

I. 大会要項

- 1 主 催：八王子市・八王子市教育委員会・NPO法人八王子市体育協会
- 2 主 管：八王子トライアスロン連合
- 3 協 力：(一社)東京都トライアスロン連合、JTU東京ブロック協議会
- 4 協 賛：美弥光製菓、(株) イーツリーズ・ジャパン
- 5 会 場：八王子市立鏈水中学校 東京都八王子市鏈水 2 丁目 67
- 6 日 時：2017 年 8 月 13 日 (日) 受付 8 時～ 競技開始 10 時～
- 7 競技内容と参加資格

タイプ	カテゴリー	距離		参加資格
		スイム	ラン	
A	A1	100m	1km	小学生 1 年～3 年
	A2			小学生 4 年～6 年
B	B1	300m	3km	中学性・高校生
	B2			大学生～一般 40 歳未満
	B3			一般 40 歳以上

- 8 表彰
カテゴリー毎に男女各 1～3 位の選手を表彰いたします。
- 9 記録証
完走者全員に当日配布します。当日受け取りができない方へは、後日送付します。
- 10 参 加 賞：参加者全員に当日お渡しします。

傷害保険について (取扱保険会社：損害保険ジャパン)

主催者により、万が一に備え下記の傷害保険に加入いたしますが、疾病 (心不全発作、熱射病、脱水症などの内科的要因に起因する症状) は担保の範囲外となります。

死亡 200 万円、 入院日額 3,000 円、 通院日額 2,000 円

II. 大会当日の進行と諸注意

- 1 交通機関
 - ① 電車／バスの場合
電車最寄の駅：京王相模原線南大沢駅
バス最寄停留所：パークフィーネ (徒歩 5 分)、上柚木小学校 (徒歩 15 分)
 - ② 車の場合
鏈水中学校校内に駐車スペースがあります。係りの案内に従って、駐車願います。また、満車の場合は、近隣の鏈水小学校 (徒歩 10 分) に駐車頂く場合があります。

2 当日のスケジュール（予定）

時間	内容	場所
8：00～9：10	受付	ピロティ入り口
9：10～9：40	開会式・競技説明	ピロティ
9：40～9：50	A タイププール入場・スイムチェック	プール
9：50	A タイプ召集	プールサイド
10：00～	A タイプ競技開始	プール
10：15～10：25	B タイププール入場・スイムチェック	プール
10：25	B タイプ召集	プールサイド
10：35～	B タイプ競技開始	プール
11：30～12：00	じゃんけん大会等	ピロティ
12：00～12：30	表彰式・閉会式	ピロティ
13：00	学校閉門	

※開会式・競技説明には必ず出席してください。レース内容の変更など重要事項をお知らせします。なお、上記スケジュールは、都合により変更する場合がございます。当日の案内をご確認ください。

3 受付

- ① ご来場されましたら、受付にて、本案内の封筒を提示し、支給品を受領してください。支給品は、レースナンバー1枚、安全ピン4個、スタート表、参加賞、計時用チップです。
- ② ホームページからお申込みされた方は、自筆署名・捺印した誓約書を、受付にご提出ください。
- ③ 当日スタートされない場合は、計時用チップを受付に返却願います。

4 ナンバリング

受付後、スタッフが選手両腕側面にフェルトペンでレース No を記入します。

5 選手控室・更衣・トイレ

- ① 武道館が選手控室となっております。
- ② 武道館は、土足厳禁となっておりますので、選手・応援・付添の方も靴を脱いで入場してください。また、ゴミはお持ち帰りください。
- ③ 更衣・トイレは学校構内にある更衣室・トイレをご利用ください。

6 プールへの入場

プールサイドは土足禁止となっております。応援・付添の方も靴を脱いで入場してください。また、プールサイドが狭いため、入場は各タイプの選手とご家族・付添者毎に入場願います。

7 スタート時刻

30秒間隔で随時スタートします。当日配布するスタート時刻表確認し、召集時間までにプールサイドに集合ください。召集前にA、Bタイプ各々10分間のスイムチェック時間を設けてあります。

8 持ち物

水着、スイムキャップ、ゴーグル、運動靴、レース No を付ける T シャツ又はナンバーベルト等、タオル、必要に応じて補給食、等

9 トラジション（ラン競技への中継点）

- ① スイム競技からラン競技への着替えはトランジションエリアで行ってください。衣類・レース用品などは各選手のレース No の付いたバスケットに入れてください。紛失、盗難等の責任は負いかねますので、各自で十分な管理をしてください。
- ② 小学校低学年（A1 カテゴリー）では、各選手に 1 名の付添を認めます。
- ③ トランジションエリア内へは競技終了まで入れません。着替え等のセッティングは、9:45 までに行ってください。その後は、スイム競技終了まで立入り禁止といたします。

