

# きたかみ<sup>げとうこうげん</sup>夏油高原ヒルクライム 2015

～ Gear Up!! 東北～

## 募 集 要 項



### 1. 開催日時、スケジュール

2015年7月4日(土)～2015年7月5日(日)

#### 【7月4日(土)】 タイムトライアルの部

9:00～11:00	タイムトライアル受付	受付場所：煤孫1区自治公民館
13:00～17:30	ヒルクライム受付	受付場所：いわさき小学校体育館内
12:30～	招集地点に集合開始	各自スタート時間の20分前に招集地点に集合のこと スタート地点の手前にて招集
13:00～16:00	<b>競技 タイムトライアルの部</b> ・個人タイムトライアル ・チームタイムトライアル	交通規制は 12:00～16:30
16:00	ウェルカムパーティー開始	
16:30	タイムトライアル結果発表、表彰式	会場：いわさき小学校体育館内
18:00	ウェルカムパーティー終了	

#### 【7月5日(日)】 ヒルクライムの部

5:30～6:30	受付	受付場所：いわさき小学校体育館内 代理受付は参加選手に郵送する参加証を持参すれば可能
7:00	選手招集	
7:15～	開会式(大会会長あいさつ、競技説明)	
7:30～9:10	<b>競技 ヒルクライムの部</b>	足切時刻は 8:50、交通規制は 7:00～10:00
9:15～10:00	下山	下山は先導車誘導のもと、数グループに分けて左側通行・自走による
10:30～	表彰式・閉会式	会場：いわさき小学校体育館内

### 2. 開催場所

岩手県北上市和賀町岩崎地内 夏油高原周辺 (ヒルクライムベース会場からタイムトライアルベース会場まで約 3.1km)



### 3. 募集クラス(全13クラス)

- ◆ エキスパート(年齢制限なし)  
本大会を40分以内にゴールの選手、並びにそれと同等の体力を有する選手は、エキスパートクラスにエントリーできます。
- ◆ 男子Aクラス(中学卒業~19歳以下)
- ◆ 男子Bクラス(20歳~24歳以下)
- ◆ 男子Cクラス(25歳~29歳以下)
- ◆ 男子Dクラス(30歳~34歳以下)
- ◆ 男子Eクラス(35~39歳以下)
- ◆ 男子Fクラス(40歳~44歳以下)
- ◆ 男子Gクラス(45歳~49歳以下)
- ◆ 男子Hクラス(50歳~54歳以下)
- ◆ 男子Iクラス(55歳~59歳以下)
- ◆ 男子Jクラス(60歳~)
- ◆ 女子(中学卒業以上の女子)
- ◆ ジュニアクラス(小学5年生~中学生の男女)

各クラス共のエントリーが200名を越えた場合、参加者の安全確保の観点から当該クラスのカテゴリーを2分割する事があります。

### 4. 競技種目

タイムトライアルの部 7/4(土)

受付場所: 煤孫1区自治公民館 〒024-0323 岩手県北上市和賀町煤孫9地割20-4

受付時間: 9時~11時(ヒルクライムの部への同時受付可能)

対象クラス: 全13クラス(ヒルクライムの部にも参加される方はヒルクライムと同じクラスにエントリーしてください)

競技時間: 13時~16時(各自のスタート20分前に招集地点に集合。また、チームTTのスタートは個人TT終了後20分間の休憩の後とします。)

#### (1) 個人タイムトライアル

募集定員: 350名(定員に達し次第締切、最少人数設定なし)

招集地点: スタート地点手前

競技方法: 計測チップを装着し、スタート台から1名ずつ20秒間隔でスタート。全長5.5kmのコース。

スタート順: ジュニア 男子J 男子I 男子H 男子G 男子F 女子 男子E 男子D 男子C 男子B 男子A エキスパート

#### (2) チームタイムトライアル

募集定員: 30チーム(定員に達し次第締切、1チーム3~5名、男女混合も可。)

招集地点: スタート地点手前

競技方法: スタート台下のラインから1チームずつ横1列にて1分間隔でスタート。3人目のゴールタイムを計測します。但し、先頭の選手より60m以上離れないこと。全長5.5kmのコース。

スタート順: 参加証の送付時および受付会場にてお知らせします。

チームタイムトライアル参加の場合は、個人タイムトライアルのエントリーが必要です。

ヒルクライムの部 7/5(日)

