

# 競技規則

## RULES

### 総則

1. 本大会は、公益社団法人トライアスロンジャパン競技規則(JTUルール)及び以下に定めるローカルルール(かわトラルール)を適用する。
2. 本大会競技規則に定めない事項、事象が発生した場合は、大会主催者がその取り扱いを決定する。
3. 安全第一を優先し、気象条件その他の条件等により、競技性及び安全が十分に確保できないと主催者が判断した場合には、競技開始以前または競技中であっても、競技内容の変更または中止する事が出来る。その場合の参加費用払い戻しは原則として行わない。
4. 気象条件等により、スイム競技を中止して、バイク・ラン競技にする場合がある。

### 共通規則

1. 選手及び随行者は、社会人・スポーツマンとして節度ある態度で本大会に参加する。違法駐車、一般車両や通行人への通行妨害、ゴミの投棄及び違法キャンプの禁止、バイク乗車時のヘルメットを着用(練習時も)、夜間の騒音等に充分注意し、開催地の地域住民やボランティアとの調和を図る。
2. 大会で定められた時間を厳守し、遅れる場合は事前に連絡する。
3. 大会スケジュール、競技規則、コースは選手自らが把握する。
4. 酒気帯びや体調不良の状態で競技をすることは出来ない。
5. 選手は、規則で決められたウェア、競技用具を使用しなければならない。
6. 仮装は認めない。
7. レースナンバー(ゼッケン)は、バイクでは背面、ランでは前面にめくれ上がらないように取り付けること。折り曲げや変造は禁止する。レースナンバーベルトの使用を認める。
8. 制限時間 以下の通り制限時間を設ける。

#### ・ミドル 8:00 スタート

	スイム関門	バイク関門	ラン関門
ミドル	9:30	12:30	15:00

※スイムは、9:00 を過ぎて次の周回には入れない。

※バイクは、12:00 を過ぎて次の周回には入れない。

※ランは、14:20 を過ぎて次の周回には入れない。

#### ・スタンダード・スプリント 9:10 スタート

	スイム関門	バイク関門	ラン関門
スタンダード	10:20	12:30	15:00

※スイムは、9:40 を過ぎて次の周回には入れない。

※バイクは、12:00 を過ぎて次の周回には入れない。

※ランは、14:20 を過ぎて次の周回には入れない。

9. フィニッシュ地点以外でのアンクルバンドの返却は、必ずスタッフであることを確認したうえで、スタッフに直接返却すること。紛失した場合は実費を弁償とする。
10. 小型カメラ、携帯電話、スマートフォン、音楽プレーヤー等の使用は禁止する。但し緊急時の電話は認める。

## スイム競技

1. スイムのスタート方式は、ローリングスタートとする。
2. スイムスキップ方式を採用する。  
当日の体調が不安な選手や泳力が不安な選手は、スイムをキャンセルしバイクからのスタート(スイムスキップ)を認める。  
希望者は、7時45分までに受付に申し出る。スイム競技中に審判船やライフセーバーに申し出る事はリタイアとみなし、スキップとはならない。  
記録は参考としてリザルトに掲載するがDNF扱いとなり記録は残らない。
3. ウエットスーツ着用を義務とする。  
JTUルールに適合する、体にフィットしたウエットスーツを着用のこと。  
損傷品、スイムスーツ、ラッシュガード、サーフィン用などは使用できない。  
ローカルルール(かわトラルール)により、足の保護の為にマリンシューズ、スイムシューズの着用は認める。但し推進力を得ないものとする。
4. スタートエリアには必ず入水チェックを受けて入場する。スタート前にウォーミングアップをすること。  
陸上でのランニングなどでもOK。
5. ブイやコースロープ等に掴まっての小休止を認める。ただし、これらを利用して前進することはできない。
6. 救助を必要とする場合は、手を頭の上で大きく振り、大きな声で水上監視員(ライフセーバー)にアピールする。

## トランジションエリア

1. 選手、スタッフ以外はトランジションエリアに立ち入りできない。
2. トランジションエリアでのバイクと用具のセット時間  
当日(6月21日)5:00~6:45
3. 競技用具以外は設置できない。  
バイクの上に設置可能なものは、ヘルメット、サングラス、手袋、バイクシューズ、ドリンクボトル等。
4. バイクのスタート時は、ヘルメットをかぶりストラップを締めて、ラックからバイクをおろす。  
バイクフィニッシュ時は、ラックにバイクを掛けてからヘルメットストライプを外しヘルメットを脱ぐ。
5. トランジションエリアでの乗車(片足乗車含む)は禁止する。
6. バイクと競技用具の引き取りは、およそ13時00分~16時頃までとする。

