



EXCITING DUATHLON GRAND PRIX CalfMan Japan

近畿 Stage グリーンピア三木公園大会

大会最終要項

- 開催期日 2004年3月7日
選手受付時間は、8：30～9：00です。
受付には、後述の誓約書をお持ちの上、時間に余裕を持ってお越しください。
- 開催場所 グリーンピア三木公園内特設コース
〒673-0703 兵庫県三木市細川町槇山 894-60
山陽自動車道（三木東IC）より約 2km・約 2分
- 競技内容 競技種目 レギュラークラス
第1ラン5km バイク30km 第2ラン5km
制限時間 2時間15分（バイク終了時）
- 表彰 男女 総合1位～6位（10位までチャンピオンシップへの出場権）
年齢別男女 40代、50代、60歳以上各1～3位
クラブ対抗（所属クラブ上位3名の合計タイム）1～3位
- 参加賞 カーフマンオリジナルトレーナー、イゾラ、ウェルボディ他

大会スケジュール

午前 8：00	～		開園
午前 8：30	～	9：00	選手受付（会場内受付テント）
午前 9：00	～	9：30	バイクコース試走
午前 9：30	～		開会式・競技説明*
午前 9：45	～		第1グループ召集（スタート付近） レースナンバー 101～
午前 10：00	～		第1グループ女子競技開始
午前 10：03	～		第1グループ男子競技開始
午前 12：00	～		第2グループ召集（スタート付近） レースナンバー 1～100
午後 12：15	～		第2グループ競技開始
午後 14：30	～	15：00	表彰式／閉会式

- * 開会式・競技説明には必ず出席してください。
- * バイクは召集時間前までに、必ずトランジションエリア内のバイクラックに準備してください。
（当日の諸注意は、後述の「大会当日の進行と諸注意」をよくお読みください。

大会当日の進行と諸注意

1.会場までの交通機関

山陽自動車道（三木東IC）より約 2km・約 2分
神戸電鉄（緑が丘駅）より神姫ゾーンバスで21分

2.選手受付・入園（時間に余裕を持ってお越しください。）

大会当日は、グリーンピア三木のゲートで入園料（500円）と駐車料（500円）を払って入場してください。**入園は、8時00分から、受付は8時30分から**となります。

第1駐車場に駐車後、バイクを組み立て、必要品を持って、徒歩で受付（芝生広場）までおいでください。グリーンピア三木内のバイク走行は指定場所以外禁止されています。バイクでの走行は指定時間内におけるバイクコース試走、及び競技中のみ許可されています。

受付の際に、以下の書類をご提出ください。代表の方がまとめて受付される場合、必ず全員分の書類をご提出ください。

誓約書（署名捺印されているもの） 詳しくは、項3.「誓約書について」をお読みください。

受付完了後、以下の物品をお渡しします。

【受付にて渡されるもの】

レースナンバー（ゼッケン） 大会パンフレット

ナンバーシール（バイク用、ヘルメット用各1枚）、参加記念トレーナー引換券 左記2点は1枚のシートに印刷
トラバック及び参加賞

受け取り後、必ずレースナンバーが選手ご自身のものであるか、確認してください。

なお、レースナンバーはインターネットで事前にご確認ください。

大会ホームページ「大会情報」コーナーより http://www.mspo.jp/calfman/race_info_index.html
（最終要項郵送希望者宛には、封筒ラベルにレースナンバーの記載があります。）

3.誓約書について

インターネットでお申込みの方は、大会ホームページより誓約書を印刷して、必ず署名捺印の上、受付へご提出ください。 郵送お申込者は、本最終要項に同封されている誓約書に署名・捺印の上、受付へご提出ください。