受付場所: いわさき小学校体育館内 〒024-0321 岩手県北上市和賀町岩崎18地割53-3

受付時間: 7/4(土) 13時~17時30分 7/5(日) 5時30分~6時30分

対象クラス: 全13クラス

募集定員: 800名(定員に達し次第締切、最少人数設定なし)

競技時間: 7時30分~9時10分(選手招集は7時。各自でスタート地点に集合)

競技方法: 岩崎城運動公園からスタートし、市道、県道122号(夏油温泉江釣子線)を経て夏油高原スキー場をゴールとする。

スタート順は招集地点に集合順とする。距離18.1km、最大標高差561m、平均斜度3.0%、全アスファルト舗装。

当日交通規制あり。足切場所は8時50分に県道122号線と夏油高原スキー場入口分岐地点の1か所。

スタート順: **エキスパート(2分間) 男子A・B・C(2分間) 女子・ジュニア・J(2分間) 男子G・H・I(2分間) 男子D・E・F**

但し、各クラスのエントリー数により、スタート順を変更する場合があります。

## 5. 競技規定

本大会の規定は別に定める「競技規則書」、「車両規則書」による。(参照先: 本大会HP <http://www.geto-hillclimb.com/>)

## 6. 注意事項

コースの試走を行う場合は、他の交通車両の妨げとならないように交通ルールを遵守の上、日没までに行ってください。伴走車は不可とします。

6月中旬に「受付証」を送付します。大会前に車検(自主車検可)を行い、受付証にある「車両検査票」にチェックを入れてください。受付証は大会受付時にゼッケンと引き換えになりますので忘れずにお持ちください。受付証を持参すれば代理受付も可能です。

大会当日、コース上にひび割れ箇所等がある場合は、走行時十分に注意してください。

競技中における傷害、疾病については応急処置をとりますが、それ以後の処置については本人の責任で行ってください。医師などの治療費については、初診料より本人負担になりますので必ず健康保険証を持参してください。

競技終了後に計測チップをフィニッシュの回収所にご返却ください。なお、計測チップを返却しない場合は実費(4,000円)を請求致します。

入賞者は表彰式にご出席下さい。ただし、事前に届け出るかもしくは代理出席の場合は除きます。

雨天決行です。但し、場合によってはレース内容が変更になる場合があります。

大会当日、天災等不測の事態により大会を中止する場合がありますが、参加料の返金は致しません。

大会出場中の映像、写真、記事、記録等のテレビ・新聞・雑誌・インターネットなどへの掲載権は主催者及び企画運営会社に属します。予めご了承ください。

大会当日は交通規制を実施するので、以下の点に留意願います。

- ・7月4日(土) 12時~16時30分 タイムトライアルコース周辺
- ・7月5日(日) 7時~10時 ヒルクライムコース周辺

(ア) ヒルクライム観戦者(応援者)は、大会当日の交通規制時間にコース内を車両で通行することはできません。

(イ) ヒルクライムを沿道で観戦する場合は、午前7時までにコース外(コース脇は不可)の道路または駐車場に車を止め、徒歩でコース脇に移動し、選手の妨げにならないようにしてください。また、交通規制が解除となる午前10時まではコース内へ車の移動はできません。

(ウ) ヒルクライムのゴール地点で観戦する場合は、午前7時までにゴール地点の所定の場所に駐車し、交通規制が解除となる午前10時までは車の移動はできません。

(エ) ヒルクライム競技当日は、ゴール地点までの応援バスを運行しますのでご利用下さい。

使用する車両については、車両規則書をご確認ください。

タイムトライアルとヒルクライムでは使用可能車両が違います。

本大会にエントリーするにあたっては、各自しっかりと練習して大会に臨んでください。

## 7. 参加資格

以下の各号に該当する健康な男女で、コースを規定時間内に完走できる自信を有する方で、実行委員会の定めた参加申込書、誓約書を提出して許可を受けた方。

年齢: 小学5年生以上 (タイムトライアル・ヒルクライムの部)

親権者の承諾: 未成年者は親権者の承諾を必要とします。

\* 年齢は2015年7月4日現在の満年齢で判定

## 8. 参加申込

2015年3月2日(月)10:00から2015年5月29日(金)18:00まで(郵送必着、参加料の支払いをもって申込完了)

