

2022 CTUデュアスロン inフレンドリーパーク下総 大会

【競技説明】

この説明とローカルルール（大会HP参照）で良く読み、
レースに備えてください

競技運営体制

主催：成田トライアスリートクラブ

共催：千葉県トライアスロン連合 (CTU)

◇技術代表

丸 尚宏 (千葉県トライアスロン連合)

◇審判長

石戸 勝宏 (千葉県トライアスロン連合)

◇審議委員

大会主催者代表 園川 峰紀

千葉県トライアスロン連合理事 長谷川 満彦

技術代表 丸 尚宏



審判員 (テクニカル・オフィシャル・TO)
はこのポロシャツを着ています。

大会開催の判断について

**競技中止等については11月21日に決定し、
HP・SNS等で発信します。**

トライアスロンは自然を相手にしたスポーツゆえ自然現象によって開催判断も変わってきます。また、コロナ禍での状況も判断基準となり得ます。

■開催中止

- 1) 台風など自然災害
- 2) コロナの状況悪化と緊急事態宣言の発令など

■競技中の中止判断

- 1) 雷注意報発令時
- 2) 各警報発令時
- 3) 事件・事故等により競技の継続が困難と思われる場合

決定日以降の最終的な変更等については会場にてご確認ください

スケジュール：11/23（水曜）

7:30～ 8:20 選手受付

7:30～ トランジションオープン（全種目対象）

8:00～8:15 コース説明（共通）必須ではありません

8:20～ キッズ 全カテゴリー スタートセレモニー

8:30～ キッズ 低学年スタート（No.101-117）

8:31～ キッズ 中学年スタート（No.201-216）

8:32～ キッズ 高学年スタート（No.301-314）

9:10～ ジュニア・一般B スタートセレモニー

9:20～ ジュニア スタート（No.401-413）

9:21～ 一般B 第一 スタート（No.501-520）

9:22～ 一般B 第二 スタート（No.521-540）

10:05～ 一般A スタートセレモニー

10:15～ 一般A 第一 スタート（No.601-640）

10:16～ 一般A 第二 スタート（No.641-684）

12:00～ 表彰（予定）

バイクピックアップは、ご自身の競技終了後、順次可能としますが、TO(審判)の指示に従ってください。（競技中の選手の邪魔にならないよう）

競技規則

本大会は、JTU競技規則（JTUルールブック2019年1月改定版）ならびに大会ローカルルールを適用します

公益社団法人日本トライアスロン連合HP

https://archive.jtu.or.jp/jtu/pdf/rulebook_20190123.pdf

JTU競技規則



The screenshot shows the official website of the Japan Triathlon Union (JTU). The header includes the JTU logo, the text '公益社団法人 日本トライアスロン連合 オフィシャルサイト', and 'JTU TeleMagazine for triathletes'. Below the header, there is a navigation bar with links to 'JTU登録手続', 'マイページ', '個人情報保護方針', 'Facebook', 'Twitter', 'Youtube', 'リンク', and 'English'. The main content area is titled 'トライアスロン競技規則・運営・審判' and '競技に参加する方へ'. It features two main sections: 'ITU Event Organisers Manual (EOM) ITU イベント・オーガナイザーズ マニュアル(EOM)簡易和訳' and 'ITU Competition Rules ITU 競技規則 (簡易和訳・全ページ図解付)'. Below these, there is a list of updates: 'ITUイベント・オーガナイザーズ・マニュアル(EOM) 2019版案(簡易和訳) (2019.11.08)', 'ITU競技規則/ITU Competition Rules簡易和訳・全ページ図解付【PDF】 (2019.09.01)', '内閣サイバーセキュリティホームページ紹介 (2019.08.02)', and 'JTUルールブック(追加修正箇所表示版) (2019.02.07)'. The left sidebar contains links to 'トップページ', '大会・イベント情報', '選手情報', and 'ランキング'.