未成年者は、保護者の署名・捺印がないと、出場できません。

4.会場内（国営公園内）での注意事項

競技のメイン会場（スタート地点）は、【芝生広場】です。

第1駐車場より徒歩で10分程度要しますので、受付時間に遅れないようにお願いします。

公園規則により、自転車はレース時・コース試走時以外、園内では必ず押して歩いてください（失格の対象となります）。

競技中も、公園は一般開園中です。来園者、観客、特にお子様には十分注意し、危険のないよう十分な配慮をお願いします。

エイドステーションでの紙コップ等は、所定の場所、もしくはエイド付近に捨てるよう心掛けてください。

競技中に飲食した補給食等のごみ、会場内で生じたごみは、指定の場所に捨てるか、できれば各自が持ち帰るようご協力をお願いします。

競技中、緊急車両が通行する場合があります。その場合には速やかに道を譲ってください。

更衣室は、会場内にテントを用意します。

貴重品、所持品のお預かりは出来ません。各自の責任において管理願います。

5.コース試走

公園内特設バイクコースは、カーブ、起伏に富んだテクニカルなコースです。9:00～9:30の間に必ずバイクでコースの試走を行ってください。試走の際は十分な安全走行をお願いいたします。

6.車検

車検等はいりませんが、各自の責任において点検整備を行うほか、バイクショップ等での整備をお勧めします。会場内のメカニックサービス（有料）を受けることも可能です。

7.レースナンバー（ゼッケン）の取り付け

レースナンバー（ゼッケン）は、必ず上半身のウェア前面にナンバーが確認できるよう取り付けてください。ナンバーシールはヘルメットの前面と、バイク右側側面に貼ってください。

8.アンクルバンド

スタート15分前になりましたら、スタート付近の**召集テントで計測用のアンクルバンドを受け取り、必ず足首に装着**してください。その際、アンクルバンドに書かれたナンバーが、選手ご自身のレースナンバーと一致しているかを確認してください。

アンクルバンドには、発信器が内蔵されており、固有のナンバーが登録されています。

他の選手と絶対に交換しないでください。

アンクルバンドは競技中ははずさないでください。

装着後は、競技開始までスタートエリア内でそのまま待機をお願いいたします。特に前のグループが競技中の場合は、計測マット（緑色）に近づかないようにして下さい。

アンクルバンドは競技終了後、回収します。アンクルバンドの紛失、故意による破損、持ち帰りは、¥5,000を請求させていただきます。

9.棄権の申告

棄権する方は、レースナンバーを外してからコースを離れ、大会本部に戻ってください。
大会本部にてアンクルバンドを返却した時点で、棄権とします。

10.荒天の場合

荒天の場合は、中止、または距離、内容の変更を実行委員会で決定します。中止、変更があった場合でも、参加費の返還は行いません。また、会場までの交通費の補償なども行いません。

11.総合成績表の発行

郵送にてお申込みした方、及び、郵送希望をされている方には、後日総合成績表を郵送いたします。インターネットでお申込みいただいた方は、下記のホームページで結果を閲覧・ダウンロードしてご覧ください。

カーフマン・ジャパン公式ホームページ <http://www.msपो.jp/calfman>
エムスポ(MSPO) ホームページ <http://www.msपो.jp>

12.大会保険について

大会保険に基づき、大会中の事故を補償します。ただし、故意、犯罪行為、麻薬などの使用、精神障害、他覚症状のない“むちうち症”または腰痛、大会直前12ヶ月以内の既往症と因果関係のある疾病による身体障害、地震、噴火、津波、戦争の他の争乱などは、対象外となります。

- ・死亡 2,000 万円
- ・入院日額 5,000 円
- ・通院日額 2,500 円
- ・賠償責任 1 億円
- 免責 1 万円

13.お湯のサービスについて

カーフマングランプリ協賛会社であります、東洋水産株式会社様から、参加賞としてアスリートのためのカップ麺・イゾラが支給されます。大会会場・ステージ裏の売店で、このカップ麺を食べるためのお湯のサービスをさせていただきます。持込によるカップスープ・コーヒー等にも対応させていただきますので是非ご利用ください。

