

# 第4回 鳥取砂丘トライアスロン大会

## 競技説明資料

### ジュニアの部

競技内容をよく理解され、楽しく安全な大会となるよう努めてください。

1. 前日の流れ (6月15日 <sup>田</sup> )	1
2. 大会当日の流れ (6月16日 <sup>日</sup> )	1
3. リストバンド、レースナンバー取り付け等について	3
4. バイクセット、カゴについて	4
5. 各競技について	5
6. 緊急時対応マニュアル	8
7. 大会競技規則	9

砂丘トライアスロン実行委員会  
連絡先 080-1933-9111



## 1. 前日の流れ 6月15日(土)

項目	内容
バイクメンテナンス (鳥取市民会館)	12:00~14:30 有料(1,000円)、パーツ代は実費お支払いください。
受付/選手登録 (鳥取市民会館)	14:00~14:50 ○選手登録 <u>※必ず時間内に登録してください(未登録者は出場出来ません)</u> ○参加者支給品受け取り ○リストバンド装着
開会式/競技説明会 (鳥取市民会館)	15:00~16:00 ○開会式 ○競技説明会

## 2. 大会当日の流れ 6月16日(日)

項目	内容
競技開催最終決定	6:00
トランジションの準備	6:30~8:20 ○バイクラックにバイク(サドル掛け)を掛ける。 <u>受付混雑を避けるため、先にバイクセットしてください。</u> ○使用するヘルメット、ランシューズ等をセットする。 (バイクシューズはペダルに装着可)
選手最終受付/登録 (岩戸海岸)	7:00~8:00 ○本部受付で最終受付 ○アングルバンドを受取り、装着する。 ○レースナンバーを腕にナンバリングする。
スイムスタートエリア へ移動	8:00~8:30 ○入水チェック <u>一度通過するとスタートエリアからは出られません。</u> ○メガネを預ける(必要な選手のみ)

<b>競技開始</b>	8 : 50 ~ ジュニアA、B
<b>スイムスタート</b>	
スイムフィニッシュ	○上陸しタイムチェックポイントを通過する。 ○メガネを受け取る。(預託者のみ)
トランジッションエリア (スイム→バイク)	○ウエットスーツ・スイムキャップ・ゴーグルなどをカゴに入れる。 ○ヘルメットをかぶり、ストラップを締めてからバイクをラックから取り出す。 ○バイクを乗車ラインまで押す。(エリア内は乗車禁止)
<b>バイクスタート</b>	○乗車ラインを通過後、バイクに乗車する。
バイクフィニッシュ	○降車ライン手前で降車する。
トランジッションエリア (バイク→ラン)	○バイクを押しバイクラックに掛ける。 ○ヘルメットをとり、バイク用品をカゴに入れる。
<b>ランスタート</b>	○タイムチェックポイントを通過
ランフィニッシュ	○フィニッシュライン通過(チェック後、アンクルバンド返却)
<b>競技終了</b>	○預託していた着替え等を受け取る。
表彰式/閉会式 (岩戸漁協広場)	13 : 30 ~ 15 : 00 ○表彰式、閉会式
バイク・荷物等ピックアップ	12 : 30 ~ 16 : 00 ○バイク・荷物のピックアップを行う。(トランジッションエリア担当者の指示に従うこと。)

### 3. リストバンド、レースナンバー取り付け等について

#### ■参加者への支給品

- ①参加賞
- ②リストバンド
- ③スイムキャップ
- ④レースナンバー2枚、安全ピン8本
- ⑤レースナンバーシール3枚(バイク用2枚・ヘルメット用1枚)
- ⑥着替え入れ袋

