

2016 長良川パラトライアスロン大会

併設 2016 長良川スプリントトライアスロン大会

出場選手案内

大会に参加いただきありがとうございます。事故やけがのないよう、楽しい大会となりますよう願っております。体調を万全にて調整のうえ大会にご参加ください。

日程	8月21日(日)	(進行状況により時刻は前後します)
7:00		駐車場オープン
7:30~8:30		受付・バイクコース試走・ トランジションオープン
8:10~8:20		スイムアップ
8:30~8:40		開会式：競技説明会
9:00~		パラトライアスロン競技 スタート パラ(スーパースプリント) スタート
10:20~10:40		エイジ スプリント スイムアップ
10:40		競技説明 エイジ スプリント
10:50		エイジ スプリント スタート
11:00~		表彰式(パラの部)
11:30~		表彰式(エイジの部) (対象者決定後：場内放送にてご案内します) パラ(スプリント)、パラ(スーパースプリント) 各カテゴリー 1位~3位 エイジ 男女 各1位~3位

注意事項

全般

会場は岐阜県海津市の国営木曾三川公園内です。公園は愛知県にもまたがっているため、ご注意ください。

1. 河川敷選手駐車場へは、7時から8時の間にお入りください。駐車場は、木曾三川公園の治水タワー南信号交差点より、長良川河川敷に、（第一駐車場）。駐車場から、川上に上った場所に、大会駐車場があります。パラ競技中は、出られません。競技終了後は、堤防側道路をご利用ください。（橋のあたりから、川側に移る）河川側は、エイジの競技コースとして、使用しております。8時以降は、長良川サービスセンター西側の駐車場を利用ください。センターへ入り、2階から河川敷へ出られます。車内は曇っていても高温となりますので、ご注意願います。また、駐車場のトラブルに関しましては、各個人にてご対応願います。一般道路に路上駐車されますと、近隣住民に迷惑をかけるばかりでなく、今後の大会の存続に影響します。絶対にしないでください。
2. 大会側での、荷物預かりはありません。各人にて手配願います。（特に貴重品の管理は個人の責任にてお願いいたします。）
3. 受付、大会本部、医療スタッフは、テニスコート内に設けられます。前日は、飲酒、夜更かしを控え、いつもより多くの水分を取り、早めに就寝して体調を整えてレースに臨んでください。楽しくフィニッシュできますよう願います。
4. 長良川サービスセンター内に多目的トイレ、シャワー室、コインロッカー（返却式）が設置されております。必要に応じご利用ください。また、サービスセンター内は一般に開放されております。一部のニュースポーツの貸し出しも行っております。ご利用ください。
5. 会場は、国営公園です。キャンプ、火気使用、御同伴者の危険と感じられる行為や、投げる、飛ぶ、滑る、走る等の遊具にて、他者への危険性のあるものは禁止されております。
6. 園内を自転車にて走行される場合は、ヘルメット、ストラップ確認後、他の利用者に注意の上走行ください。園内は、一般の方も利用されております。専用コースではありません、又、大会指定時間以外でのス

イムは、禁止されております。規則やマナーを守ってご利用願います。近年、大会会場におきまして、使用制限が厳しくなり、事故やクレームが発生しますと、次回の会場の使用許可が得られない状況となります。選手、会場、運営が連携しての大会開催であり、来年も発展することを願っております。

7. 用具の事前検査は行いません。規定に沿った用具にて参加ください。また、事前の整備点検、自身の体調確認も行った後、大会にご参加願います。整備不良、体調不全、スタッフの裁量等の理由により、大会側の判断にて、参加を拒否、棄権の指示等、させていただく場合があります。その際は、同意いただきますようお願いいたします。

競技についてのご注意

(公社)日本トライアスロン連合の競技規則を適用します。ドラフティング禁止レースです。また、一部本大会ローカルルールを適用します。違反者には、ストップアンドゴーやタイム加算等のペナルティが、審判員より課せられます。危険な行為やそれに類する場合は、選手に注意、警告をさせていただきます。