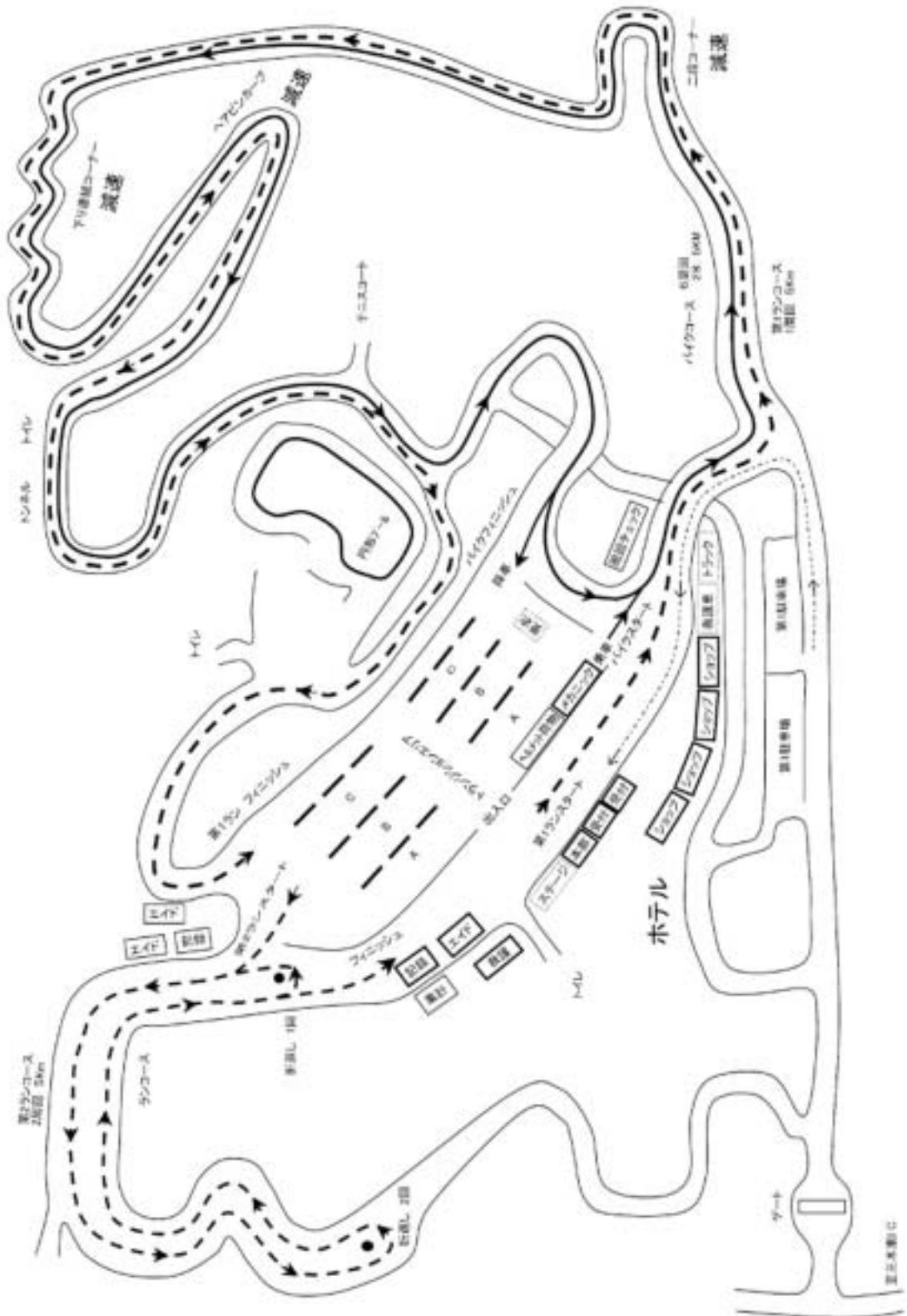
14.お問い合わせ・ご連絡先

カーフマン・ジャパン・デュアスロン大会事務局

〒206-0802 東京都稲城市東長沼 2120-6 グラン・ヴェルジェ 104
TEL 042 - 379 - 5201 (受付時間 月～金 10:00～17:00)
FAX 042 - 379 - 1992
E-mail cal fman@msपो.jp

受付時間外における緊急のご連絡、および大会前日・当日のご連絡は

TEL 090 - 8742 - 2983
までお願い致します。



デュアスロンの競技規則について

(JTU 競技規則よりラン及びバイク部分抜粋)