ローカルルールは、
次ページ以降参照

制限時間の目安について

キッズ

スタートからフィニッシュまで45分後

ジュニア

スタートからフィニッシュまで50分後

一般B

スタートからフィニッシュまで50分後

一般A

スタートからフィニッシュまで90分後

※制限時間の目安を過ぎた場合、次の競技が始まります。
目安より著しく遅い時間でのフィニッシュ到達が予想される場合、
競技を中止いただく場合があります。

ローカルルール抜粋

- ・全カテゴリーで『**自転車用ヘルメット**』の着用を義務とします。用品・用具はすべて参加者各自でご持参ください。貸し出し用品・用具はありません。
- ・バイクをラックからはずす時点からバイク競技を終了してバイクをラックに設置する時点まで必ずヘルメットを着用して下さい。（ストラップをしめましょう）
- ・サイクルコンピューターの着用を義務とします。（キッズの部を除く）
- ・バイク、ランの周回は計測チップ(アンクルバンド)でチェックしますが、各自の責任において周回確認を行ってください。**（周回不足は失格です）**スタッフが各人の周回を指示したり、教えたりすることはできません。
- ・ロードタイプ以外の自転車も許可いたします。ただし、競技で使用しない部品等を極力はずしてご参加ください。
- ・**芝生広場内（トランジッション含む）はバイク乗車禁止です。**
- ・バイクとランニングを同じコースで競技しますので**バイクは左側通行（キープレフト）**、**ランニングは右側通行(キープライト)**で走行して下さい。