1. 記録は、電子計測器により計測いたします。公表記録の各パートタイムは、計測地点通過での記録となり、実際のタイムとは異なります。大会途中に、速報を掲示板に公開します、総合記録は、インターネット上にて公表します。個人への送付は行いませんので、ネットから、確認をお願いします。
2. 計測器はスタート10分前に、スタート地点付近でお渡しいたします。配布時、レースNo.、氏名の確認、レース開始前、途中にても取り付けの確認をお願いします。マジックテープをしっかりと取り付け、その上にゴムバンドをつけてください。脱落、持ち帰りは、当事者が行方不明の措置となり、大会の中断、中止、関係者への連絡等。捜索が警察本部にて行われる場合もあることをご了承願います。棄権、不参加の場合は、大会本部へ返却。又、フィニッシュ後は返却BOXへ投函願います。
3. 大会会場は非常に広域となり、スタッフだけの監視では、緊急時に対応が遅れる場合も考えられます。選手同士や観客からの知らせが最良となることもあります。本部や近くのスタッフへの連絡を、お気軽にお願いいたします。重複や、その後回復され、その場におられなく

ても。それは好ましいことであり、逆の場合もあります。第1報を早く、確実にお願いします！

4. 棄権、体調不良の際は、スタッフや近くの選手に救援、救護を求めてください。スイムでは頭上で、両手又は片手を大きく振ってください。
5. レース中、コース内には、砂、ごみ等の、又、一般者の通行や横断、選手以外との接触と、前方不注意による事故が発生しております。選手同士の事故とともに、一般者が、コース内にはいることを想定の上競技にご参加願います。
6. コースの周回ミス、進路折り返し等の間違いはすべて自己責任です。レース開始後、スタッフは、誘導、指示、質問への返答は一切しません。選手が、平等に、自身の力だけで完走する。トライアスロン競技の精神にのっとりしております。周回数ミスのについては、前後の選手の記録や、サイクルメーター、スタッフからの確認により、順位、裁定を協議し決定します。
7. レース中のヘッドホン等の使用は禁止します。

競技案内の周回数、距離は、エイジ、パラのものです。

スーパースプリントは、1/2 です。

スイム：2周回（右回り）；総距離 750m（スーパースプリントは1周回）

1. 水上からスタート（フロート）。コースロープが張ってある川の中央側を川下に向かい、ブイを回って岸側を上流へ戻り、スタート地点にてコースロープの下をくぐり、川下へ。2周回後スロープより上りトランジションへ。スロープはたいへん滑りやすい状況です。レース前に確認してから、スタート願います。岸側は護岸ブロックが敷設されており浅くなっています。近づかないように。また、コース内にも浅い部分があるので注意してください。
2. コースロープにつかまって、足で地を蹴って進むことは、違反です。スイムをやめて、バイクに進むこともできます。（スイムスキップ）記録は **SKIP** となります。
3. スタッフより、スキップの呼びかけをするときは、スキップ制度をご利用ください。

バイク：4周回（右回り）；総距離 20 km（スーパースプリントは半分）

1. 会場内バイク乗車中は、ヘルメット着用。トランジション内は乗車禁止。レースのときは、バイクに触る前にヘルメット着用の上ストラップをしっかりと締めてください。
2. トランジション内は、選手以外は入れません。バイク乗車は禁止です。オープン時間以外は立ち入り禁止となります。
3. バイクセット方法ほか：バイクはサドル掛けにて設置してください。レースNo.の貼っている側に、ハンドルがくるように。荷物もハンドル側に。レースに不要な物は、持ち込めません。最小限のクーラーBOXは可。バイク有、無ともに、常にハンドル側を走ります。設置方法について、スタッフが変更をお願いする場合があります。また、ご本人不在の場合は、スタッフが変更する場合がありますので、ご了承願います。状況により、ペナルティとなります。バイクが終わりラックにかける際は、スタート前と同様に、サドル掛けしてください。用具も同様にまとめておいてください。
4. トランジションから、北へ（上流へ）向かってバイクスタート。テニスコート端を堤防側へ。上流へ2.5km進み、川側へ。右回りの周回コース。バイク乗車は、バイクの前輪が乗車ラインを越えてから。バイク降車は、バイクの前輪が降車ラインにかかる手前に片足が完全に地面についている状態。ペダルに片足を載せているのは、乗車とみなされ違反です。ハンドサイクルはラインの手前で一旦停止してください。
5. 走行はキープレフト。左側を、ふらつくことなく（蛇行禁止）走行ください。接触事故の危険があります。追い抜きは右側から、ひと声かけて安全に行ってください。接触は大きな事故につながります。ご注意ください。ドラフティング禁止。車両の両側1.5m、前輪先端より後方7mを禁止ゾーンとします。他の選手に近づいての走行は禁止です。曲線部、折り返し、対面通行区間は、追抜き禁止、徐行区間とします。ブレーキポジション、前方注視、徐行してください。違反者はペナルティの対象となります。
6. バイク引取りは、場内放送にてお知らせします。必ず、ご本人がレースNo.を持って、バイクについているNo.とスタッフが照合の上引き取りを許可します。No.、シールの紛失の際は身分証明書等の本人確認が必要となります、事前にご準備いただくと、引き取りがスムーズに行え

