

長良川パラトライアスロン大会 2023

長良川スプリントトライアスロン大会 2023

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。例年以上の酷暑が予想されます。気象状況にご注意いただき、完走できるよう、対処願います。

日程	7月16日(日)	(進行状況により時刻は前後します)
	5:30	駐車場オープン
	6:00~7:00	パラトライアスロン受付
	7:00~8:30	エイジ受付
	~7:20	トランジションオープン
	6:20~6:50	コース試走
	6:30~7:20	スイムアップ : 選手とハンドラーの打合せ
	7:10~7:20	開会式: 競技説明会 (放送にて実施)
	7:20 ~	パラ: スタート準備
	7:30~	パラトライアスロン競技 スタート
	8:30~8:50	エイジ スプリント スイムアップ
	8:50	スイムチェック
	9:00	エイジスプリント 競技スタート (パラ競技の進行状況により、遅れる場合もあり)
	9:50~(予定)	表彰式(パラの部)
	10:30~(予定)	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)	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、会場を確認、来場の際は、ご注意ください。

1. 河川敷選手駐車場へは、6時から7時の間にお入りください。駐車場は、木曾三川公園の展望タワー（管理センター）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、駐車場から出られません。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。7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. 新型コロナウイルス感染対策を守り、施設内や人ごみの中では、注意して、感染対策を必ず行ってください。
4. 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、お願いします。
5. 大会当日は、本部テント、医療テントが、フィニッシュの横に設置されます。大会中やそれ以外でも、おかしいと感じたときは、医療テントにて、ドクターの診察を受けてください。フィニッシュ後、車までの道路では、アスファルトの照り返しや、車の中では、高温の車内にいきなり入ることにより、体温が下がらず、熱射病となる事例もあります。一度体温を下げた後から、ご帰宅ください。

6. 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。施設は、大会参加者専用の施設ではありませんので、一般者を含み譲り合っご利用願います。センター3階に、選手、応援者の控室を設けます。場所には限りがありますが、空調されております。体調不良やレース前にご利用ください。同伴者の待合室としても利用できます。
7. 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。
8. 園内を競技用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、地域、応援者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。
9. 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。また、次のような行為は禁止されており、実行委員会の裁量にて判断します。
 1. 競技会場内、その周辺での、次の行為を大会前後の一定の期間禁止します。違反者へは、行為の禁止、撤収他是正のための命令。関係機関への通知、園内、場内からの退場。関係競技者への出場停止や競技の中止、棄権とします。法律、社会通念、モラル、地域での常識、道義道徳に反する行為。
 2. 反社会的団体や行動に通じる団体または行為。
 3. 企業、団体、個人を問わず、利益や金銭にかかわる行為。
 4. 実行委員会で認められない、宣伝行為、ポスター等の掲示、撮影、インタビュー、SNS、HPなどのネットへの配信、掲載等の表示、そのほか、これらに類する行為

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。バイク、ランともに、左側通行、右側から追い越し。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。

フロントジッパーがついたウェアは、閉めている。また、更衣室以外での着替えは禁止です。

競技用具は、カテゴリーに応じた、十分に点検、整備されたものを使用ください。JTU規則、規定外の物については、受付時に申請ください。申請なくレースに出た場合は、失格、レース中止の勧告となる場合があります。

1. 高温が予想されます。競技前からこまめに水分を取り、競技中や競技後も水分補給を意識して行ってください。
2. 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。計測器（計測チップ各選手に1個）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. 計測器受け取り時に、ご自分のレースNo.を勘違いされ、他の計測器を持っていかれる場合が多発しております。間違えて持っていかれた選手も、当事者も、記録が測定できませんので、ご注意ください。記録は、DNS（スタートしていない）となります。
4. 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、最速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なっても、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、確実に皆様のご協力をお願いします。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. 危険と判断されたとき、運営他の理由により、競技の中止を、スタッフから呼びかけることがあります。その時は、すみやかに停止して、指示に従ってください。
6. 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。
7. 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。単独での、ホッピングによる進行は、危険のため禁止です。
8. レース中のヘッドホン等の使用は禁止します。

各種目について 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、ブイを右に回って岸側を上流へ戻り、スタート地点手前にてコースロープの下をくぐり、周回します。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、泥土の堆積した状況です。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進むことは違反です。つかまり休憩はできません。
3. スイムを中止して、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。また、様子のおかしい選手へは、スタッフより、スキップ、中止の呼びかけを行います。指示に従ってください。

バイク：4周回（左回り）；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、ハンドル側2点またはサドル掛け。向きは問いません。用具もセット時同様にまとめておいてください。散乱、投げ捨て、不安定な置き方は、ペナルティとなります。

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。上流へ2.5km進み、堤防側へ。左回りの周回コース。バイク乗車は、乗車ラインを越えた地面に片足が完全に着いた後に乗車。バイク降車は、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。レーンをたびたび変えることは、違反とします。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。追い越し後には、十分に車間距離をとった後に、左側に寄ってください。相手にかぶせないように注意してください。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。前輪先端より後方10m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、徐行区間とします。ブレーキポジション、前方注視、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。

ラン：4周回（折り返しての対面通行、右回り）総距離5km

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625m折り返し地点にてUターンする、川側の道路の対面でのコースです。左側通行。

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、ご自分でテーブルの上のコップを取り、飲んだ後はごみ箱へ。

個人ドリンクは、エイドのテーブル、コース横、芝生内に設置可。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。
3. 熱中症は、レース後にも発症します。フィニッシュ後は、水分補給、休憩、体温を下げるため、冷却材や、シャワー、冷房された部屋で休憩する等の対策が有効です。休憩しようと、高温な車内に入ることは控えてください。

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、各カテゴリー一斉の、水中からのフローティングスタートです。構造物につかまった状態、陸上からでも可(後方から)。姿勢保持が難しい選手は、護岸に待機しており、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。一斉スタートによる、カテゴリー他による、タイム補正はありません。
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現地にて打ち合わせ願います。(サポート体制が不十分となることもありますが、ご了承願います)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規定の範囲内で必要に応じサポートします。受付後、現地にてスタッフと打ち合わせをお願いします。

3. トランジションにて、サポートの必要な選手は、スイム同様受付後に現地にて、打ち合わせ願います。幅約 6m道路の両側にラックを配置。
4. バイクコースは幅員 6m。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。4 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。バイクはラックにサドル又はハンドル等で、2 点掛け。周回コースは、スタートの選手との接触がないよう、徐行ください。追い抜き、並走は禁止です。
5. ランは左側通行による周回。
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。
7. パラトライアスロンカテゴリーは、JTU 登録のカテゴリーにて、出場ください。異なっている場合や、審議中は、記録から除外、DNS、などの対応となる場合があります。

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