

競技規則 総則

本大会は、JTU 競技規則を基本とし、一部ローカルルールを用いる。

- 第1条 トライアスロンはスイム、バイク、ランの順で行う複合競技であり、定められた場合を除き、第三者のいかなる助力(伴泳、伴走、指示助言)も受けてはならない。また、他の競技者を妨害してはならない。
- 第2条 大会当日において、降雨、強風、湖上の荒れ等気象状態が悪化した場合は、大会の開催及び中止についての権限は実行委員会(大会委員会)にある。大会の安全確保のため、大会当日において 気象警報が発令の場合は競技を中止し、また気象注意報が発令の場合は波高、風速、視てい、水温等実情を考慮して、距離の短縮、コースの変更など実行委員会の権限において決定する。
- 第3条 安全対策についてはこの規則に定めるものの他実行委員会の定めによる。
- 第4条 競技者は本規則および交通法規を厳守し、競技役員、警察官の指示命令に従わなくてはならない。
- 第5条 競技役員は、規則違反した競技者を退場・失格させる権限をもつ。
- 第6条 医療救護員は、傷害及び生命の損失をこうむる可能性のある競技者を中止させる権限をもつ。
- 第7条 競技者は、アルコール飲料・ドーピング行為を禁止する。
- 第8条 競技者が自ら競技を断念する場合は、ただちに近くの競技役員に連絡しなければならない。連絡を受けた競技役員は競技者の状態を把握し、すみやかに医療救護班および大会本部に適切な連絡通信を行う。
- 第9条 競技者は良きスポーツマンシップ・フェアプレーの精神をもって行動することを要求される。また、ゴミは自らもちかえらなければならない。不当な申告等スポーツマンらしくならぬ行為は失格の原因となり将来行われる本大会への参加を拒否されることになる。
- 第10条 着替えは指定された場所外では出来ない。

スイム

- 第11条 競技者は主催者より支給されるスイムキャップを必ず着用しなければならない。
- 第12条 足ヒレ・パドル・その他いかなる推進補助具及びシュノーケルの使用は禁止する。
- 第13条 競技は JTU 競技規則第 67 条を充たすウェットスーツを必ず着用しなければならない。
- 第14条 ゴーグル及びノーズクリップ等は着用することができる。
- 第15条 コース上には競技者及び本大会本部より特に許可される者以外は入ることができない。
- 第16条 競技者は主催者より支給(記入)されるレースナンバー等を所定の箇所に表示しなくてはならない。また支給される物品は現況のまま使用しなくてはならない。
- 第17条 スイムフィニッシュは計測している地点とし、9:26に閉鎖する。閉鎖後スイムコース上にいる選手は即時失格となる。
- 第18条 スイム競技の安全性の確保、競技者の安全面から、競技役員は制限時間内に完泳できないと判断された者にリタイアを勧告することができる。

バイク

- 第19条 バイク競技は競技者本人の脚力で乗る、押す、または担ぐ方法で進行しなければならない。他の自転車や乗物による牽引行為をしてはならない。また、競技者以外の者によって自転車を進めてはならない。
- 第20条 競技者は主催者より支給されるレースナンバー、プレート等を所定の箇所に表示しなくてはならない。また支給される物品は現況のまま使用しなくてはならない。
- 第21条 競技者はバイク競技の全行程において、キープレフトを守りヘルメットを正しく着用しなければならない。ただし、カスクの使用は認めない。
- 第22条 バイク競技中のメカニックのトラブルは、すべて競技者自身が対処しなければならない。また修理工具、スペア部品等も競技者自身の責任において準備し、第三者から提供を受けてはならない。ただし、主催者が指定したメカニックステーションでの修理はこの限りではない。(競技本部会場のメカニックテント内)
- 第23条 競技者は、交通法規の違反行為の結果には、個人的責任を負わねばならない。
- 第24条 レースに使用される自転車は、ロードレーサーとし事前にバイク自主点検を受け、指定した場所に置かねばならない。