ます。盗難防止にご協力をお願いいたします。引き取りの無いバイク等については、スタッフが移動させます。ご了承ください。

7. ランコースは、パラとエイジでコースが異なります。ご注意ください。

☆パラトライアスロン：2周回（右回り）；総距離 5.2 k m（スーパープリントは半分）

1. トランジションから南へ（下流へ）ランスタート。パラのコースは、ランスタート後南（下流）へ進み、堤防側の道路を帰ってくる右回りの周回コースです。

☆エイジ：2周回（折り返しての対面通行、右回り）

1. トランジションから南へ（下流へ）ランスタート。川側の道路を南に 1.25 k m 折り返し地点にてUターンする、川側の道路の対面での周回コースです。

ランコース（全選手）

1. レースNo.は前。左側通行。追い抜きは右側から。エイドでの給水は減速して。ごみはゴミ箱へお願いします。個人ドリンクは、エイドのテーブルに設置可。ただし、個人管理でお願いします。

フィニッシュ

1. レースNo.、身なりを整えて、サングラスは外して。フィニッシュ後は、計測器を外して、回収箱に入れてください。同伴フィニッシュを許可します。他の選手に配慮してください、付近のスタッフにお声かけください。
2. フィニッシュ後、緊張が解け、意識障害等の発生する場合があります。特に、通常よりオーバーワークとなられた選手は、レース後や、お帰りの際、十分な休憩を細かくとりながらお帰りください。特に運転される際には、十分にご注意願います。

加入保険について

万一の事故に備え、大会側にて保険に加入しておりますが、損害の全部を補償できるものではありません。また、引受保険会社の審査、判断により、減額や対象外となる場合もあります。必要に応じ、各個人にて加入することをご提案いたします。詳しくは、出場される前にお問い合わせください。

● パラトライアスロン競技について

1. スイムスタートは水中からです。構造物につかまった状態でスタートです。姿勢保持が難しい選手は、スロープに待機しており、スタート後に水に入っても構いません。勢いをつけてのスタートは、ペナルティとなります。
2. スイム出口や、トランジション内でのサポート方法について、各個人にて、スタート前にスタッフと打ち合わせ願います。出口は、コンクリートスロープの上に堆積物があり注意が必要です。事前の確認をお願いします。スロープを昇った地点に、着脱エリアを設けます。パイプ椅子が設置されます。この場所の使用は、個人の判断にて。ここまでスイムスタッフがサポートします。
3. トランジションにて、サポートの必要な選手は、スイム同様スタート前に打ち合わせ願います。幅約 6m道路にラックを配置。
4. バイクコースは川側幅員 6 m、堤防側幅員 4m。北側折り返しは半円、南側折り返しは直角T字路の連続による。2周回後、トランジション方向へ進む。第2 トランジションのバイク、荷物はご自身のエリアから出ないように、まとめてください。
5. ランコースは、川側（幅 6m）を下流へ 1.3 k m。直角に曲がり（幅 3 m）すぐにまた直角に曲がり堤防側の道路（幅 4 m）を上流へ進みテニスコート横を直角に曲がります。川側を周回は右に曲がる、フィニッシュは左に曲がります。
6. フィニッシュ後テニスコート内に入ります。（左折）。リカバリーエリアへ。誘導員の指示に従ってください。

長良川パラトライアスロン大会実行委員会

委員長 若山 春夫

〒503-0627

岐阜県海津市海津町七右衛門新田 1731

TEL 0584-54-7447 FAX 0584-54-5506

<http://gifu-triathlon.jp/> info@gifu-triathlon.jp