レースナンバーシールの貼り方

レースナンバーシールは3箇所贴ります

【ヘルメットシールの貼り方】



正面から見える位置
に1枚、
左から見える位置に
1枚、
貼ってください

【バイクシールの貼り方】

バイクフレームの左側に
貼ってください



レースナンバーの取り扱い

・レースナンバー（ゼッケン）を着用し競技します

レースナンバーの配布は 1 枚となります

ナンバーベルト又はゴム紐などをご用意ください

・バイクパート：上半身ウェアの「背面」

・ランパート：上半身ウェアの「前面」



・トランジションに入る際は

レースナンバー（ゼッケン）を必ず携帯してください

レース終了後にバイクピックアップを行う際も、
レースナンバーが必要になりますので、捨てないでください。

トランジション入場について

トランジションエリアの出入りの際には レースナンバー（ゼッケン）が必要です

- ・キッズカテゴリーにおいて、ご家族1名までの入場を認めます。ただし、キッズレースの前後8:20～9:30は立ち入りできません。審判の指示に従ってください。

◆トランジションオープン時

- ・バイク等セッティング時や、ウォーミングアップを行った後、再度トランジションに入る際、など。

◆バイクピックアップ時

- ・バイクピックアップの際レースナンバーが無い場合には、全選手のバイクピックアップ完了までお待ちいただくこととなります！！

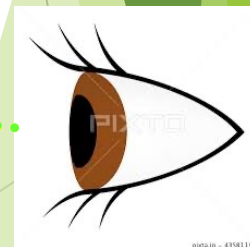
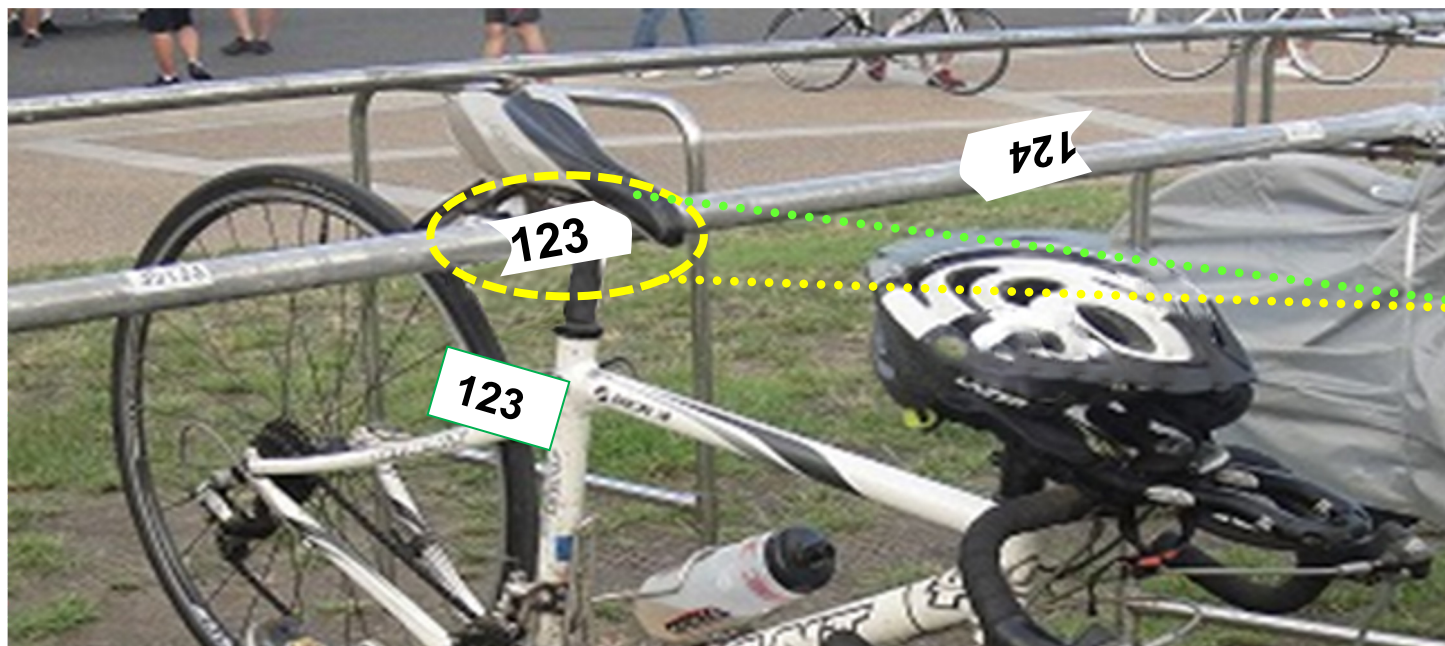
レースに必要なもの以外はできるだけ持ち込まないようお願いします（カバンは車の中などに）