#### ■リストバンドについて

リストバンドは、前日受付時に装着し、大会期間中は取り外し不可。

※最終受付、トランジションエリアの出入り、バイクピックアップ等で必要となります。

#### ■レースナンバーの記入、レースナンバーシールの取り付け位置

##### ○スイム（ボディーマーキング）

左右の上腕部にマジックでレースナンバーを記入します。

長袖のウエットスーツの場合は、左右の手の甲でも可とします。

##### ○バイク、ラン

###### ・レースナンバー

レースウェアの前後に1枚ずつよく見える位置に安全ピン等で固定してください。

ナンバーベルトの使用を認めますが、必ず前後に1枚ずつ装着してください。

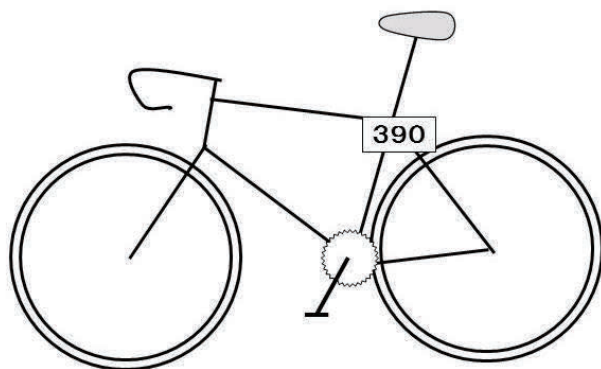
###### ・レースナンバーシール

バイクのシートポスト付近に左右1枚ずつ貼り付けてください。

ヘルメットの正面前部に1枚を貼り付けてください。

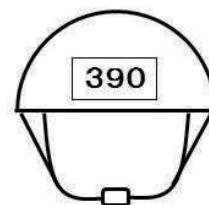
##### バイク

シートポスト付近の左右に貼る。



##### ヘルメット

正面前部に貼る。



## 4. バイクセット、カゴについて

- バイクラックへの掛け方、バイクシューズのセット、その他の用具等  
ラックに取り付けてあるレースナンバーが正面に見える向き(通路向き)にして、サドルの先端を掛ける。
  
- バイク用具、ラン用具のセットについて  
競技に必要な用具のみ、自分のエリア内にセットする。(バイクシューズはペダルに装着可)
  
- カゴの使用について  
レース用具を収納するためのカゴが各選手に1つずつ用意してあります。  
レースで使用した用具はすべてカゴに入れてください。

## 5. 各競技について

- 本大会の競技コースは、バイクコース全部とランコースの一部を除いて交通規制を行っていません。コース上での最小限の誘導は行いますが、選手自身の安全は最終的には各自が細心の注意を払ってレースを行ってください。
- 前開きのレースウエア及びバイクジャージ等で前開きのウエアは、レース中にファスナーをきっちり締めて開けないことを条件に使用を認めます。
- 身体にタトゥーを入れている場合は、長袖シャツ、アームカバー、レッグカバー、テーピングの装着などの方法により、外から絶対に見えない対策をおこなってください。（レース前後にスタートエリア、フィニッシュエリア等で露出することも認めませんのでご注意ください。）
- 大会当日の天候等を検討した上、当日6:30時点で競技開催についての最終判断を下します。

### 1 スイム競技

- (1) 距離 ジュニアA 375m ジュニアB 750m (375m×2周回)
- (2) 競技時間 ジュニアA 10分 ジュニアB 20分
- (3) コースは往復コース反時計周りで、ジュニアBは2周回（1周回した後に1度上陸します）  
コースロープの右側を泳ぎます。また、折り返し点には大型のブイを設置します。
- (4) 低水温（20℃程度）が予想されますのでウエットスーツの着用を義務とします。  
ラッシュガードやラバー水着などはウエットスーツとはみなさず、スタートを許可しません。
- (5) スタートはマーシャルの指示に従い整列してください。  
スタート直後は非常に混み合い（スイムバトル）危険を伴いますので、不安な方は後方からゆっくりスタートしてください。
- (6) 他競技者への危険防止のため突起物の付いた指輪は必ず外してください。
- (7) 自身のケガ防止のためイヤリング及びピアスは外してください。
- (8) リタイヤ、タイムオーバーした選手は、直ちにジェットスキー及び監視船等で上陸地点に向かい担当のマーシャルに申告してください。

### 〈スイム競技中止の場合〉

- (1) 1stランを実施します。距離 ジュニアA 1.2km ジュニアB 2.5km
- (2) スタート時間 ジュニアA ジュニアB 8:50  
場所 岩戸海岸前道路を一斉スタート

- (3) 競技時間 ジュニアA ～9：00 ジュニアB～9：10
- (4) コースは岩戸海岸前道路発着の折り返しコース
- (5) 走行は進行方向に対して右側通行を厳守してください。

## 2 バイク競技

- (1) 距離：ジュニアA 9.1km ジュニアB 17.4km
- (2) 競技時間：スタートからジュニアA 40分 ジュニアB 65分
- (3) コース：岩戸漁港を発着として8kmのコースを使いジュニアAは1周回、ジュニアBは2周回します。  
周回数は各自の責任で行ってください。サイクルコンピューターでの確認を推奨  
コースの逆走は厳禁です。
- (4) 注意箇所：バイクコースには県道などの交差点及び遊歩道などからの飛び出し等の危険箇所がありますのでご注意ください。
- (5) ドラフティング走行は禁止です。
- (6) バイク競技中に転倒や衝突などがあった場合、怪我人等の緊急搬送のため救急車及び大会関係車両がコース上を走る可能性があります。その場合は速やかに左端に寄って徐行又は停止し緊急車両の通行を優先してください。またコース上に緊急車両が停車している場合は、最徐行しマーシャルの指示に従ってバイク競技を行ってください。反対車線へのはみ出し走行は厳禁です。
- (7) 競技で使用するバイクは、ホイールサイズ26インチ以上のロードレーサーとします。