- 第 25 条 自己を有利にする行為について、次に挙げる事項に違反した者はドラフティングとみなされる。
- 1) 前走車との車間距離は常に前車の前輪最前部より 10m 以上保つ
 - 2) 前走車の追抜きを試みている間は、前走車との距離を縮めてもドラフティングとはみなされない。
ただし、20 秒以内に追抜き不可能と認めた際には、直ちに前走車との車間距離を 7m 以上保つこと。また他車に追抜かされた者は追抜いた車との間に 10m 以上の距離を保つこと。
 - 3) 追抜きの場合、右側から抜き並走車間距離を 1.5m 以上保つこと。また横風に対し風下に並走してはならない。ドラフティングとみなされた競技者はペナルティを受け、かつ失格の対象となる。
- 第 26 条 競技者が定められたコースから外れ、あるいは関門を通過しない場合は失格となる。
バイクフィニッシュは 12:00 に閉鎖する。閉鎖後自転車コース上にいる選手は即時失格となる。
- 第 27 条 コースを誤った選手は、他人の助力を得ることなく引き返しコースに戻り、競技を続けることができる。
- 第 28 条 口頭による説明が理解できなかったという理由、観客の誤った指示、方向標識の不整備または第三者による置き換え等々いかなる理由といえどもコースの誤走についての異議は認められない。
- 第 29 条 競技者は自らの責任においてコースを熟知しなければならない。

ラン

- 第 30 条 走ること、歩くこと以外の手段を用いてはならない。
- 第 31 条 競技者は主催者より支給されるレースナンバー等を所定の箇所に表示しなければならない。
支給された物品は現況のまま使用すること。
- 第 32 条 総合フィニッシュ(ランフィニッシュ)は、13:25 に閉鎖する。
閉鎖後ラン コース上にいる選手は即時失格となる。

異議申立て手続き

競技役員の判定、または他の競技者の行為に対して異議の申立てを希望する参加者は競技終了または棄権から 1 時間以内に書面をもって審議委員会に申し出ること。この意義申し立てに対して、審議委員会が協議し裁定する。この裁定は最終権限をもつ。また、リザルト(記録)に関して審判長が署名をしたのち、異議申し立てがない事を確認し、技術代表が署名をする。

【 関門時間 】

種目	スイム(1.5km)	バイク(45km)	ラン(11km)
時間			
種目別 関門時刻	9:26	12:00	13:25

スイムに関する説明

1. 競技は、ウォームスーツ類の使用を禁止し、JTU 競技規則第 67 条を充たすウェットスーツを必ず着用してください。JTU 競技規則は以下の HPI に掲載されています。
[JTU 公式ルールブック 2019\(CC\)本文.indd](#)
2. 平均水温は、21.8 度です。参考にしてください。
3. 参加者は早めにコースの下見をしてください。(スタート、フィニッシュ、ターンブイの位置等)
4. スタートは、3 組による 3 分間隔のウェーブスタートで行います。
5. 特にスタート時は自分の実力を十分評価してください。スイムに自信の無い参加者は後からスタートするとトップ志向者と争うことなく落ち着いてスタートすることができます。
6. 水泳中に「けいれん」をおこしたり「救助」が必要なときは泳ぐのをやめ、あわてずに手を頭の上で振ってください。
7. 船上に引き上げられた場合は競技に復帰することはできません。
8. コースブイ等につかまり、その場所にとどまることはできません。
9. 当日受付後、やむをえずスタートを棄権する場合は必ず本部に申し出ること。
スイムスキップはスタート前と、スイム 2 周目に入る陸上であればスイムスキップを認めます。ただし参考タイムとなります。なお、バイク再スタートについては TO の指示に従う事。
10. スイムエリアに一度入りましたら、スイムスタート前にエリア外に出る際は TO に申告を必ずお願いします。

11. スイムキャップは、大会支給品を必ずかぶってください。
12. スイムゲートは、7:50にクローズとなります。

バイクに関する説明

1. トランジションエリア内の乗車は禁止とする。なお、トランジションエリアバイクゲート付近に乗車・降車ラインを設けます
2. トランジションエリアバイクゲートから周遊道路までの間“のみ”右側通行とします。
3. 大会前日のコース下見時、バイクコースは交通規制がされていないので、通行車両等には充分注意しヘルメットを着用し安全にコース下見を行ってください。なお、コースの逆走を禁止します。
4. 本大会のコースはカーブと登り降りが大変多く、変化に富んだテクニックを要するコースです。レース中はキープレフトを守り安全に充分注意してください。
5. レースの安全を図る為、ランとの平面交差を避け、仮設陸橋を設置してあるのでバイク走行には充分注意して通過してください。
6. バイク・ランの対面走行区間が国際村入口より本部まであります。(別図参照)
コース上仕切られていますバイクコースを特に安全に留意しキープレフト走行をお願いします。
7. バイク乗降車ライン付近は充分減速し、大会運営にご協力ください。
8. 大会当日12:00~13:30の間、大会本部から国際村入口区間が片側一方または交互通行となるためその間のバイク運搬は降車し徒歩で行ってください。
9. レースに使用される自転車はTバーハンドル(ストレートバー)は禁止とします。