\* 定員に達し次第、募集は締め切る。

## 9. 申込方法

参加料の入金をもって完了となります。5月29日(金)までに入金をお済ませください。

### ◆ インターネット( WEB エントリー )による申込 ( 別途手数料がかかります )

大会公式サイト内の「参加申込」からエントリーしてください。

【夏油<sup>げとうこうげん</sup>高原ヒルクライム 2015 大会公式ウェブサイト】<http://www.geto-hillclimb.com/>

### ◆ 電話による申込 ( 受付時間 : 平日 10 : 00 ~ 18 : 00 )

エムスポエントリーデスクに電話でお申込みください。( 電話 : 042 - 370 - 7431 受付時間 : 平日 10 : 00 ~ 18 : 00 )

支払い方法はクレジットカードまたはコンビニ払いになります。カード払いの方はクレジットカードを、コンビニ払いの方はメモ用紙をご用意の上お電話ください。その際には「きたかみ<sup>げとうこうげん</sup>夏油高原ヒルクライム 2015 の申し込み」とお伝えください。

### 郵送による申込

- 1 申し込み状況を電話等で確認し、500 円切手を同封して返信用封筒と共に資料をご請求下さい。( 5月22日(金)まで )  
資料ご請求時点で定員に達している場合は、資料を返送いたしません。
- 2 必要事項を記入した後、参加申込書、大会誓約書、参加費を下記あてに現金書留でお送りください。( 5月29日(金)必着 )

### 【エムスポエントリーデスク】

〒206-0802 東京都稲城市東長沼 2120-6 グランヴェルジェ 104

電話 : 042 - 370 - 7431 ( 受付時間 : 平日 10 : 00 ~ 18 : 00 )

エムスポエントリー きたかみ<sup>げとうこうげん</sup>夏油高原ヒルクライム 2015 係

## 10. 参加料

- ◆ ヒルクライムまたはタイムトライアルのみ 6,000 円
- ◆ ヒルクライム・タイムトライアルどちらも参加 7,500 円
- ◆ チームタイムトライアル参加 ( 1 チーム ) 1,000 円

チームタイムトライアル参加の場合は、個人タイムトライアルのエントリーが必要です。

いずれの参加料も傷害保険を含む

申込者都合によるキャンセルについては、一切返金には応じないこととする

## 11. 表彰

- ◆ 夏油カップ ( タイムトライアル・ヒルクライムの合計タイム ) …… 1 ~ 3 位 ( 7/5 閉会式で表彰 )
- ◆ タイムトライアルの部 個人クラス賞 ( エントリー区分別 ) …… 1 ~ 3 位 ( 7/4 ウェルカムパーティー内で表彰 )
- ◆ " チーム賞 …… 1 ~ 3 位 ( 7/4 ウェルカムパーティー内で表彰 )
- ◆ ヒルクライムの部 エキスパートの部 …… 1 ~ 6 位 ( 7/5 閉会式で表彰 )
- ◆ " クラス賞 ( エントリー区分別 ) …… 1 ~ 3 位 ( 7/5 閉会式で表彰 )

## 12. アクセス

### 【北上江釣子 IC で降りる場合】

青森東 IC ~ 北上江釣子 IC 約 2 時間 30 分

八戸 IC ~ 北上江釣子 IC 約 1 時間 50 分

能代 IC ~ 北上江釣子 IC 約 2 時間 30 分

酒田みなと ~ 村田 J.C.T. ~ 北上江釣子 IC 約 4 時間

川口 J.C.T. ~ ( 3 時間 30 分 ) ~ 仙台宮城 IC ~ ( 1 時間 30 分 ) ~ 北上江釣子 IC 約 5 時間

北上江釣子 IC ~ 岩崎城運動公園 約 15 分

【北上西 IC で降りる場合】

青森東 IC ~ 北上西 IC 約 2 時間 45 分

八戸 IC ~ 北上西 IC 約 2 時間

能代 IC ~ 北上西 IC 約 2 時間 15 分

酒田みなと ~ 村田 J.C.T. ~ 北上西 IC 約 4 時間

川口 J.C.T. ~ ( 3 時間 30 分 ) ~ 仙台宮城 IC ~ ( 1 時間 30 分 ) ~ 北上西 IC 約 5 時間

北上西 IC ~ 岩崎城運動公園 約 10 分

13. 駐 車 場

- ◆ 岩崎城運動公園 約 700 台 ( 第一駐車場約 200 台、第二駐車場約 200 台、第三駐車場約 200 台、特設駐車場 100 台 )  
岩手県北上市和賀町岩崎 18 地割 74-5