バイクラック&バイクセッティング

バイクラックの掛け方（方向があります！）

バイクラックのレースナンバーが見える方にご自身が立ち、ハンドルがご自身の方になるようにセットしてください。
荷物はまとめて自分のバイクの下に置いてください。

よくわからない場合はお近くのTOにお声をおかけください。

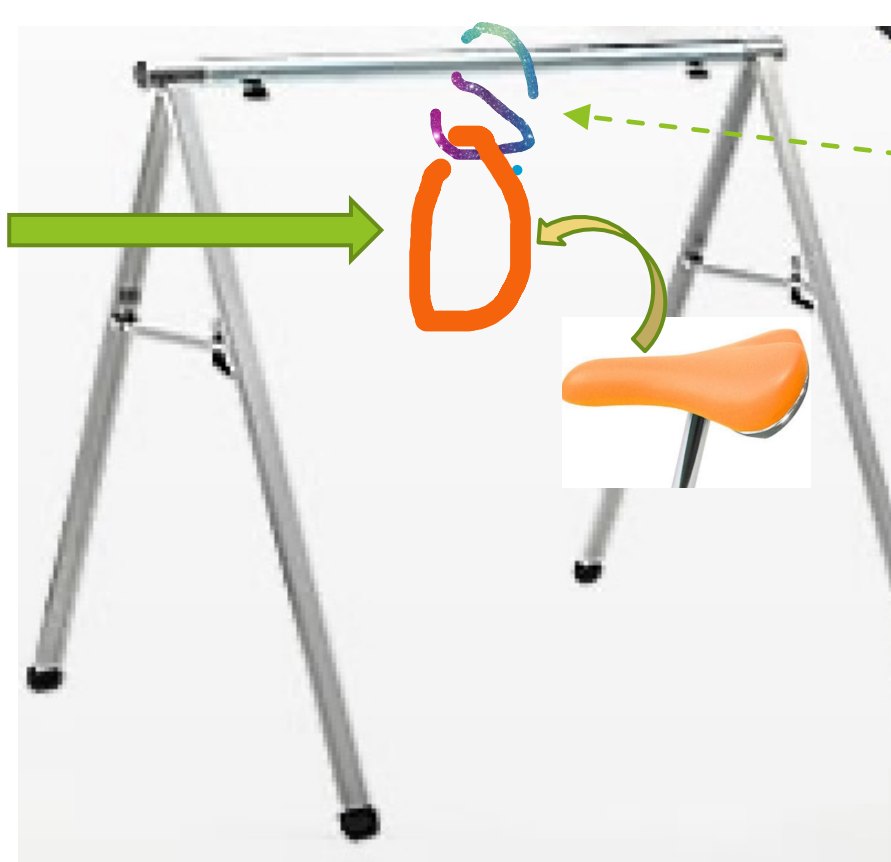


キッズのバイクセッティングについて

バイクラックが高い（大人用）ため、バーにフックをかけて紐を吊し、
紐にサドルをかけるセッティングを許容します。

（フック、紐はご自身でご用意ください）

丈夫な紐など（耐荷重
15キログラム超を推
奨）



金属製フック
（耐荷重15
キログラム超
を推奨）

※バーの太さ
は約4cm(超)

コース説明



キッズ 第一ラン

第一ラン 1周 1.15km

バイク 2周 3km

第二ラン 1周 1.15km



コース説明

- ・スタート（白）後、サイクルロード内を進む。
- ・100m進んでからは右側通行。
- ・坂を下って登ってからは、左折し、すぐ突き当たりを左折。
- ・橋をくぐり、スタートラインを過ぎたら、右の駐車場に入り、歩道で坂を登る。
- ・右にまがり、広場への橋をわたる。
- ・開けたら、右にまがり、芝生広場を下ってランジッションに入る。

キッズ 第二ラン

第一ラン 1周 1.15km

バイク 2周 3km

第二ラン 1周 1.15km



コース説明

- ・トランジッションを出てから、橋に向かって、芝生を登る。

- ・橋を渡ってから左にまがり、車道を下る。
(対面走者注意！)

- ・下りきったら、駐車場からサイクルロードに入る。
(エイドあり)

- ・第一ランと同じくサイクルロードを進み、橋をくぐったらゴールが見えます！

バイク 共通 (バイクはキープレフト)



