選手が先行選手と並走すること。（エリート、U23、ジュニア、ユース選手やパラトライアスリートに適用する。）	警告と是正 改めない場合：失格（DSQ）
70. ヘルメットを着用してのランまたはスキー	警告と是正 改めない場合：失格（DSQ）
71. 柱、木、他の固定物を利用してカーブ地点を曲がること。	タイムペナルティ
72. フィニッシュ手前の直線で競技に無関係の人を連れてフィニッシュする行為	失格（DSQ）

チームリレー関連	
違反事例	罰則
73. チームリレーで、交代ゾーンの外での交代	タイムペナルティ
74. チームリレーの交代が未完了であったり、意図的に交代ゾーンの外で交代したりした場合	失格（DSQ）
パラトライアスロン関連	
違反事例	罰則
75. カテーテルまたは他の尿路変更機器具を利用するパラトライアスリートが、トレーニング、競技、クラシフィケーション時に液を流出させた場合	警告と是正 改めない場合：失格（DSQ）
76. プリランジションエリアに置くことを許可されている義足につけるクリートやクリートを装着したバイクシューズがカバーされていないか、滑りにくい素材で包まれていなかったりした場合	競技前：警告と是正 改めない場合：失格（DSQ）
77. 規定の時間内に「暫定」、「再検討」や「確定」のステータスを受けていないパラトライアスリート	失格（DSQ）
78. 正式承認されていない義肢や特別補助用具を着用または使用したパラトライアスリート	競技前：警告と是正 改めない場合：失格（DSQ）
79. 保護されない鋭い物体、ねじ、義肢ライナーや人に危害を与える義肢を使用するパラトライアスリート	競技前：警告と是正 改めない場合：失格（DSQ）
80. クラシフィケーションが NC(未完了)のパラトライアスリート	スタートリストから削除
81. クラシフィケーションで NE（不適格）のパラトライアスリート	スタートリストから削除
82. 予定されたクラシフィケーション・セッションに出席しなかったパラトライアスリート	合理的な説明があれば：2 度目のチャンスを与える。 改めない場合：失格（DSQ）

83. 意図的に技量や能力を不正確に伝えたパラトライアスリート	初めての行為：失格（DSQ） 二度目の行為：失格（DSQ）また ITU 仲裁裁判所へ資格停止か追放案件として報告する
84. 競技説明会で登録していないガイドとパーソナルハンドラー	競技エリアへのアクセス権を保持できない。
85. 大会実行委員会 か ITU が発行する特別な資格証を持参していないパーソナルハンドラー	警告と是正 改めない場合、ハンドラーが受け持つパラトライアスリートが失格（DSQ）
86. 登録したパーソナルハンドラーより多くのパーソナルハンドラーの援助を受けたパラトライアスリート	失格（DSQ）
87. 選手を前進させる、パーソナルハンドラーのあらゆる行為	ハンドラーが受け持つパラトライアスリートが DSQ（失格）
88. 競技中に、選手のトランジションやホイールステーション以外でパラトライアスリートのバイクを修理したパーソナルハンドラー	失格（DSQ）
89. パラトライアスリートの未登録の用具をプレランジションエリアに置いた場合	競技前：警告と是正 改めない場合：失格（DSQ）
90. PTS2,PTS3,PTS4 及び PTS5 のパーソナルハンドラーが、プレランジションエリア内にいた場合	競技前：警告と是正 改めない場合、ハンドラーが受け持つパラトライアスリートが失格（DSQ）
91. 下肢切断のあるパラ選手がプレランジションエリアからトランジション1まで義足や松葉づえを使用せずに片足でホッピングした場合	競技前：警告と是正 改めない場合：失格（DSQ）
92. PTHC パラトライアスリートが自分の割り当て場所以外でトランジションを行う	タイムペナルティ
93. PTHC 選手が乗降者ラインで完全に止まらなかったり、審判員がゴールという前に競技を再開した場合	タイムペナルティ
94. PTHC 選手がランの時に車両やモーターバイクにドラフティングした場合	警告と是正 改めない場合：ドラフティングタイムペナルティ
95. プレランジションエリアから出た際に用具を置きっぱなしにしたパラトライアスリート	警告と是正 改めない場合：タイムペナルティ
96. 要求条件を満たさないガイドと競技をした PTVI 選手	失格（DSQ）
97. スイムやラン競技中に、PTVI 選手がガイドとつながれてない場合	警告と是正 改めない場合：失格（DSQ）
98. スイム競技中に PTVI 選手がペース配分されたり、ガイドから 1.5m	1 回目の違反：タイムペナルティ

以上離れたりした場合	2 回目の違反：DSQ（失格）
99. スイム競技終了後、PTVI 選手でガイドにペース配分をされたり、先導されたり、ガイドから 0.5m 以上離れた場合	1 回目の違反：タイムペナルティ 2 回目の違反：DSQ（失格）
100. PTVI 選手が、ガイドに引っ張られたり押されたりした場合	失格（DSQ）
101. PTVI 選手のフィニッシュの際に並走又は背後にいるガイドとの距離が 0.5m 以上離れていた場合	失格（DSQ）
102. パラトライアスリートが、ガイドドッグ（盲導犬）と競技エリアに入った場合	競技前：警告と是正 改めない場合：失格（DSQ）
103. PTVI B1 選手がスイム、バイク及びラン競技の際、完全遮光ゴーグル及びメガネをしていなかった場合	失格（DSQ）

（以上、2017 年版 ITU 競技規則主要部分より抜粋）

[参考資料]

誓約書の内容例

大会名称(大会開催日：〇〇年〇月〇日)

