

# 第10回手賀沼トライアスロン大会要項

(兼・第10回柏市民・我孫子市民トライアスロン大会)

▲場 所 千葉県柏市箕輪新田・手賀沼および手賀沼自然ふれあい緑道

▲開 催 日 平成27年8月23日(日) 08:10スタート

▲競技種目 距離 スイム1.5Km・バイク40Km・ラン10Km・トータル51.5Km  
I・個人の部 II・リレーの部

▲参加定員 個人450名・リレー50チーム

## ▲出場資格 (JTU会員優先)

18歳以上(市民大会は16歳以上)の健康な男女、トライアスロン大会の出場実績もしくは、水泳・自転車・マラソンの経験があり、制限時間内にフィニッシュする体力・気力を有する者。  
大会当日20歳未満の方は参加申し込みにあたり、親権者の同意が必要です。  
(申し込み選手登録された時点で親権者の同意を得ているものと判断します。)

▲荒天・水質悪化・高水温の場合。外気温度上昇によりレース続行が危険と判断した場合。

・沼の水質悪化、高水温で水泳が困難、荒天の場合、外気温度上昇で選手の安全と競技続行が困難と判断される場合は、コース・距離・競技の変更(ラン・バイク・ラン)または、競技を中止します。

・雨天決行

\*大会当日は猛暑が予想されます、熱中症、熱射病になる危険があることを参加申し込み者は、ご理解いただき、選手個人の責任において申し込みください。

\*荒天等で大会が中止になった場合、参加賞の送付はいたしますが参加費の返金はいたしません。

▲沼の水質・底質の放射能測定(8月大会前に測定しホームページ掲載します。)

(昨年度測定参考)

測定場所:スイムスタート地点棧橋

底質:ヨウ素-131 不検出

セシウム-134 (189B/kg)検出

セシウム-137 (530Bq/kg)検出

セシウム合計 (719Bq/kg)

\*競技終了後速やかに水道水で体を洗い、体についた土、スイムウェアに付着した土を洗い流して帰宅してください。

## ▲競技規則

(公社)日本トライアスロン連合(JTU)競技規則及び、ローカルルールを適用します。

・スイム競技中はウェットスーツの着用を義務とします。(選手の安全確保のため)

6時の水温計測で水温が30度以上でウェットスーツ着用が危険と判断した場合、スイムを中止し、ランに変更します。

・バイク競技中はドラフティング及びブロッキング禁止とします。

・サイクルメーターの装着を義務とします。

・エアローヘルメットの後部が細く長いヘルメットは安全上競技に使用できませんので通常ヘルメットをご持参ください、運営側での貸し出しはしておりません。

・ウェアでフロント・ジッパーの着用は可能ですが、必ず首元まで上げて下さい。ジッパーが下がっている方、服装が乱れている選手には審判の方より注意喚起します。

・誓約書・競技規則をかならずお読みいただき競技に参加してください。

・大会中の写真撮影は肖像権及び盗撮防止のため運営側で発行する許可証が必要です。

・選手受け付けは、ご本人が受付してください、代理受付、代行参加はできません。

・受付時にヘルメットの装着状態等の確認をします。

・バイク競技中はペットボトルの使用は禁止です、バイク専用ボトルを使用してください。

▲制限時間 スイム1時間、バイク1時間40分、ラン1時間30分。トータル4時間10分

◎第一ウエーブ スタート:午前 8:10 制限時間:午後 12:20

◎第二ウエーブ スタート:午前 8:20 制限時間:午後 12:30

### ▲傷害保険

- ・選手個人で加入してください。  
熱中症、熱射病の補償がある保険加入をお勧めします。

### ▲表彰

#### ◎個人の部

- 総合 男子1位～6位・女子1位～3位
- 年代別男子の部～19歳まで1位～3位、20歳から10歳ごと1位～3位表彰
- 年代別女子の部～19歳まで1位、20歳から10歳ごと1位表彰  
(各年代で参加者数にて1位～3位の表彰。) \*総合入賞者は年代表彰対象外とする

#### ◎リレーの部

- 総合1位～3位表彰
- 女子チーム1位表彰
- ◎柏市・我孫子市民の表彰対象者は柏市トライアスロン協会、我孫子市トライアスロン協会、各協会登録者とします。
- 個人総合1位～3位 (男女別)

### ▲参加費 (トライアスロン協会未加入者の参加料が1,000円UPしました。)

- 個人の部・・・JTU登録者 10,000円、未登録者 13,000円  
トライアスロン協会会員登録をお願いします。
- リレーの部1チーム・・・12,000円

### ▲申込締切

- ◎期日5月1日～5月29日 (個人450名、リレー50チームに達した時点で締め切りとします。)  
追加募集はありませんので、お早めに申し込みください。

### ▲申込方法

インターネット登録のみとなります。

- ◎申し込みはWEBエントリーより (<http://entry.mspojp/?evcode=GT15>)
- ◎誓約書を必ずお読み下さい。  
\*申込をされた時点で、誓約書をお読みになりご理解のうえ誓約したとみなします。
- ◎大会当日未成年の方は保護者の同意が必要です。保護者の方の同意を得て申し込み下さい。
- ◎申込書に不備または申告内容に誤りのある選手は出場資格を失う場合があります。  
必要事項の空欄の無い様をお願いします。
- ◎申し込み締切り以降の出場取り消しは、参加費の返金はいたしません。
- ◎リレーの申し込みは代表者が一括して申し込んで下さい。

