



Athlete's Guide

アスリートガイド

石垣島トライアスロン大会2024
第10回 八重山郡トライアスロン大会
2024JTUトライアスロンエイジグループ
ナショナルチャンピオンシップシリーズSD第1戦



4月8日版

最新版は大会ホームページでご確認ください



変更日	ページ	項目	内容	更新内容
4/2	26	17、バイク<2>競技	ドラフトゾーン (誤記)	オートバイは12m → オートバイは 15m
4/2	31	1.表彰式	八重山郡大会表彰 (追記)	八重山総合1~3位
4/8	4 19	・注意 ・前日、当日の選手の動き	バイク乗車について (追記)	・照明点灯 ・交通法規遵守
4/8	18	大会前日受付	支給物(ボディナンバーシール) (追記)	大会当日は、会場に来る前につけてきてください。
4/8	19	前日、当日の動き	T 2でのシューズ預け (追記)	ランシューズのみでバイク、ランを行う場合について追記。預けるものが無い方も、受付で申告の上、T 2にお越しください。 (関連ページ:P18,P29)
4/8	26	17、バイク②2)	用具について (変更)	「ライト、ベル、反射板はつけたままでも可」とします。当日朝の移動時は、暗いので、必ずライトはつけてきてください。
4/8	28	19、エイドステーション 1)	参照ページ (誤記)	ランコース (P14→P11)

P 1	変更・更新箇所	P 2 3	8、着順
P 2	目次		9、選手通過情報
P 3	コース変更に伴う注意点 バイク・ラン走行の注意点		10、荷物預託
P 4	参加における注意事項、お願い 一般情報		11、レスチューブ(膨張式緊急浮力体)の 受け取り
P 5	大会概要		12、パラトライアスリート等の参加
P 6	競技概要、専門用語解説		13、ウェア、ウェットスーツ
P 7	気象情報		14、携行禁止品
P 8	公式スケジュール	P 2 4	15、スイム
P 9	コースMAP スイムコース、デュアスロンコース	P 2 5	16、トランジション
P 1 0	バイクコース、乗車・降車ライン	P 2 6	17、バイク
P 1 1	ランコース、エイドステーション	P 2 8	18、ラン
P 1 2	フィニッシュエリアMAP		19、エイドステーション(給水所)
P 1 3	トランジションエリア1 (T 1) MAP	P 2 9	20、フィニッシュ
P 1 5	トランジションエリア2 (T 2) MAP		21、ペナルティ
P 1 7	大会に向けた準備 バイク・荷物輸送 レースナンバー、スイムキャップ		21、緊急時の対応 リタイヤ、もしくはタイムオーバーした場合
P 1 8	支給物、持参品、情報発信	P 3 0	リレー
P 1 9	前日、当日の動き	P 3 1	一般情報 注意事項
P 2 0	本人確認 メンバー変更 試走 試泳		1、表彰式
P 2 1	レースナンバーの付け方 タトゥー		2、棄権 (リタイヤ)
P 2 2	競技関連情報 競技規則		3、リザルト、完走証
	1、適用する競技規則		4、メカニックサービス (予約制導入)
	2、審判	P 3 2	WEB競技説明会、ルール等理解テスト、 移動方法アンケート
	3、大会側からの競技内容の変更 ・中止、及び中断		盗撮防止について
	4、選手自身の競技中止・棄権 (リタイヤ)		大会保険について
	5、招集、制限時間		落とし物、忘れ物
	6、記録、計測、着順	P 3 3	ドーピングコントロール 競技中に接触事故が発生した場合 災害等への対応
	7、計測区間		その他
		P 3 4	観戦ガイド
		P 3 5	アクセス 臨時駐車場

コース変更に伴う注意点

1, ランコースが市街地走行に！

2019年以來5年ぶりに、石垣島の皆様の大きな声援を受けて走ることができるコースに戻ります！

* 2019年のコースとは異なります。

* T字型に1往復、最大2.5%程度の坂道が1カ所あります。
(アスリートガイドP11参照)

2, バイクコース、最終盤のサザンゲートブリッジ走行カット！

ランコース変更に伴い、疲れた体に刺激を与えたサザンゲートブリッジは渡らずバイクフィニッシュとなり、距離は40.9kmと従来よりも短縮されました。

(昨年までの実測は約42km。大会としての表記は40kmとしています。)

(アスリートガイドP10参照)

3, トランジション2 (T2)、フィニッシュエリアが受付会場のすぐ隣！

受付会場隣の新栄公園でバイクフィニッシュ (トランジション2 : T2) となります。前日にしっかりレイアウトが確認できます。

(アスリートガイドP14参照)