## 3 ラン競技

- (1) 距離：ジュニアA 4.5km ジュニアB 6.7km
- (2) 競技時間：スタートからジュニアA 75分 ジュニアB 110分
- (3) 注意箇所：交差点（道路）の横断が数カ所ありますので、誘導員の指示に従ってください。状況によっては一時停止を指示する場合があります。
- (4) ポイント番号8でリストバンドを受け取って手首に装着してください。  
リストバンドが確認できない場合はショートカットとみなされます。
- (5) 応援車両は絶対にコース上に入らないでください。また、コースにつながる道路上などに駐停車しての応援も禁止します。  
応援車両と判断した場合は、応援されている選手に対するペナルティの付与、もしくは失格（DQ）を宣言することがあります。
- (6) 走行は進行方向に対して右側通行を厳守してください。

## 4 トランジションエリア

- (1) エリア内には選手以外の出入りは禁止です。
- (2) レースに使用する用具のみ置くことを認めます。



- (3) バイクラックにバイク以外の物を掛けないでください。
- (4) エリアへの出入りは決められた時間以外には出来ません。

## 5 医療救急

- (1) 医療テントをスイムスタート、フィニッシュ付近に1カ所設置します。
- (2) 万が一、選手に事故があった場合は、一次救命処置を実施するとともに緊急度に応じて119番通報により救急車による病院搬送を要請します。
- (3) 救急医療処置を実施するため競技に支障があると判断された場合、競技中止を宣言することがあります。
- (4) 大会開催中に負傷、事故に遭遇、あるいは発病した場合、医師、看護師及び大会関係者が応急処置を施す必要があると認めた場合は、本人の意志にかかわらず処置を行います。

## 6 ペナルティ 及び失格 (DQ)

- (1) マーシャルによりペナルティを受けた選手は、レースタイムに1分のタイムペナルティを加算します。
- (2) ペナルティを複数回受けた場合や、スポーツマンシップに反する著しい違反を行った場合は、失格 (DQ) を宣言する事があります。

## 7 未完走 (リタイヤ、DNF)

- (1) 選手はレース中に常に体調を気遣い無理のないペースで競技を続けてください。また、体調に不安を感じたときは、自己の判断により速やかにリタイヤの申告をしてください。
- (2) 各競技に設定されている制限時間内にポイントを通過できなかった場合はDNFとなります。
- (3) リタイヤについて、エイドステーション (AS) でのリタイヤはその場で申告を行い、それ以外でのリタイヤはマーシャルを待ち、いずれもレースナンバーとアンクルバンドを取り外してください。  
アンクルバンドはマーシャル本部へ返却ください。
- (4) アンクルバンドは必ず返却してください。紛失及び返却しない場合は有償となります。(1個3000円を徴収します。)

## 6. 緊急時対応マニュアル

■緊急時は下記に従って行動してください。

- ①雨天決行とします。ただし荒天など場合によってはコースの短縮又は競技を中止します。
- ②警報が発令された場合には、直ちに全競技を中止します。
- ③雷雲が接近した場合には周辺の状況に十分注意してください。また、雷の発生が疑われる場合は落雷に対する注意の呼びかけを行います。

■競技中に中止が決定された場合

ライフセーバー、マーシャル及び関係者の指示に従って避難してください。

### スイム競技

- ・砂浜に向かって泳ぎ上陸してください。

### バイク競技

- ・バイク折り返し（砂丘側）、ふれあい会館、バイク周回（岩戸側）、オアシス広場、など最寄りの建物の下に避難してください。

### ラン競技

- ・最寄りの建物の下、及び周辺のできるだけ低い場所に避難してください。

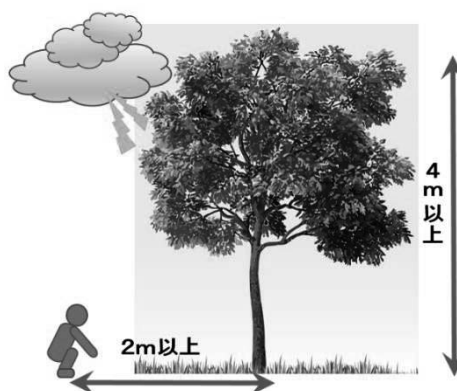
■選手及びバイクの回収は大会主催者の判断により下記のとおりといたします。

選手は避難した箇所にとどまって大会主催者の指示により行動してください。

- (1) 大会関係車両で順次回収する。
- (2) 荒天等や雷雲の収束、または警報の解除を待って、選手各自で受付会場に移動する。

■落雷対策

安全な避難場所まで距離があるときには、4 m 以上の高い樹木もしくは電柱の根本から2～3 mの場所で低い姿勢をとりましょう。あまり近接すると樹木や電柱から電気がより流れやすい人間に移って非常に危険です。避雷のための樹木が見つからない場合には広い場所で速やかにうつぶせになったほうが被雷の可能性が低くなります。