【大会に関するお問い合わせ】

きたかみ<sup>げんとうこうげん</sup>夏油高原ヒルクライム 2015 実行委員会 事務局

〒024-0092 岩手県北上市本通り 1-4-1 ツインモールプラザ西館 1 階きたかみ観光NEXT内

電話 : 0197-63-8855 FAX : 0197-61-5621 受付時間 : 平日 10 : 00 ~ 12:00、13:00 ~ 17:00

## 競技における注意事項

きたかみ<sup>げとうこうげん</sup>夏油高原ヒルクライム 2015 での競技における注意事項は以下の通りです。

### <<タイムトライアルの部>>

#### 【チップの装着】

タイムトライアル、ヒルクライム共に同じ計測チップで計測します。チップは受付時にお渡しいたします。

#### 【スタートでの注意】

##### 個人タイムトライアル

スタートの順番はクラス内のスタートリスト順です。

出走時間は受付証に同封してありますので、各自スタート時間をご確認ください。スタート時間の20分前には召集地点に集合してください。

出走はスタート台に1列3名で並び、20秒間隔で行います。

チームタイムトライアルに出走される方は、ゴール後に所定のう回路にて待機下さい。

##### チームタイムトライアル

補欠メンバーとの入換え等、事前申込したメンバーに変更が生じる場合には必ず受付まで申告して下さい。

スタートは個人タイムトライアル競技終了後20分間の休憩後とします。

出走時間は受付証に同封してありますので、各自スタート時間をご確認ください。スタート時間の10分前には召集地点に集合してください。

出走はスタート台下のラインに各チーム横一列で並び行います。

3人目のゴールタイムを係員が計測します。但し、先頭の選手より60m以上離れないこと。

#### 【走行ルール】

コースの試走は当日12時までとします。

#### 【チップ回収】

タイムトライアルのみに出場される選手の方はゴール後チップを回収します。忘れずにチップを取り外してください。紛失された場合には実費として4,000円頂戴します。

### <<ヒルクライムの部>>

#### 【荷物の預かりについて】

7月5日(日)AM5:30~6:30 大会本部前で選手荷物の受付を行います。

ゴール後に着用する防寒具、雨具などを背負えるバックなどに入れてお預け下さい。

荷物には支給の荷札(ゼッケン番号)を付けてください。

#### 【スタートまでの注意事項】

受付時支給の計測センサーが確実に装着されているか、確認して下さい。

ゼッケン、ヘルメットステッカーはそれぞれ所定の位置に取り付けて下さい。

ベル、リフレクターは道路交通法に基づく部品ですので、装着して下さい。

AM7:00 よりスタート地点に選手を招集します。

AM7:15 より開会式を行います。

プラカード表示に従い、該当グループ順に、左側車線に1列5台で整列して下さい。

AM7:30 より、順次スタートします。

ゴールの最終時間はAM 9:10 です。

#### 【競技中の注意事項】

スタートから7kmまでは道路全幅走行することが可能ですが、道路の左側通行を原則とし、後方スタートの選手が右側から追い越せるよう、配慮して下さい。

スタートから7km地点、県道122号に入ってから左側通行を必ず厳守し、センターラインを越えて走行しないでください。

道路右側は大会運営車両並びに緊急車両が往復通行します。

最終走行車の後方には収容車が走りますので、競技をリタイヤされた方はコース（道路左側）で待機し、収容車の到着を待って下さい。

ゴール5.5km前に給水所を設置してあります。

ゴールまでの距離表示板は、ゴールまで5kmより1km毎に設置してあります。

#### 【足切時間（通過指定時間）についての注意事項】

下記時刻までに各チェックポイントを通過、ゴール出来ない場合は競技を中止して頂きます。

AM8:50 足切りポイント（スタートから15.5km地点）

AM9:10 競技終了

#### 【ゴールでの注意事項】

競技終了後に計測チップのみをフィニッシュの回収所にご返却ください。

計測チップ等を返却しない場合は実費（4,000円）を請求致します。

#### 【下山時の注意事項】

下山開始予定時刻はAM9:15です。AM9:10までに下山召集地点に集合してください。

100名程の集団で下山を行い、集団の先頭には先導車両がつきます。

先導車両を追い越さないようお願いいたします。

#### <<タイムトライアル・ヒルクライム 共通注意事項>>

参加証は大会受付時にゼッケンと引き換えになりますので忘れずにお持ちください。

競技中に於ける傷害、疾病については応急処置をとりますが、それ以後の処置については本人の責任で行ってください。医師などの治療費については、初診料より本人負担になりますので必ず健康保険証を持参してください。