10 レースナンバー

ラン競技では、レースナンバーを胴体の前面に表示してください。

11 計時

計時はスイムスタート・ランスタート・ランフィニッシュ時に行います。スイムスタート時に計時用のチップを必ず足首に装着してください。チップ装着を忘れると、計時ができません。



12 チップ回収

フィニッシュ後、チップを外し、スタッフにご返却ください。

13 荷物預かり

荷物預かりは、当日受付までご連絡ください。（貴重品を除く）

14 表彰・閉会式

全競技終了後、校庭にて表彰式・閉会式を行います。

15 棄権の申告

体調がすぐれないなどで棄権する方は、近くのスタッフに申し出てください。コースを離れ、日陰等で身体を休めてください。競技途中で帰宅される際は、必ずスタッフにお申し出てください。

16 医療と猛暑対策

当日は季節柄、猛暑が予想されます。睡眠・食事を十分にとり体調を整えてご参加ください。とりわけ飲酒は想像以上に内臓に負担をかけるため、大会前日の過度の飲酒は控えるようにしてください。レース前あるいはレース中に体調の異常を感じたら、レースを棄権してください。当日は、レース中はもちろんスタート前から十分に水分補給を行い、脱水症状に注意してください。

17 悪天の場合

荒天の場合は競技の中止、または距離・内容の変更をする場合があります。

18 完走証・結果・写真

参加者全員に完走証を当日配布します。受け取りができなかった方には郵送します。

全体の結果は大会 HP に掲載します。

プロカメラマンによる大会撮影写真は HP から無料でダウンロードできます。

19 昼食・飲み物

必要に応じて、各自ご用意ください。尚、近隣にはコンビニエンスストアがございませんのでご注意ください。

20 閉門

鏈水中学校は 13:00 に閉門します。それまでにお忘れものがないようにお帰りください。

21 当日の連絡

090-2555-6512（大久保）または **080-5511-0896**（平山）までお願いします。

Ⅲ. コースの説明と競技上の注意

1 スイム

A タイプ：100m(25m×4)、B タイプ：300m(25m×6×2 周回)

- ① 全てのカテゴリとも、プール内からウェーブスタートします。ウェーブ順、スタートタイムは当日配布するスタート表を確認ください。
- ② 1 ウェーブ 2～3 名ずつ、30 秒間隔で泳ぎます。お互いに危険がないよう注意し泳いでください。
- ③ 飛び込みは禁止します。
- ④ 水深は 1.2m です。疲れた選手は立ったり、コースロープやプールサイドなどにつかまって休んでもかまいません。
- ⑤ B タイプは周回チェックを行います。150M 泳いだ後一度プールサイドに上がり、スタッフから腕輪をもらい二周回目を開始してください。
- ⑥ プールサイドには救助員が配置されています。危険を感じた時などは、手を上げたり、声を出して助けを求めてください。
- ⑦ プールの衛生管理上、オイル、ワセリンなどは使用禁止です。また、ウェットスーツの着用はできません。
- ⑧ トランジション(ラン競技への中継点)では、あらかじめ各自のナンバーのバスケットにウェア・シューズ・タオル等を置いておき、各自のエリアで着替えてください。なお、水着を脱衣しての着替えをする場合は、更衣室をご使用ください。
- ⑨ 当日は猛暑が予想されます。喉の渇きを感じた時には、既に脱水が進行していることがあります。喉の渇きを感じていなくても水分の補給を行ってから競技を開始することをお勧めします。

2 ラン

A タイプ：1km、B タイプ：3km (3 周回)

- ① トランジションエリアより校内のコースを通過してグラウンドを走ります。
- ② ランコースでは右側通行を守ってください。
- ③ B タイプは折り返し 2 で周回する度に、スイム周回チェック時に装着した腕輪を外してください。
- ④ ランコースは狭い場所があります。前方の選手を追い抜く場合は、選手同士の接触がないように、お願いします。
- ⑤ コース上には、段差等があります。足下に十分注意して走ってください。
- ⑥ エードステーションをコース上に設置します。脱水症状にならないように水を早めに補給してください。また、熱射病予防のため、帽子の着用をお勧めします。