## 7. 鳥取砂丘トライアスロン大会協議規則

### 鳥取砂丘トライアスロン大会競技規則

本大会は日本トライアスロン連合が定める競技規則に準拠して開催される。

#### 第1章 総 則

(規則の定義)

第1条 この規則は、鳥取砂丘トライアスロン大会競技規則（以下「競技規則」）といい鳥取砂丘トライアスロン大会（以下「大会」）の大会出場者（以下「競技者」）は、この競技規則の定めるところにより競技しなければならない。

(競技変更及び中止)

第2条 大会主催者は、気象条件、その他の条件等により安全が十分に確保できないと判断した場合は、競技開始以前または競技中であっても競技変更または中止することが出来る。

#### 第2章 共通規則

(コース及びルールの理解)

第3条 競技者は競技規則及び大会規則を理解して大会に参加しなければならない。また、交通違反及び事故の責任は、競技者個人が負うものとする。

(競技の続行)

#### 第4条

- 1 警告または失格の宣言を受けた場合でも、審判員の指示により競技を続行することが出来る。ただし最終判定は競技終了後に審判長から下されるものとする。
- 2 大会競技委員は、過度の疲労、事故、競技力不足などにより競技継続に支障があると判断した場合には、競技を中止させる権限を有する。
- 3 中止宣告を受けた選手は直ちに競技を中止しなければならない。
- 4 競技者が競技を中止した場合には、未完走（リタイヤ、DNF）・失格などの理由にかかわらずマーシャルまたは大会スタッフに申し出ると共に大会本部に申告しなければならない。

(制限時間)

#### 第5条

- 1 コース内にチェックポイントを設ける。(スイム・バイク・ラン 3カ所)
- 2 制限時間内にチェックポイントを通過できない競技者は未完走（DNF）とする。
- 3 制限時間は別途設ける。

### 第3章 登録・競技説明会

(開会式及び競技説明会)

第6条 開会式及び競技説明会には、必ず競技者本人が出席しなければならない。

欠席した場合は、大会への出場を認めない。ただしやむを得ない事由により出席できない場合は、大会本部へ事前に連絡し大会本部が認めた場合、特別競技説明を受ける事が出来る。

(最終登録及びボディーマーキング)

第7条 競技者は、所定の登録手続ならびにボディーマーキング等を受けなければならない。

### 第4章 トランジッションエリア

第8条

- 1 トランジッションエリアには競技に必要な用具以外の持ち込みを禁止する。
- 2 ウェットスーツ、ヘルメット等の用具はすべて大会規則に定める方法によりセット及びカゴに収納する。

### 第5章 スイム競技

(入水チェック)

第9条 スタートエリア入り口で入水チェックを受けなければならない。

(スタート方式)

第10条 スタートはビーチー斉スタートとする。

(スイムキャップ)

第11条 大会主催者が支給したスイムキャップを着用する。

(安全の確保)

第12条

- 1 危険回避等でコースロープ、ブイ、停止しているレスキューボード・船舶などにつかまって競技を小休止することは認めるが、それらを利用して移動することは禁止する。
- 2 救助を求めるときは、頭上で手を振るなどヘルプサインや声を出して意思表示する。

第13条 競技時間はスタートからジュニアA10分、ジュニアB20分をもって終了する。競技者はスイムタイム計測ラインを制限時間内に通過しなければならない。

(立ち入り禁止)

第14条 スイムスタートエリアには、競技者・マーシャル・大会関係者および立ち入り許可取得者以外の立ち入りを禁止する。

(スイム中止の場合)

第15条

- 1 スイム競技が中止となった場合は、1stランを実施する。
- 2 1stラン実施要領は、別途定める。

## 第6章 バイク競技

(ドラフティング禁止について)

第16条 本大会はドラフティング禁止レースとする。

(バイク競技時間について)

第17条 競技時間はスタートからジュニアA 40分、ジュニアB 65分をもって終了する。競技者はバイクタイム計測ラインを制限時間内に通過しなければならない。

(個人サポートの禁止)

第18条 パンクなどの修理、調整、故障は競技者各自の責任において行なう。

## 第7章 ラン競技

(コース)

第19条

- 1 コースは歩道、車道及び遊歩道を走ることとする。
- 2 コースは指定された区間以外はコースの右側を通行する。

(フィニッシュ)

第20条 最終フィニッシュ地点では、レースナンバーおよび本人確認が可能な状態でフィニッシュラインを通過する。

(制限時間)

第21条 制限時間はスタートからジュニアA 70分、ジュニアB 105分とする。競技終了後、コース上にいる競技者は原則として収容車が収容する。

## 第8章 マーシャル

(マーシャル)

第22条 大会マーシャルは、JTU公認マーシャル及び大会競技委員長が認定したローカルマーシャルが行なう。