ランに関する説明

1. 次の点に十分ご注意ください
(1) バイクとの対面走行区間(別図参照)では、バイク競技中です。仕切られていますバイクコースには絶対に入らないようにし、ランコース内でキープレフトを守ってください。
(2) バイクとの平面交差を避けるためのラン専用仮設陸橋は、往復必ず渡ること。

トランジションエリア他に関する説明

1. 2022 大会はバイクピックアップを随時受け付けます。TO の指示に従い競技中の選手に気を付けバイク・荷物等ピックアップをおねがいします。
2. トランジションエリアのバイクラックに、ウェットスーツをかけることを禁止します。
コース内、会場内共に上半身を含めて、裸になることは禁止されています。各種目間で着替えを行なう場合は、必ず指定の更衣テントをご利用ください。
3. 競技中はいかなる理由があっても、画像撮影機器や音楽プレイヤーの使用は禁止します。
4. 各自トランジションスペースの整理整頓に努めてください。

リレーに関する説明

リレーの部参加者は、それぞれが受け持つパート以外も「選手のしおり」を熟読ください。

<大会前日>

1. チーム全員が揃って選手説明会の受講及び受付をしてください。

<大会当日>

1. 競技受付はチーム選手全員が揃って行ってください。(揃わない場合は、競技受付できません)
2. 第3ウェーブ(8時26分)でのスタートになります。
3. パートごとの引継ぎはトランジションエリア内に設けてある「リレーゾーン」内で計測用バンドを引継ぐことで

行ないます。待機選手はリレーゾーン内かトランジションエリア外のリレーゾーン周辺での待機をお願いします。
なお、選手間のリレーミス(引継ぎ失敗)は選手の責任とします。

4. バイクパート選手は7:50までに指定のバイクラックにバイク・ヘルメット・バイクシューズなどを設置しなければならない。(アイウェア、グローブ、ランシューズの3点はこの限りではない。) 注意:7:50以降はバイクラックへのセットができません。

【引継ぎ時の注意】

- ・スィム→バイク バイクパート担当選手は、計測用アンクルバンドを受け取り左右どちらかの足首へ装着後、自身のバイクラックへ移動し、事前にセットしてあるヘルメット・シューズ等を着用し、バイク乗車ラインへバイクに乗らず向かうこと。
 - ・バイク→ラン バイクパート担当選手は、バイクフィニッシュの降車ライン手前で降車し、バイクラックへバイクをかけた後、ヘルメットおよびシューズを外しリレーゾーンにて引継ぎを行うこと
5. 2つのパートを1人の選手が行う場合でも、必ずリレーゾーン通過を義務付けます。
 6. リレーの部バイク担当者は、計測用アンクルバンドの引継ぎが完了したところで、速やかにウェアのレースナンバーを外してください。

<その他>

1. 大会当日までにチーム内で欠場者が出た場合、以下の通りとします。
 - ① 代走は認めない。
 - ② 残りの選手が3種目行つての出場はできません。ただし予めエントリー申請しているパートでの競技参加は可能です。なお記録は参考タイムとなり、またチーム表彰の対象外になります。欠場者の申し出は大会前日の登録受付時、または大会当日の競技受付時とします。
2. その他については、TOの指示に従ってください。

自動計測方法に関する説明

1. 競技受付時(10日/7:00~8:00)に、自動計測用アンクルバンド(発信機内蔵)を支給します。取り扱いには十分注意し、競技中は常に装着してください。
2. 計測用アンクルバンドは、左右どちらかの足首にしっかり装着して競技中外さないでください。
3. アンクルバンドを紛失・破損した場合はTOに申告し自分の上腕に書かれた番号がはっきり見えるようにして下さい。
4. バイクフィニッシュの計測は、ランスタート地点となります。バイク降車地点で確実にバイクから降り、トランジションエリアに進んでください。
5. アンクルバンドは、総合フィニッシュ終了後、係員が回収しますのでご協力ください。

その他

1. リタイアする選手は、アンクルバンドを近くのTOに返却し、リタイアの意思表示をしっかりとお願いします。
2. リタイアした選手は、必要に応じて直接あるいは近くの係員を通してメディカルテントに連絡し、医師のチェックを受けてください
3. 病院で治療を受けた場合、その治療費支払いについては各自の保険の範囲内で自己負担となります。