・バイク（自転車）競技での
トランジッションからの出口と、
バイク終了後の入口は異なります。

・バイクコースは、キッズのランニングコースとは異なり、直進し、野球場を周ります。

バイク周回数

・キッズ・・・2周回

・ジュニア・一般B
・・・7周回

・一般A・・・14周回

※周回の際には、途中でトランジッションには入りません。

ジュニア・一般 B

第一ラン 1周 1.65km

バイク 7周 10.5km

第二ラン 1周 1.65km

第一ラン



第二ラン



・第一、第二ラン共に、キッズランコースの説明参照。

一般 A

第一ラン 2周 3.15km

バイク 14周 21km

第二ラン 2周 3.15km

第一ラン



※周回時には、橋は渡りません。

第二ラン

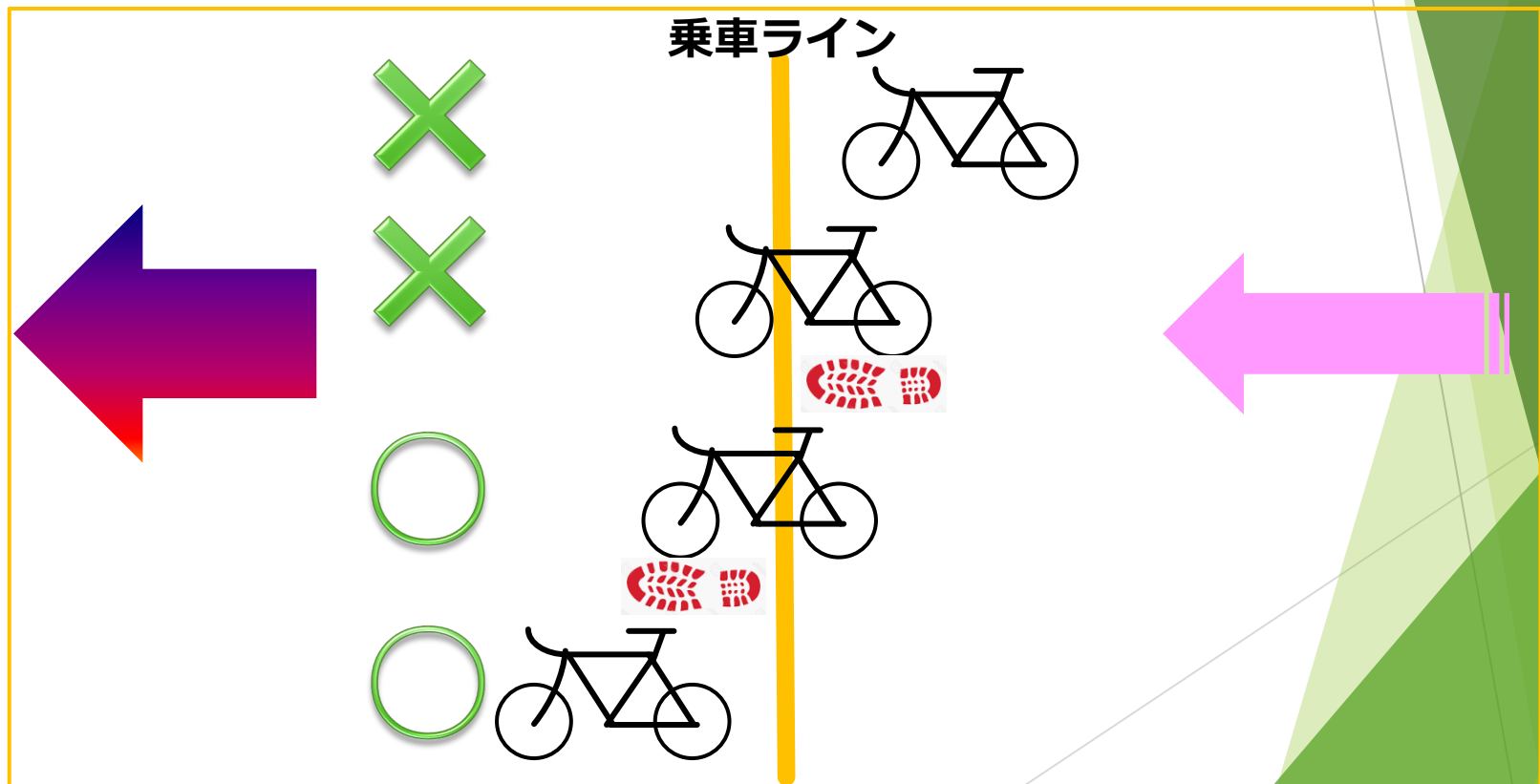


乗車ライン

(バイク乗車方法)

