

# 競 技 規 則

## 【全部門共通規則】

1. トライアスロンは個人で行うスポーツであり、定められた場所を除き、第三者の如何なる助力(個人的な伴走・支援)を受けてはならない。
2. 競技者は競技規則をよく理解し、参加すること。また、競技規則に違反した場合は失格となる。
3. 医療担当者は競技者の競技への出場が困難と判断した場合、競技に不出場あるいは中止させる権限を持つ。
4. 競技者はアルコール飲料・興奮剤・刺激剤・その他薬剤を使用してはならない。
5. 競技者はスポーツマンとして責任ある行動をとり、直接あるいは間接的に問題行為があった場合は失格となる。尚、この場合の失格は今大会に限らず将来的にも有効なものである。
6. 競技者は所定の方法により各自、左腕にナンバーカードの番号の記入をしなければならない。
7. 競技者が理由の如何(自らの意思・競技審判員からの失格・中止命令)を問わず、競技の続行を中止した場合はナンバーカードをその場で外し、競技審判員に手渡し、競技コース外へ速やかに退去すること。
  - ① 理由の如何を問わず競技の続行を中止した競技者は、大会本部に届けること。
  - ② 一度競技を中止した競技者は、次の競技に移ることはできない。
  - ③ 一度競技を中止した競技者は、自らのコンディションの回復や競技環境の良化等で競技に復帰することはできない。
8. 競技中の着替えはトランジションエリア内で行い、一般社会的モラルに反する行為は慎むこと。
  - ① 競技者は競技にふさわしいウェアを着用すること。特に自転車およびランニング競技に於いては、上半身裸で競技することを禁止する。
  - ② トランジションエリア内では、他の競技者の進路および行為の妨害をしてはならない。
9. 競技者は競技審判の指示、誘導に従わなければならない。
10. 競技者は自らの責任においてコースを熟知しなければならない。
11. 競技者が定められたコースからはずれ、あるいは関門を通過しない場合は失格となる。
  - ① コースを誤った競技者は他人の助力を得ることなく同じ道を走って戻り、競技を続けることができる
  - ② 如何なる理由によってもコースの誤走についての異議は認められない。
12. 計時、着順はチップによる自動計測システムを採用。スイム競技以外は必ずナンバーカードに付けた現状で使用し、関門を必ず通過すること。通過しない場合は失格となる。
13. 公園駐車場と公園内はバイク乗車禁止。競技時以外のコース下見や移動はバイクを押して移動すること。
14. 競技中はイヤホンを利用して音楽などを聴く行為を禁止します。

## 【スイム競技】※ バイクスタートまでのタイムが、スイム競技の記録となります。

1. コース 1部 スタート地点を出て出会橋をくぐり、赤湖の中ノ島をを回り、スタート地点に戻る  
2部 スタート地点を出て赤湖の中ノ島を1周半しスタート地点に戻る。
2. スタート前に主催者が支給する番号入りスイムキャップを現状のまま着用しなければならない。
3. ウエットスーツは推奨であり、義務ではありません。熱中症のリスクが高くなるため、自身の泳力・気温に応じて適切に着用すること。(半袖のウエットスーツが適切) 前開きのウエットスーツは必ずジッパーを閉めて着用すること。前を開けたままの着用は禁止します。Tシャツやラッシュガードは禁止します。
4. スイム競技中何らかの援助を受けて他の競技者より有利な条件になった場合や、泳ぐこと以外の方法で移動した場合は失格となる。推進具を使用した場合は失格となります。
5. コースロープにつかまりその場に留まることはできるが、1分以上とどまった場合は失格となる。
6. ブイの位置を確認するため前方確認を行い、コースアウトをしないように努力すること。

**絶対にチップをつけたままスイム競技に参加しないでください。**

【バイク競技】 ※バイクスタート～ランスタートタイムまでがバイク競技の記録となります。

1. 競技に使用するバイクはロードバイクもしくはトライアスロンバイクに限る。
2. 競技者は主催者より支給されたナンバーカードを現状のまま必ず付けなければならない。  
審判がナンバーを確認できる位置に付ける事。(バイクの場合は後か左サイド) 付けない場合やチップを外した場合は計測不能となります。
3. 競技者はバイク競技の全行程においてバイク用硬性ヘルメットを正しく着用しなければならない。  
着用しない場合は出場できません。
4. バイクは競技者本人の脚力で乗る、押す、担ぐ以外の方法で進めてはならない。
5. 競技者は自分以外の人、物を利用し、他の競技者より有利な状況を作り出すような行為をしてはならない。
6. バイク競技中のメカトラブルに対しては、全て競技者自身が対処しなければならない。  
また、修理道具やスペア部品等も各自の責任において準備し、第三者からの提供を受けてはならない。
7. 競技者はバイクのスピードが速いため、事故における観客、他の競技者及び競技者自身が受ける被害の重要性をよく認識し、常に前方を注視し、緊急事態には被害を最小限にとどめられるよう注意しなければならない。  
また、危険防止のため急激な進路変更や割り込み等の危険行為は禁止する。
  - ① 競技者は、原則としてコースの左側を走行すること。
  - ② 他の競技者を追い抜く時は、他の競技者の左側を1.5m以上の間隔を取り追い抜くことを原則とする。
  - ③ 追い抜きをかける競技者は、追い抜こうとする競技者に対して「右から抜きます。」等のように声をかけ、後ろから接近していることを知らせること。
  - ④ トランジションエリア内はバイクを押して移動すること。バイクをラックから取り出す前にヘルメットをかぶりヘルメットストラップで留める。バイクをラックにかけてからヘルメットストラップを外す。
  - ⑤ カーブ、コース幅の狭い所等危険の生じやすい地点では安全なスピードまで減速すること。  
特に折返し地点、急カーブ、計測場所ではスピードダウンすること。追い抜きをしてはならない。  
追越し禁止区間を設けています。その区間ではDHバーの使用も禁止します。
8. 周回チェック方法  
スタート時に関門を通過。1周ごとに関門を通過する。1部は6周、2部は8周しゴール。  
各自メーターで走行距離を確認。メーターを装着していない選手は、事前に受付で1部は5本、2部は7本の輪ゴムを受取り、所定の場所で1周ごとにゴム輪を落とし、後1周した後バイクゴールする。  
周回数は各自で確認する。

【ラン競技】

1. 競技者は走ること、歩くこと以外の移動法は認めない。
2. 競技者は主催者より支給されたナンバーカードを競技審判が確認できる位置に付けなければいけない。付けない場合は計測不可能のため記録なしとなります。
3. 周回チェック方法 ※周回不足は失格です。
  - 1部 1周ごとに所定の場所でナンバーカードの小枠を2回切り取り箱に入れ、後1周しフィニッシュ。
  - 2部 1周ごとに所定の場所でナンバーカードの小枠を4回切り取り箱に入れ、後1周しフィニッシュ。
4. スタート時に関門を通過。フィニッシュで関門を通過し、機械がキャッチしたか音を確認後、チップを係員に返却する。チップを返却しない場合は有料(3000円)をご請求させていただきます。

【異議申し立て】

競技進行中に起きた競技者の行為、あるいは順位に関する抗議は競技終了後30分以内に審判長に申し出なければならない。申し出がなければ何ら問題が起きなかったものとみなされる。  
異議の申し出があった場合、審判長は異議事項を実行委員会にはかり裁定する。  
この委員会の裁定は最終決定とし覆るものではない。