## バイク競技

1. バイクはJTUルールに適合した、よく整備されたロードレーサー(TTバイク含む)を使用する。  
ドロップハンドルを基本とし、ブルホーンバーは使用できるが、フラットバーは使用できない。  
ヘルメットはバイク競技用の硬質ヘルメットを正しく着用する。
2. 走行中は常に自己の安全速度を守る。特にキープレフトを遵守し、お互いのドラフトゾーン確保及びブロッキング禁止を厳守する。前方選手を追越した後、**12m**を超えてキープレフト走行に入ること。

3. ドラフティング禁止とする。  
前方選手を追越すときドラフトゾーン(前方選手前輪先端から12m)から25秒以内に抜け出さねばならない。
4. ブラインドコーナーなど視界の悪い場所では追い越しはしてはならない。
5. 緊急車両走行時は、減速し左側を徐行又は指示に従い停車すること。  
いかなる場合においても、緊急車両の追い越しは禁止する。

## ラン競技

1. キープレフトを遵守すること。コース幅の狭いところは、前方および対向の選手に十分に注意し、お互いに安全な走行を心掛けること。
2. フィニッシュはサングラスを外し、レースナンバーを整え、笑顔で応援者に応える。  
ローカルルール(かわトラルール)により、同伴フィニッシュを可能とする。
3. 同伴フィニッシュの希望者は、同伴フィニッシュの待機場所より、スタッフの指示に従い他の選手の競技に影響がないように配慮すること。  
大会に出場した競技者(リレー競技)の同伴フィニッシュでは、競技を終えた選手はレースナンバー及び計測チップを外して、行わなければならない。  
ゴール付近が狭い為、大勢での同伴フィニッシュは遠慮すること。

## リレー競技

1. 参加規程  
3名1組(1名1種目)または2名1組(1名は2種目)での参加とする。  
チーム構成は男女混合可。
2. スイム ⇒ バイク  
トランジション内に設けられたリレーゾーンで、アンクルバンドを引渡す。  
バイク担当者はバイクシューズをはいた状態で待機し、アンクルバンドを足首に装着するまではリレーゾーンから進むことはできない。アンクルバンド装着後は、個人選手と同様にバイクに乗る作業を行う。同一選手がスイム・バイクを連続する場合は、個人選手のルールを適応する。
3. バイク ⇒ ラン  
バイク担当者は、バイクをバイクラックに掛けてヘルメットを脱いだ後、トランジション内に設けられたリレーゾーンでアンクルバンドの引渡しを行う。ラン担当選手はランシューズをはいた状態で待機し、アンクルバンドを足首に装着するまではリレーゾーンから進むことはできない。同一選手がバイク・ランを連続する場合は、個人選手のルールを適応する。
4. 繰上げスタート  
前種目の担当選手が各関門時間に間に合わない、または間に合わないと判断された場合は、繰上げスタートを行う。繰上げスタートの場合DNFとなる。  
・バイクスタート : 9時30分  
・ランスタート : 12時30分  
\* 繰上げスタート時間については、交通規制時間との関係で変更することがある。

5. フィニッシュは、同伴フィニッシュを推奨する。  
サングラスを外し、レースナンバーを整え、笑顔で応援者に応える。  
\* 先に競技を終えた選手は、レースナンバーを外しておく。

#### 罰則と抗議

1. 違反者には、指導、タイムペナルティ(ストップ&ゴー含む)、失格を適用する。
2. 指導は、アドバンテージを得ない軽微な違反に適用する。
3. タイムペナルティ及びストップ&ゴーは、違反によって競技上の大きなアドバンテージ若しくは順位の変動が得られる行為、危険行為及び重大なマナー違反に対し、一つの違反ごとに状況に応じ、いずれかが科せられる。
4. 失格は、故意によって行われた悪質な違反及び重大なマナー違反に対して科せられる。
5. タイムペナルティは1分とし、各自の計測タイムにプラスする。(但し、ストップ&ゴー適用の選手は除外する。)
6. 競技者には抗議(JTUルール第12章)の権利がある。その裁定になお不服があるときは、上訴(第13章)、仲裁(第14章)を順次行うことができる。

#### 表彰

1. ミドルディスタンス、スタンダードディスタンス、及びスプリントディスタンス(女子のみ)  
総合表彰 男女各3位まで(メダル及び副賞)  
年代別表彰 男女とも(18-19歳、20-24歳、25-29歳、30-34歳、35-39歳、40-44歳  
45-49歳、50-54歳、55-59歳、60-64歳、65-69歳、70-74歳、75-79歳  
80-84歳、85-89歳)の年代、各1位(メダルのみ)
2. リレー:ミドルディスタンス  
上位3チーム表彰(1位はメダルと副賞。2位、3位は副賞)