

# ＝第24回蒲郡オレンジトライアスロン大会ローカルルール//JTU 主要ルール重要事項抜粋＝

## ■ 大会規定

本大会は(社)日本トライアスロン連合競技規則と蒲郡ローカルルールにより実施します。

## ■ 重要注意と安全義務

- ①安全を最優先で大会を開催します。交通規制を順守し、警察、スタッフ、ボランティアの指示、誘導に従ってください。
- ②体調不良などにより競技続行が不可能と判断された選手は競技を続行することができません。
- ③バイク、ランコースとも一般の方のふいの飛び出し、コース横断がある場合があります。常に前方に注意し走行ください。  
\* 競技以外の時も自転車に乗るときは必ずヘルメットを着用ください。
- ④社会のルールマナーを守り、スポンサー・ボランティア・地域の方々々に感謝の気持ちを持ち、トライアスリートとして恥ずかしくない行動をとりましょう。

## ■ スイム競技 (エイジ・リレー1500m×1周回・スプリント750m×1周・スーパー・スプリント、蒲郡市民の部375m×1周回)

### \* フローティングスタート

- ①競技途中で小休止することが可能です。無理をせず水泳競技中に救護を必要とする場合は、片手を頭の上で振り、救助を求めてください。
- ②スタート直後は込み合いますので、無理をせず泳力にあわせた位置でスタートしてください。自信のない方は後方よりスタートしてください。
- ③スイムキャップは必ず主催者支給のものを使用してください。紛失、破損した場合は本部までご連絡下さい。

### ◆リレーについて(3種目を2-3名の競技者がリレーする)

スイムの担当者は、トランジションエリア入口手前のリレーゾーン(スイム→バイク)にてバイク担当者へアンクルバンドを引き継いでください。

\* スイムフィニッシュからトランジションまでの約200m区間は裸足となります。怪我などにより足の保護が必要な方は事前に審判長の裁定を受けてください。またウェットスーツ・スイムキャップ・ゴーグルなどのスイムギアは本人がトランジションまで運び、各自のスペースに置いてください。

\* スイムスキップ制度を導入します。スイム1周回、スイム棄権の場合もバイク・ラン競技へと進めます。

当日体調がすぐれない方は無理をせずスイムスキップをご利用下さい。スイムスキップされる方は必ずお近くの審判員にご連絡いただき、競技の続行に関しては審判の指示に従って下さい。(9時15分以前にはバイクへは進めません)

## ■ トランジション

- ①ヘルメットをかぶりストラップをしめてからバイクを持ち、バイクを置いてからヘルメットを脱いでください。
- ②トランジション内ではバイクに乗らないでください。乗車ラインを越してからバイクに乗り、降車ライン前でバイクから降ります。
- ③競技に必要なもの以外の持ち込みは最小限とします。(トランジション横の荷物置場、受付の貴重品預かりをご利用ください)
- ④選手、スタッフ以外はトランジション内に入れません。
- ⑤荷物の引きとりの際は他の選手の荷物の取り間違い、忘れものに注意ください。

## ■ バイク競技(エイジ・リレー10km×4周回・スプリント10km×2周回・スーパー・スプリント、蒲郡市民の部 10km×1周回)

- ①ドラフティング禁止。ドラフトゾーンはバイクの前輪の最前部を基点に後方7m、横3m(各サイド1.5m)とします。  
追い越しは15秒以内。
- ②ドラフティングならびにその他の違反行為、危険行為にペナルティーボックスでのタイムペナルティーを適用します。
- ③キープレフトです。前の選手を抜くときは、「後方確認・一声かけて・右側から」が基本です。安全に注意して追い越しましょう。
- ④周回カウントは各自の責任です。サイクルメーターの取り付けを推奨とします。
- ⑤バイクエイドはありません。各自ボトルを用意して下さい。
- ⑥コーナー、Uターンの多いコースです。追い抜く時は声をかけ十分に安全に心がけて走行してください。
- ⑦追越した後に左による際、後の選手の前輪に自身の後輪をかぶせないよう注意して走行ください。

### ◆リレーについて

- ア)ヘルメットとバイクシューズは必ずトランジション内の各自のスペースにセットしてください。
- イ)バイク担当者は、リレーゾーン内でラン担当者へアンクルバンドを渡してください。

**\* バイクスキップ制度を導入します。**

バイクのトラブル(パンクなど)でバイク競技が続行できなくなった場合や制限時間内にバイクを終了できない可能性がある場合もラン競技へと進めます。バイクスキップされる方は必ずトランジションまで戻り審判員にご連絡ください。競技の続行に関しては審判の指示に従って下さい。(10時20分以前にランへは進めません)