### ▲大会運営事務局

〒270-1454 千葉県柏市柳戸564-18 手賀沼トライアスロン事務局  
電話 080-5019-8554

事務局問い合わせは、メールをお願いします。

大会問合せ(meil:tega\_tora\_0827@yahoo.co.jp)

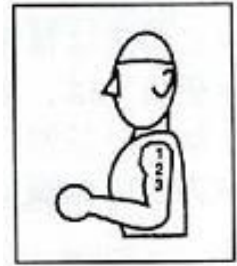
## 注意事項及びローカルルール

競技実施及び競技変更等は、当日会場にて06:00に放送します。

競技ウエアーでフロント・ジッパーウエアの着用は可能ですが、競技中ジッパーは上まで完全に上げることが条件です。競技中の服装の乱れている選手には注意喚起します。

### 受付

- 選手ご本人が受付をしてください。代行受付、代行参加はできません。
- 受付時に、ヘルメットの装着状態等の確認をしますので持参してください。
- 受付終了後、受付テント前で左腕にレースナンバーをマジックで記入します（右図参照）リレーの方は、スイム担当者のみ。
- アンクルバンドは、スイム会場入り口にてお渡ししますので足首に装着して下さい。



### トランジションエリア

- バイク置き場、競技中に使用する必要品のみ置き可能。
- リレーの交代は各選手のバイク置場にて実施する。
- 個人の使用エリアは、バイクハンドル幅です。他の場所に荷物を置いたり着替えることはできません。但し更衣テントが準備してありますので競技中でも着替えに使用できます。（競技に使用しない用品は手荷物預かり所に預けてください。）
- 選手以外の方の立ち入りはできません。
- バイク返却は、バイク競技が終了した時点で、審判長が判断し放送されます。（盗難防止）
- バイク返却時には、レースナンバーとバイクナンバを確認後取り出し可能です。（レースナンバーをお持ちください、代理の受け渡しはできません。）

### スイム

- スタートはウェーブスタートです。申告タイムの早い方から第1、第2に振り分けます。申し込み時の申告タイムは1500mの正確なタイムを申告してください。  
\* 遅い方が第1ウェーブでスタートされると第2ウェーブの選手に追い抜かれバトルに巻き込まれる危険がありますので申告タイムは正確なタイムをお願いします。
- ウォーミングアップは07:30~07:50です。
- ウェットスーツの着用は安全上義務付けられています。
- スイムキャップを用意しますので指定のキャップを着用して下さい。
- スイム制限タイムは60分です。（スイム審判長の判定による）
- 競技中何らかのアクシデントで救助を求める場合、近くの救助員、救助船に向かって手を大きく振り、合図して下さい。
- 天候不良・その他のためのスイム中止の場合はランニングとします。  
\* リレーでスイム競技者の方はランニング用シューズをご持参下さい。
- 棧橋より入水し、そこからフローティングスタートで柏方面に向かって750m泳ぎ、時計回りでブイを折り返し、スタート地点まで帰泳する1500mです。
- 沼で泳ぎますのでゴーグルは必要です。
- 競技終了後に必ず、体、スイムで使用したウエアー類は帰宅前に水で流して帰ってください。
- 競技中救助用ジェットスキーが走行します、走行の時波が立ちますのでご注意ください。ご協力、ご理解をお願いします。

## バイク

---



- 片道 4Km のコースを 5 往復 40km です。
- バイクにはサイクルメーターの装着を義務付けます。
- 距離の確認はサイクルメーターにてチェックします。  
競技中にサイクルメーターの故障に気づいた方はコース上に  
周回チェックポイントを設けますので審判に申告してください。  
競技審判が必要と認める選手はゴール後確認する場合があります。  
\* 周回ミスは選手の責任です、スタッフに聞かれてもお答えできません。
- バイクの制限時間は 1 時間 40 分です。(バイク審判長の判定による。)
- 車検は行いません。バイクの整備・調整は事前に各自の責任において実施して下さい。
- レースナンバーは背中に 1 枚、バイクステッカーは左側から見える位置につけて下さい。(上図参照)  
ヘルメットは正面につけてください。(レースナンバーベルトは使用できます。)
- バイクはトランジションエリア内の指定された場所に置き、ナンバーシールの貼り付けてある側に  
ハンドルバーがあるように向けて、バイクラックにサドルを掛けて下さい。
- 危険防止のためドラフティング(他の選手のバイクにつくこと)は禁止です。走行の際は前方・後方・左右  
方向に注意して安全に競技して下さい。左側走行(キープレフト)をお願いします。
- 中央ラインよりはみ出しますと対向車と接触する危険性がありますのではみ出さないように注意してくだ  
さい。
- 追い越しをする場合は声をかけて右側を追い越して下さい。(追い越し禁止エリアがありますのでスタッフ  
の指示に従ってください)
- 周回折り返し付近は道幅が制限してあり、1 台走行になり危険ですので減速し、前の選手を抜かないこと。  
初心者に優しく、直線で勝負。(危険行為のあった選手にはペナルティーが与えられます)
- カーブでは減速しましょう。膨らむ選手、追い越されて危険を感じる選手もいます。
- 降車ライン手前で降車してください。
- 降車付近は下り坂ですので、十分減速して降車してください。
- バイクコース上にエイドステーションはありませんので、各自のボトル等で水分補給を行って下さい。
- ペットボトルは落下する可能性があり危険ですので使用禁止です。バイク用ボトルを使用してください。
- マウンテンバイクでの参加は可能ですが、ライト、スタンド等付属品は取り外し、サイクルメーターを装着  
して下さい。取り外せないスタンドは布等で覆うようにして下さい。
- ヘルメットの着脱(ストラップは、バイクラックからバイクを外す前にしっかりと締め、フィニッシュ後にバイ  
クラックに掛けてから外さなければならない)。
- T・T(エアローヘルメット)は禁止です。バイクコースが狭く危険防止のため。