第83条 バイクの乗車は、選手の片足が乗車ラインを越えた後に、完全に片足が地面についてから乗車しなければならない。

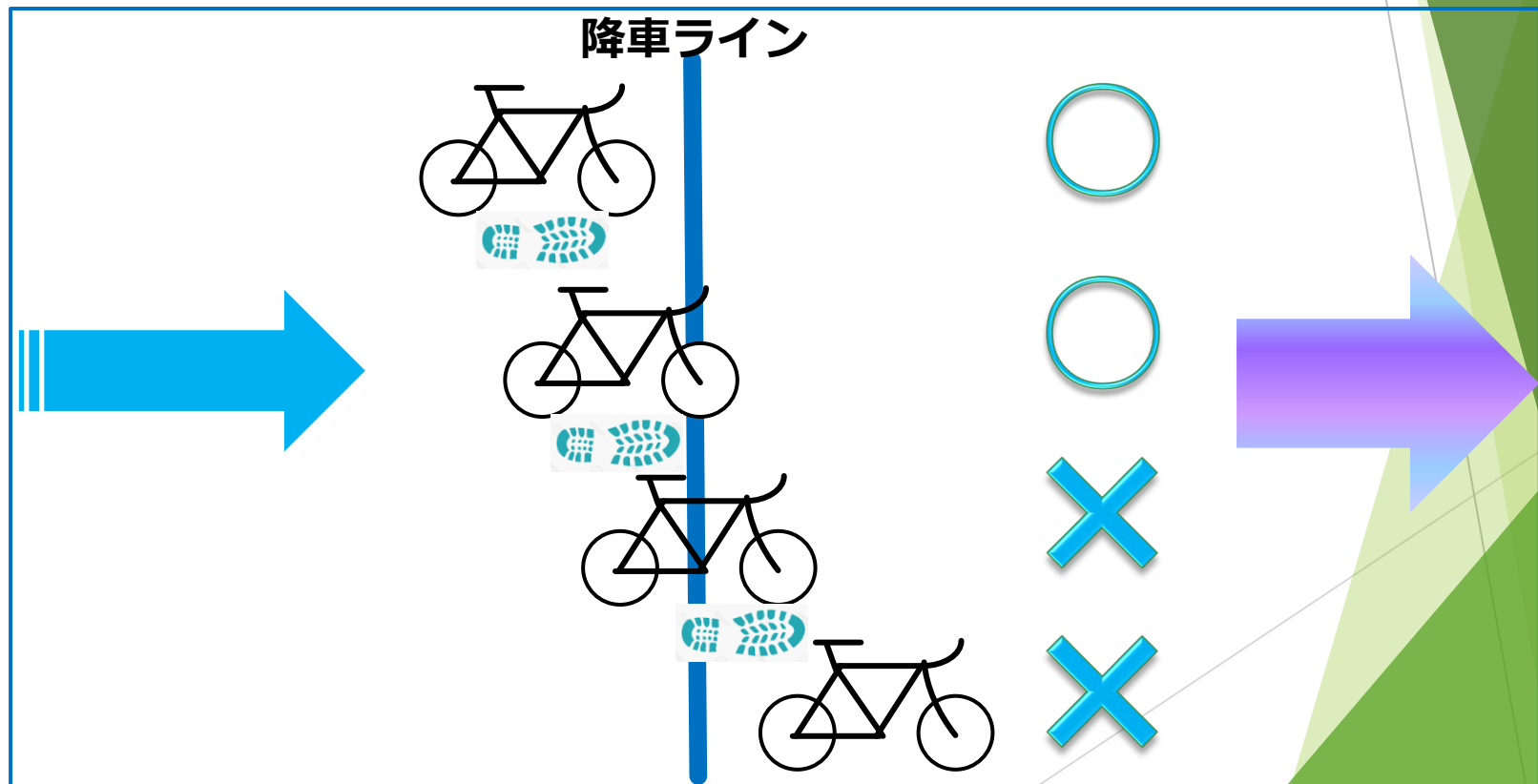
2 乗車ラインを通過してからもバイクを押して走ることができ、乗車ラインを越えた直後に乗車しなくてもよい。



降車ライン

(バイク降車方法)