競技結果に対する異議の申立ては、結果掲示後30分以内に大会本部まで申し出てください。

雨天決行ですが、レーススケジュールは変更する場合があります。

大会当日、天災（豪雨等で警報発令の場合並びに地震や火災等）で大会を中止した場合、参加料の返金は致しません。

大会出場中の映像、写真、記事、記録等のテレビ・新聞・雑誌・インターネットなどへの掲載権は主催者及び企画運営会社に属します。予めご了承ください。

## 競技規則書 ヒルクライムの部

本大会は「きたかみ<sup>げとうこうげん</sup>夏油高原ヒルクライム 2015 競技規則」を適用し、開催する。

1. 競技者は、「きたかみ夏油高原ヒルクライム 2015 競技規則」を守ること。違反した場合、失格とする。
2. 本大会誓約書に同意をし、レギュレーションの遵守を誓約する。
3. 競技者はコース上にある危険表示・コースマークに注意し、最大限の安全に努める義務を有する。
4. 競技者は健康管理に留意し、主催者の設ける規則、競技役員の指示に従わなければならない。
5. 競技者は大会中を通じ、自転車走行時は常に硬質ヘルメットを着用しなければならない。
6. 競技者は、ブレーキが完全に作動するなど、レースを安全に行うための整備ができていない自転車を使用する。競技前には車検を必ず済ませ（自主車検可）、受付時に車検報告書を提出のこと。整備不良の自転車では出場できない。
7. 競技者は、主催者が用意したゼッケンを指定の位置につけて競技しなければならない。
8. 競技者は、スタート前の集合時間に遅れてはならない。遅れた場合は失格とする。
9. 選手の代理出走は認めない。
10. 主催者は競技に足切時刻（8:50）を設ける。足切場所は、県道 122 号線と夏油高原スキー場入口分岐地点の 1 か所。なお、8:50 以前に足切場所を通過しても、競技終了の 9:10 までにゴールできなかった選手は失格とする。
11. 競技者は、他の選手への妨害、斜行、その他危険走行をしてはならない。
12. 走行時には左側走行を原則とし、追い越し、追い抜きをする際は右側から行うこと。また必要に応じ声掛けなど注意を促し、追い抜いた自転車の前方に入る際は、安全を十分確認する。
13. 競技中コース内は占有され一般車両は進入しない。ただし、緊急時に車両が通行する場合がある。その際は競技役員の指示に従い、緊急車両の通行を優先する。これによって失った時間は、公式タイムからは削除されない。
14. ゴールおよび着順については、自動計測装置による測定を採用する。着順の判定は、競技運営部会長が行う。
15. 競技者の規則違反等への罰則は競技運営部会長がその処置を決定する。
16. 次の場合は失格とする。危険行為、迷惑行為など、規則違反を犯した場合。アンスポーツマンライクな行動、および競技役員の指示・注意に従わなかった場合。この裁定には抗議を受け付けない。
17. 競技者は、大会中に競技の中止を命じられた場合、直ちに走行を中止しなければならない。
18. 競技者は競技中に起こした事故について全ての責任を負わなければならない。
19. 競技者が制限時間を超えて競技を続けることは認めない。競技役員が競技続行不可能と判断した競技者の競技を中止させることがある。
20. 競技者は、競技役員ならびに他の競技者から不当な対応を受けた場合、抗議を申し出る権利を有する。抗議の申し立てはゴール後、また成績に関する抗議は成績掲示後それぞれ 30 分以内に、口頭にて大会本部・競技運営部会長まで申し出る。競技運営部会長はこれを審査し、この部会の裁定をもって最終決定とする。
21. 下山時にはコース内は交通規制がかかっているが、常に安全に緊急停止できるようにスピードコントロール、車間を十分にとる。
22. コースの試走を行う場合は、他の交通車両の妨げとならないように交通ルールを遵守の上、日没までに行うこと。伴走車は不可とする。