競技者の心得

- 1 大会は予測できないことの連続である。風、暑さ寒さ、観客や車の飛び出し、見えなくぼみ。危険を察知し、適切な判断で競技する。
- 2 日頃の練習と健康管理。早めの水分補給。マイペース。リタイアの勇気を持つ。
- 3 ドラフトゾーンやトランジション・スペースなど「競技スペース」を守る。

競技について

- 1 競技は車の運転と同じ＝競技者は運転手。審判員は警察官。車間距離とキープレフト。追越し車線。悪路や渋滞での減速。徐行と加速、ゆずりあいの精神で安全運転。

ウェアと用具

- 1 バイクでは、規定のヘルメットと用具。ランではシューズを着用。
- 2 レースナンバーは、四隅を留める。全面が見えるよう気を配る。折り曲げ、変造は禁止。ナンバーベルト使用では、レースナンバーが極端に下にならないよう配慮。
- 3 サングラスは、透明度の高いものがよい。総合フィニッシュでは、サングラスをはずす。
- 4 音響・通信機器の使用は禁止。

スムーズな競技とリタイア

- 1 危険・妨害行為は禁止。相手の優先コースを判断し、スムーズで安全な流れを守る。
- 2 リタイアは、スタッフに伝え、大会本部にも連絡する。

トランジションエリア

- 1 競技コースの一部。エリア内は乗車禁止。ペダル片足走行も禁止。
- 2 ヘルメットのストラップは、ラックからバイクを外す前にしっかりと締める。フィニッシュ後は、バイクを掛けてからストラップを外す。
- 3 前輪の先端が、「乗車ラインを越えてから乗る」「降車ラインを越える前に降りる」。

バイク(自転車)

- 1 バイクは体に合ったもの。
- 2 ヘルメットを深くかぶり、ストラップをあごにかかるように締める。
- 3 規制されたコースでも、交通規則を守る。表示板、コーン、大会スタッフ、競技役員の指示に従い競技する。
- 4 《前方注意・車間距離の確保》は、重要な義務。転倒や急ブレーキ、相手の動きに注意。エアロバーでは、視界が狭まりブレーキが遅れる。

- 5 キープレフト：左側走行（左端から1m、コース幅の左側1/3以内基準）で競技する。コース右側は追い抜きスペース。
- 6 追い越しは、後ろを確認し、前走者の右側から。センター寄りの走者には注意を与える。不安があれば「一声掛けて追い越す」と効果的。
- 7 ドラフティング走行・集団走行・併走は禁止。

<ドラフティングルール>

- 1 ドラフティングは、前走者や車の後ろを風よけにして、楽に走ろうとすること。競技者は、他競技者からのドラフティング走行違反を拒否することができる。
- 2 ドラフトゾーンは、バイク後輪の最後部を起点に、後方5m、両サイドに各1m、計2mの範囲。追い抜き時間は15秒以内。車からは35m以上離れる。
- 3 自転車幅は2m以内。エリート、一般とも2台半から3台分の車間距離をあける。
- 4 ドラフトゾーンへ入れるのは、15秒(共通)以内に追越せるとき。トランジション出入り口付近。

<バイク追越しの決まり>

- 1 安全に素早く追い越せると判断したら、後方確認、右手を挙げ、右側から追い越しに入る。センターラインは越えない。
- 2 追い越したら、再度後ろを確認。左手で合図し、キープレフト走行に戻る。
- 3 追い越し中は、《追い抜く意志を持って、前進している》ように見えなければいけない。ピタリと接近し、静止しているように見えると、規定タイム内でも警告を受ける。
- 4 前輪先端が、先行する前輪の先端よりも前に出たときに「追い越した」と見なす。
- 5 追い越されたら、すぐ抜き返したり、背後に付いてはいけない。後退しているように見えなければ注意を受ける。15秒以内に後方5mまで下がる。

ラン（ランニング）

- 1 第1ラン、第2ラン共にはキープライト（右側通行）で走る。マイペースで、一休みもできる。
- 2 追越しは前走者の左側から。