〈契約〉

私は、標記大会への参加にあたり、(社)日本トライアスロン連合(以下、JTUという。)の競技規則、大会主催者の定める大会規定及びローカルルールを遵守し、次に掲げる事項を理解し、承諾して大会に参加することを誓います。

〈競技特性の理解と安全確保〉

1. 私は、トライアスロンまたはこれに関連するスポーツ経験が十分にあり、選手の体調は急激に変化することがあることを認識しているとともに、大会会場が突発的な環境変化が起こり得る野外などにて行われることから、偶発的な事故が起きうるため、自らの、また、周囲への安全に十分注意しながら競技を行わなければならないことを理解しています。

〈健康状態の自己申告〉

2. 現在、私の健康状態は、最近1年間の医師の健康診断の結果、健康であることが確認されており、大会の参加に問題を生じることは予想されません。また、特異体質や既往症などにより、大会医療班が緊急医療のために知っておいてほしいことがある場合は、事前に主催者に書面で申告します。なお、大会主催者からの要請があれば、健康診断書または負荷心電図証明書など必要な書類を提出します。

〈自己管理責任と応急処置の承諾〉

3. 私は、参加者個人の自覚と責任において、安全と健康に十分な注意を払い大会に参加します。また、大会開催中に私が負傷し、事故に遭遇し、または疾病が生じた場合においては、主催者が指定する医師が私に対する応急処置を施すことを承諾し、その応急処置の方法及び結果に対して異議を唱えません。

〈負傷・死亡事故の補償範囲〉

4. 私は、競技中及び付帯行事の開催中に負傷し、後遺症が発生し、あるいは死亡した場合においても、私に対する補償は大会主催者が契約している保険の範囲内であることを承諾します。

〈免責事項〉

5. 天災または気象状況の悪化などの不可抗力の事由によって、安全確保のために大会中止または競技内容変更があった場合において、大会への参加のために要した諸経費(参加費を含む。)の支払請求を行わないことを承諾します。また、大会期間中に自らの競技用具の紛失、破損または盗難に対しては、大会主催者の重大な過失がある場合を除き、大会主催者に対し保障を求めないことを承諾します。

〈肖像権及び個人情報の取り扱い〉

6. 私の肖像、氏名、住所、年齢、競技歴及び自己紹介などの個人情報、大会のパンフレット、リザルト、大会に関連する広報物、報道並びに情報メディアにおいて使用されることを了承し、大会主催者及び管轄所轄競技団体が作成する印刷物、ビデオ並びに情報メディアなどによる商業的利用を承諾します。

〈親族等の承諾〉

7. 私の家族、親族及び保護者は、本誓約書に基づく大会の内容を理解し、私の大会参加を承諾しています。

〈本誓約書に規定されていない事項について〉

8. 本誓約書以外のことについては、JTU 競技規則および大会規程に従い解決することを承諾します。

大会主催者 御中

私は、以上のことを理解し承諾したことを確認するために、次に必要事項を明記し署名します。

☐参加者署名() 年 月 日(署名または捺印)
JTU 会員番号()
住所(〒)

☐保護者署名()
(未成年者は、法定代理人(保護者など)による署名又は捺印が必要です。)

[参考資料]

抗議書類

大会名： _____
開催日： _____
開催場所： _____
抗議提出時刻： _____
抗議人 氏名： _____
レースナンバー： _____
住所： _____
電話番号（自宅）： _____
電話番号（携帯）： _____
抗議対象者 氏名： _____
レースナンバー： _____

抗議の種類（1 つをチェック）

- ☐ コースに関する抗議
- ☐ 他の選手又は審判員に対する抗議
- ☐ 資格に関する抗議
- ☐ 計測に関する抗議
- ☐ 用具に関する抗議

証人

証人氏名 1： _____
証人氏名 2： _____

違反内容： _____
違反発生時刻： _____
違反発生場所： _____
(必要なら別紙に
図示) _____

違反に関与した者： _____

違反が発生した状況：

(簡潔に違反を説明)

抗議人の署名：

日付：

(大会役員記入)

抗議納付金 5,000 円が預託された

☐ はい ☐ いいえ

審議委員体制

☐ 3人 ☐ 5人

審議委員氏名

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

審議委員会の決定：

審議委員長の署名：

抗議受付日時：

抗議処理日時：

預託金の処理

☐ 徴収 ☐ 返金

[参考資料]

上訴書類

大会名： _____
開催日： _____
開催場所： _____
上訴提出時刻： _____
上訴人 氏名： _____
レースナンバー： _____
住所： _____
電話番号（自宅）： _____
電話番号（FAX）： _____
ペナルティの理由： _____
ペナルティの種類： _____
ペナルティは審判長裁定か： ☐ はい ☐ いいえ

上訴の種類（1つをチェック）

- ☐ 違反報告に基づく審判長裁定に対する上訴
☐ 抗議に対する上訴

コースの状況： _____

審判員/選手/観客の
名前および数： _____
（わかる場合） _____

案件の詳細： _____
（必要であれば
別紙に記載） _____

コースの状況： _____

違反発生時刻： _____
違反発生場所： _____
（必要であれば _____

別紙に図示)

証人 証人氏名 1 :

証人氏名 2 :

上訴人の署名 :

日付 :

(大会役員用)

上訴預託金 5000 円 が預託された : ☐ はい ☐ いいえ

上訴は、審議委員会の決定に対するものか ? : ☐ はい ☐ いいえ

もし、“はい”の場合は、審議委員会の結論と裁定および審判長の結論と裁定を記載

審議委員体制 ☐ 3 人 ☐ 5 人

審議委員氏名

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

審議委員会の決定 :

審議委員長の署名 :

抗議受付日時 :

抗議処理日時 :

預託金の処理 : ☐ 徴収 ☐ 返金