## 競技規則書 タイムトライアルの部

本大会は「きたかみ<sup>げとうこうげん</sup>夏油高原ヒルクライム 2015 競技規則」を適用し、開催する。

1. 競技者は、「きたかみ夏油高原ヒルクライム 2015 競技規則」を守ること。違反した場合、失格とする。
2. 本大会誓約書に同意をし、レギュレーションの遵守を誓約する。
3. 競技者はコース上にある危険表示・コースマークに注意し、最大限の安全に努める義務を有する。
4. 競技者は健康管理に留意し、主催者の設ける規則、競技役員の指示に従わなければならない。
5. 競技者は大会中を通じ、自転車走行時は常に硬質ヘルメットを着用しなければならない。
6. 競技者は、ブレーキが完全に作動するなど、レースを安全に行うための整備ができていない自転車を使用する。競技前には車検を必ず済ませ（自主車検可）、受付時に車検報告書を提出すること。整備不良の自転車では出場できない。
7. 競技者は、主催者が用意したゼッケンを指定の位置につけて競技しなければならない。
8. 競技者は、スタート前の集合時間に遅れてはならない。遅れた場合は失格とする。
9. 選手の代理出走は認めない。
10. 競技者は、前走車との間隔は2台以上、横は1台以上空けることとする。追い越し等でこの間隔が狭まる場合は、速やかに解除すること。また、他の選手への妨害、斜行、その他危険走行をしてはならない。
11. 競技中コース内は占有され一般車両は進入しない。ただし、緊急時に車両が通行する場合がある。その際は競技役員の指示に従い、緊急車両の通行を優先する。これによって失った時間は、公式タイムからは削除されない。
12. ゴールおよび着順については、自動計測装置による測定を採用する。着順の判定は、競技運営部長が行う。
13. 競技者の規則違反等への罰則は、競技運営部会がその処置を決定する。
14. 次の場合は失格とする。ドラフティング、コーナーでの追い越し及び並走、ゴール前 200m、ゴール後 100m 区間での並走。ほかに、危険行為、迷惑行為など、規則違反を犯した場合。アンスポーツマンライクな行動、および競技役員の指示・注意に従わなかった場合。この裁定には抗議を受け付けない。
15. 競技者は、大会中に競技の中止を命じられた場合、直ちに走行を中止しなければならない。
16. 競技者は競技中に起こした事故について全ての責任を負わなければならない。
17. 競技者が競技時間を超えて競技を続けることは認めない。競技役員が競技続行不可能と判断した競技者の競技を中止させることがある。
18. コースの試走を行う場合は、他の交通車両の妨げとならないように交通ルールを遵守の上、日没までに行うこと。伴走車は不可とする。

### 【チームタイムトライアルについて】

19. 1 チームにつき 3~5 名のメンバーで構成するものとする。なお、病欠等の不測の事態に備えて各チーム 1 名の補欠メンバーを申込時に選定できる。
20. 前項 19 によりチームの構成メンバーの変更が生じる場合には、タイムトライアル競技受付終了時までに変更する旨の申告を行う事。申告なき場合には、失格とする。
21. スタートは、コース上スタートラインからチーム毎に行う。
22. 成績は、3 人以上が完走し、その 3 人目のゴールで順位を決定する。
23. ゴールで、チームの 3 番目の選手は先頭より 60m 以内になければならない。60m 以内に 3 番目の選手がいない場合、そのチームは失格になる。
24. 計測時の混乱を防止する観点から、ユニフォームとしてジャージ（上のみ）を統一することを義務づける。不統一のチームは参加を認めない。

きたかみ<sup>げとうこうげん</sup>夏油高原ヒルクライム 2015 ~ Gear Up!! 東北~

## 車両規則書

きたかみ<sup>げとうこうげん</sup>夏油高原ヒルクライム 2015 での競技車両規則は以下のものとなります。

### 【タイムトライアル】

車両：ロードバイク、クロスバイク、TT バイク、マウンテンバイクに限る

服装：硬質ヘルメット（ハードシェルタイプの（財）日本自転車競技連盟公認のものが望ましい）

### 【ヒルクライム】

車両：ロードバイク、クロスバイク、マウンテンバイクに限る

TT バイク、DH パーは不可

服装：硬質ヘルメット（ハードシェルタイプの（財）日本自転車競技連盟公認のものが望ましい）

また、タイムトライアル・ヒルクライムの大会前に以下の項目について車検を受けること（自主車検可）

項 目	詳 細
ハンドルがぐらつかない	自転車の前に立ち、ハンドル上部を握って下方および左右に強く押したとき動かない事
サドルがぐらつかない	自転車の横に立ち、サドルの前・後端部を持って水平方向に回す力を加えて動かない事
ブレーキが効く	ブレーキレバーを強く握ったときレバーがハンドルに当たらない事
ベル・リフレクターが装着してある	取付にぐらつきがない事。 公道を使用して行う競技のため必要。また警察からの指導項目でもある
クイックリリースレバーが締まっている	カムレバーが車輪とほぼ垂直の位置で負荷がかかり始めた状態からしっかり倒しこんである事
タイヤが摩耗していない	タイヤのコードが見える状態でない事。また、チューブラータイヤはリムセメントの接着力が有効な事