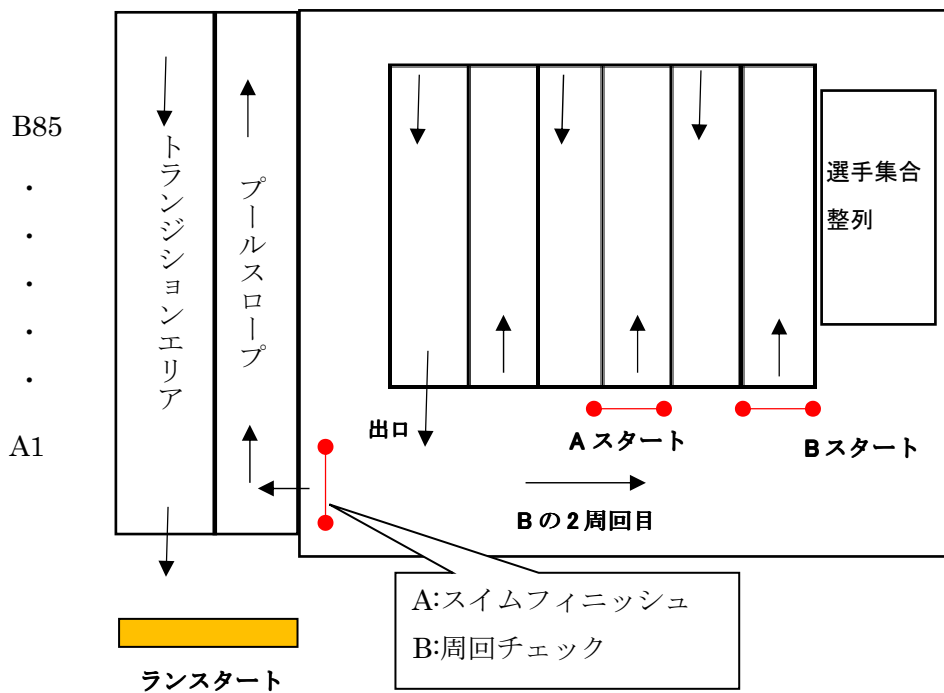
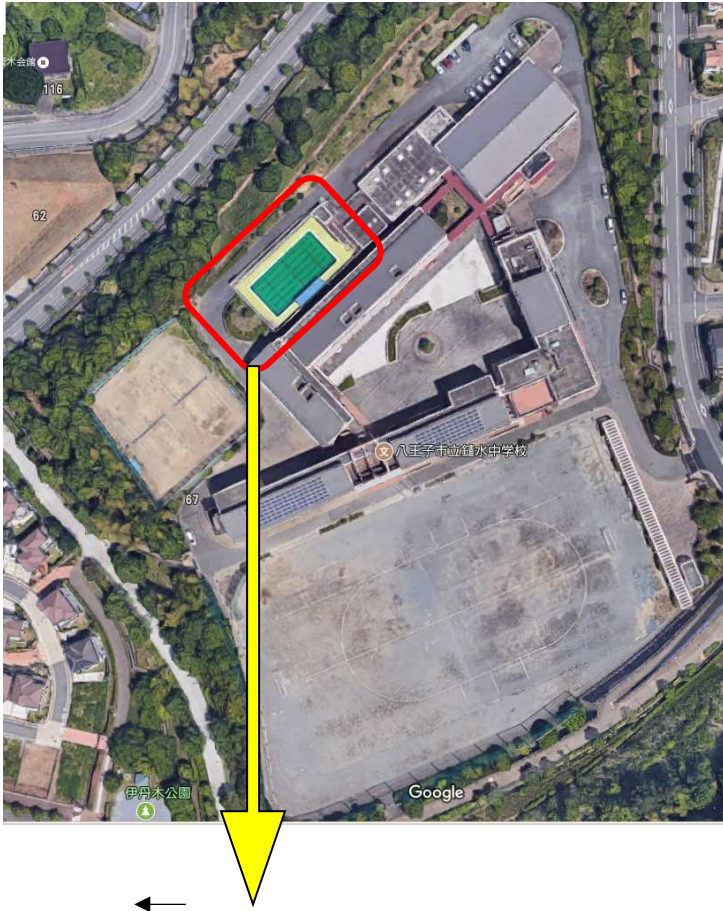
Ⅳ. 公正で安全な競技のために

アクアスロンルールの概要

- 1 本大会のアクアスロン大会は「日本トライアスロン連合 (JTU) 競技規則 2006 年版」に従って実施されます。本大会の基本的な考え方は、『安全に、楽しく、チャレンジする』ことを基本としています。記録タイムにこだわらず、無理をしないでトライアスロンの雰囲気を楽しんでください。
- 2 トライアスロン・ルールの目的は、選手の皆さんがスポーツマン精神に則り、自分の力で公正・安全に競技を行うことです。健康と安全は競技者個人の責任により守ってください。

V. コース図

1 スイム



2 ラン