## ラン

---

- 片道 1.6Km の折り返し 3 周回 10km です。
- レースナンバーは正面に着けてください。
- エイドステーションはスタートしてすぐと折り返し地点の 2箇所です。
- 折り返し地点で輪ゴムを渡しますので手首にはめて下さい。ゴール後に 3 本あるかチェックします。
- ゴール後、計測用バンドを回収します。
- 緊急車両がコース内を通る時は、緊急車両が最優先となります。
- ランコースの幅は狭くなっております。(沼側自転車道片側のみ走行コース)
- 一般の方の通行用及び応援区域もありますので走行には充分注意して下さい。

## リレー

---

- スイム競技者は左腕にレースナンバーを記入します。(スイム競技者のみ記入)
- 計測用バンドは、競技者が足首に着けます。交代はトランジションにて次の競技者にタッチします。競技者への手助けはできません。ペナルティーがかせられる場合もあります。
- 選手交代はトランジション内のレースナンバー、バイクの置いてある場所とし次の走者以外の選手はエリア外で待機してください。
- 他の選手の競技の妨害にならないように、交代したら速やかにトランジションから出てください。
- バイク競技者は背面に、ラン競技者は正面にレースナンバーを着けて下さい。
- スイム競技者はスイム中止の場合ランになりますのでシューズをご用意ください。

## その他

---

- 更衣は専用テントをご利用下さい。
- 仮設トイレを設置しますのでご利用ください。(トランジション近くに3基、ラン折り返しに2基)
- トイレは「道の駅しょうなん」施設内でもご利用できます。「道の駅しょうなんトイレ」は一般の利用者の方のご迷惑にならない要に譲り合ってご使用下さい。
- 記録(リザルト)は大会ホームページ上に掲載します。
- 記録証の必要な方は直接 MSPO エントリーに申し込みください。有料となります。
- トランジションエリア内のバイクは案内放送があるまで持ち出し出来ません。また、持ち出し時にレースナンバーを確認いたします。
- 会場内での盗難に注意してください。貴重品は家族に預けてください。その他の荷物は手荷物預かり所に預けてください。
- 飲食物は出店又は道の駅売店・レストランをご利用下さい。
- 計測用バンドの紛失又は持ち帰りをしますと1個あたり数千円の弁償となります。受付のみで出場しない選手は計測用バンドを受け取らないで下さい。途中リタイアされる方は審判・大会本部にお渡し下さい。
- 同伴フィニッシュを許可します。同伴者は同伴ゲートに来てレースナンバーを申告し、スタッフの指示に従ってください。
- 猛暑が予想されますので各自水分補給を充分に行ってください。
- 競技中の怪我等に掛かった治療費、バイク・ウエアー、備品等の補償は大会運営側では補償できません。
- 保険は各人で加入して大会に参加してください(誓約書記載)
- 会場内での撮影は大会側で発行する撮影許可証が必要です。(携帯での撮影は申請不要ですが悪質な撮影と判断した場合撮影をお断りしますのでご了承ください)
- \* 会場内での撮影は肖像権及び盗撮防止のため許可証が必要となります。許可証は受付にて100円でお貸しします。許可証を返却されますと100円はお返しいたします。(ご協力お願いします)
- \* 競技者は、無理する事の無いように心がけ、お帰りの祭は笑顔でご帰宅ください。
- \* ボランティアの方に感謝の気持ちを持って「ありがとう、お疲れ様です」のお声かけをお願いします。

「よみがえれ手賀沼」をスローガンに、大会を開催いたしますので、選手・応援者の方もゴミを散らさない、お帰りの際はゴミ拾いをして自分のゴミは各自お持ち帰りをお願いします。駐車場に忘れて帰るかたもありますので、お帰りの際は今一度確認してください。」

手賀沼トライアスロン大会実行委員会