**■ペナルティーボックス**

- ①ペナルティーボックスをランコース(周回とフィニッシュの分岐点あたり)に設置します。
- ②ドラフティング違反やその他の違反、危険行為があった場合はタイムペナルティー15秒以上が科せられます。
- ③ペナルティーボードにレース No を掲示しますのでフィニッシュまでに必ずペナルティーボックスでタイムペナルティーを受けてください。ペナルティーボックスに入らなかった場合は失格となります。

**■ ホイルストップ**(競技中パンク等のバイクにトラブルが発生した場合に備え、スペアホイルを利用することができます)

- ①大会側でのホイルの用意はありません。希望者は自身でスペアホイルを設置、競技終了後も各自で回収をお願いします。
- ②設置場所はバイク出入口(竹島緑地ふ頭公園西駐車場入口)です。各自持参下さい。
- ③メカニックがありますが、スペアタイヤなどの部品は実費徴収します。

**■ ラン競技**(エイジ・リレー3. 3km×3周回・スプリント2. 5km×2周回、スーパー・スプリント、蒲郡市民の部2. 5km×1周回)

- ①エイドは各周回に2ヶ所(4回利用可能)あります。十分給水してください。
- ②同伴ゴールはフィニッシュエリアが狭いため他の競技者の妨げにならないよう注意して行って下さい。同伴フィニッシュを希望される方はフィニッシュ入口付近でお待ちください。
- \* フィニッシュ写真を撮影しています。レースナンバーがしっかり見えるよう、慌てず素敵な笑顔でフィニッシュして下さい。サングラスを外すことを推奨します。

**■ フィニッシュ後**

- ①大会記念タオルを受取り後、係員がアンクルバンドを回収します。
- ②トランジションのバイク引き取りは全バイク競技終了後(11時30分頃)を予定しています。マーシャルの指示、会場アナウンスをお聞き下さい。

**■ 計測地点**

- ①スイム出口 ②バイクスタート・ランスタート地点 ③フィニッシュ地点
- \* 周回チェックは行いますが競技中に周回の確認はできません。

**■ 制限時間**

制限時間オーバーまたは運営に支障が予想される場合も競技を停止される場合がありますのでご注意ください。  
\* 時間詳細は別紙スケジュール参照

**「安全第一をモットーに、トライアスロンを謳歌してください。」**

**みなさまの御健闘をお祈りいたします。」**

**自転車チェック表**

蒲郡オレンジ大会では検車を行いません。以下にレギュレーションと一般整備をあげました。セルフチェックをし各自で責任を持って安全な状態の自転車でレースに臨んでください。(セルフチェックは安全を約束するものではありません。各自で責任を持って点検してください)

JTUレギュレーション( 2006 年発行の JTU ルールブックより抜粋 )

1. ドロップハンドルを基本とする。ブルホーン形ハンドルは許可。T型バーは中学のみ許可。	
2. ドロップハンドルは 3 ポジション(上部、下部、ブレーキブラケット)が持てること。	
3. ハンドルバーはバーテープを巻き、そのバーエンドはしっかりとふさぐこと。	
4. エアロバーは許可。(先端はしっかりとふさぐ。ギアシフトレバー装着は許可)	
5. 使用禁止備品(泥避け・スタンド・車輪カバー・チェーンカバー・ランプ)	
6. タイヤはしっかりと装着する。チューブラタイヤはしっかりとリムセメントなどで接着する。	

一般整備チェック項目

1. ハンドル廻りのガタ(ヘッドパーツ、ステム、ハンドルバー、DHバー、ブレーキブラケットのネジのゆるみ)	
2. サドルのゆるみ(シートポストとサドルのネジのゆるみ)	
3. ブレーキの効き具合	
4. 車輪のゆるみ、ハブのガタ	
5. 車輪の振れ(競技に支障のない範囲であるか)	

ヘルメットのチェック項目

1. 下記の基準のいずれかに適合したバイクヘルメットを着用のこと。(ハードシェル) 日本自転車競技連盟(JCF)、米国規格協会(ANSI Z-90.4)、スネル記念財団(snell)、スウェーデン消費者機構、その他 JTU が認めるもの。(中学の部でロードレーサーを使用しない場合は競技用でなくてもストラップが伸縮しない硬質ヘルメットは許可)	
2. 改造	
(1) いかなる改造もしてはいけない。	
(2) 飾りなどの付属品を付けてはいけない。但し、バイザー等の正当なものは許可。	
(3) ストラップベルトの改造(伸縮性素材など)はいけない。	
3. 割れ	
外装、および内部にひび割れがないこと。	
4. 適合サイズとストラップベルトの長さ調整	
(1) 頭にフィットしているか。	
(2) ストラップベルトの長さは適当か。	
(目安)しっかりとかぶり、アゴを突き出した状態でベルトがアゴから外れないこと。	