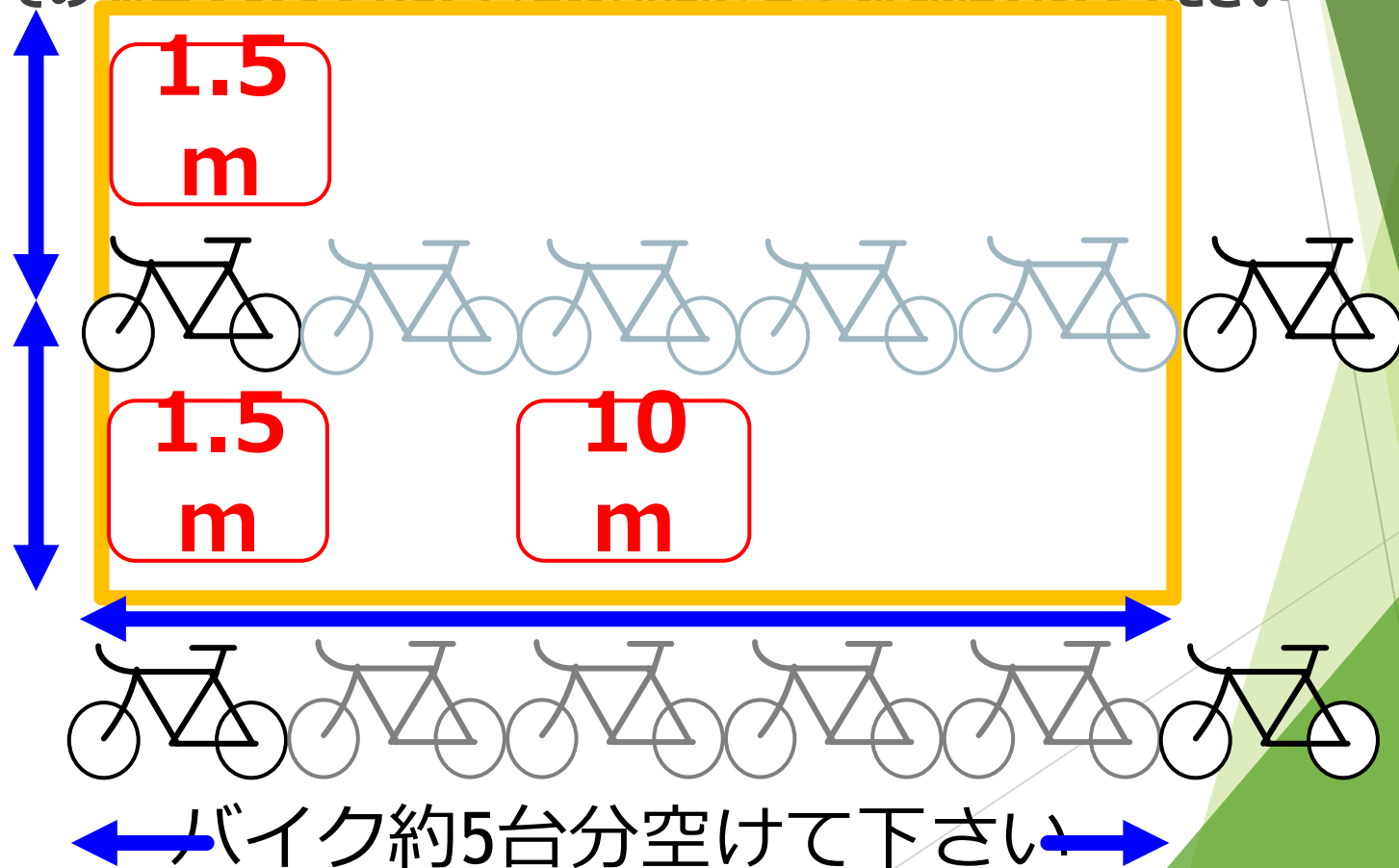
第84条 バイク降車は、降車ライン手前の地面に、片足が完全についてから降車しなければならない。



ドラフティングゾーン

ドラフティングゾーンに後方の競技者が進入できるのは
追い越しを試みているときの20秒以内です

その場合であっても最小限の時間と安全確保に努めてください



ペナルティについて（ローカルルール）

■ローカルルールとして、ドラフティング警告(※) 2回でPBOXでのタイムペナルティ“1分”を適用します。（※定点からの笛とナンバー読み上げのみ）

さらに警告3回で失格となります。

◆ペナルティを課された場合は
トランジション出口後（芝生広場上）にある
ペナルティボックスへ掲示します。

◆審判から指示しませんので、ご自身で番号を確認し、
ペナルティボックスに入ってください。

◆その後は、ペナルティボックス担当の審判の指示に従ってください。

- ・ドラフティング違反： 1分
- ・その他の違反： 10秒

◆ペナルティボックスに入らずゴールをした場合は失格となりますので
ご注意ください

その他注意事項

- ◆エイドでは水のカップは**ご自身でピックアップ**してください
- ◆飲み終わったカップ、補給したサプリのゴミなどは**決められたゴミ箱**へ捨ててください
- ◆フィニッシュテープはございません
- ◆ゴール後は速やかに移動してください

駐車場について

以下の4箇所ございます。

- ◆パークに入ってすぐ右側（2箇所）
- ◆昨年同様の駐車場奥の芝生の広場
P約40台
- ◆コースすぐ横の駐車場（昨年トラン
ジッション）も使えます（約30台）

◆コース横の芝生の広場40台とコース
すぐ横駐車場30台は、レース終了まで
出庫できません。

◆審判員の誘導の指示に従ってください。

■公民館前の広いスペースは、バスの
ローターリーで使う事と、公民館利用者の
ためのものであり、駐車は禁止です。



来場からスタートまでの流れ

検温・受付・健康チェックシート提出
(リストバンド受け取り)



トランジッションにてバイクセッティング・準備



各自ウォーミングアップ (準備体操)



タイミングベルト受取・着用

※各ウェーブスタートセレモニー直前に、トランジッションとスタート地点の間に配布



スタートラインにてスタートセレモニー
(競技説明)

※10分前より



スタート!

※スタートはカテゴリー毎 (人数毎) 一斉スタート

マスク
着用

待機時は
お静かに!

新型コロナウイルス感染症対策のお願い



【大会開催までの感染防止対策】

- 1・選手、スタッフ、関係者には健康管理に留意し、体温測定を含む体調不良等についての自己管理を周知徹底する。
大会2週間前（11月9日）からの健康チェック、行動チェックを実施する。（記録はまとめて）
- 2 「Triathlon Safety 新しい習慣を身につけよう」

【大会参加中の感染防止対策】

- ・マスクの着用の徹底（不織布マスクの着用をお願いします）
- ・ソーシャルディスタンスの確保（特にスタート時とフィニッシュ後）
- ・**競技中にやたらに唾を吐いたりしないようにしましょう**
- ・近密な距離での会話を避け、大声を出さないように注意しましょう
- ・体調不良時は大会参加を取りやめるようにしてください。



新型コロナウイルス感染症対策のお願い

【大会期間中の感染防止対策】

- 1・引き続きの体調管理
- 2・マスクの着用（必要に応じてフェイスシールド、グローブの着用）
- 3・ソーシャルディスタンスの確保
- 4・こまめな手洗い・手指の消毒
- 5・咳エチケットの励行
- 6・近密な距離での会話を避け、大声を出さないように注意する
- 7・建物内テントなどでは換気に留意し、滞在時間を短くする
- 8・大人数での会食は避ける
- 9・体調不良時は大会参加を取りやめる

【大会終了後】

- 1・帰宅後 1 週間以内の健康チェックをお願いし、PCR検査陽性時は大会事務局に連絡してもらう
当日回収したチェックシート等の情報は大会終了後1か月は最低保管する。

準備万端でスタート
&
笑顔でゴール！