4, T2, フィニッシュエリアの変更に伴うローカルルールに注意！

* 前日受付後、ランニンググッズの預託が必要です。当日はスイム会場まで遠く日の出前で暗く、移動に危険が伴うため、前日のみの預託となります。

* スイム後、事前にお渡しするトランジションバッグにスイムグッズ一式をすべて入れなければなりません。バッグは、受付会場にて返却となります。

(アスリートガイドP17参照)

* スイム中止時のデュアスロンに備え、T1にもシューズをご用意ください。

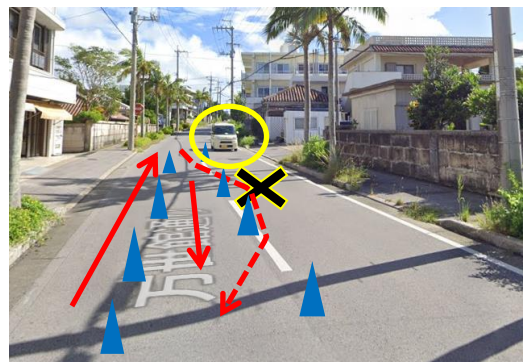
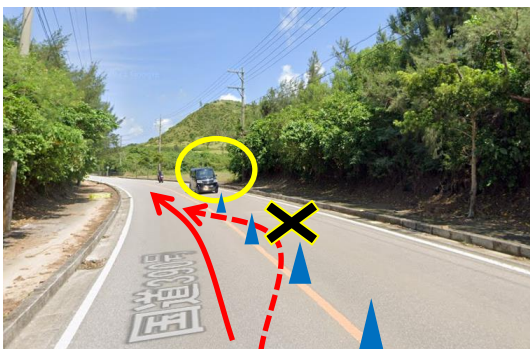
バイク・ラン走行の注意点

昨年、北海道での自転車レースで、競技中の選手と一般車両が衝突し、選手が亡くなるという、痛ましい事故がありました。

本大会のバイクコースは、一部を除き、車道を片側規制しての走行です。

絶対にセンターラインを越えないようにして走行してください。

また、ランコースも、コースの多くは片側規制となります。ランにおいてもセンターラインをはみ出さないようにしてください。



安全・安心で住民にも愛される大会を目指し、ともに創りあげましょう！

<離島開催におけるお願い>

★医療、救急体制について

離島での医療や救急体制に負担をかけないよう、ご協力をお願いします。
スイム事故はもちろん、熱中症、落車等も島の医療体制に負担をかけてしまう場合があります。
決して無理をせず、安心・安全なレースを心がけましょう。
(緊急時での救急対応をためらうものではありません)

★物資等について

日用品等は市内で購入することができますが、すべての物資が揃っているわけではありません。
特に競技に関するグッズや、自転車パーツ等は事前にご用意ください。

<健康に関すること>

★万全な体調で臨みましょう。

・事故につながる主な要因：睡眠不足・過労・水分不足・飲酒
思い当たる方はいませんか？当日の朝、体調を確認しましょう。

★事故は初心者とは限りません。

・実績十分な方でも、また、短い距離でも、体調が悪い場合は、勇気あるリタイアを。

★暑さ対策を万全に。

・夏の環境を想定し、体を慣らしておきましょう。(暑熱順化)
入浴、サウナなどで、汗をかきやすい体にしておくことが必要です。
・日焼け止め等で日焼け対策をすることは、体調を保つことにもつながります。

★十分なウォーミングアップで、急激に心拍数が増加しないようにしましょう。

・ウォーミングアップ時に一度心拍数を上げておくことが重要です。
・当日の試泳は、義務とします。(前日試泳はありません。前々日に任意で試泳ができます)

<用具に関すること>

★ウェットスーツの着用を義務とします。暑さも予想されるため、ロングジョン(袖なし)もご検討ください。

・ラッシュガード等では出場できません。(気温、水温が高い場合、着用推奨とする場合があります。)

★競技中はもちろん、移動時もヘルメット着用をしてください。

・常にヘルメットを正しく着用することは、バイクを乗車する上での義務と考えます。

★レースナンバーは、安全ピンではつけられません。

・裸足で走る環境があるため、ナンバーベルト等での取り付けにご協力ください。
(バイクコースでの安全ピン脱落によるパンク事例もあります。)

<移動に関すること>

★バイクを往復とも別送することにご協力ください。

・バイクをご自身が搭乗する飛行機と一緒に持ち込むことが集中し、飛行機の定時運行に支障が出ています。
一般の搭乗者にもご迷惑をおかけすることになり、今後の大会運営に支障がでる可能性があります。

また、搭乗した飛行機に積み切れず、バイクと同時に到着することができない場合があります。

事前発送、及び現地からの発送にご協力をお願いいたします。

・金曜までの到着、火曜以降の石垣発等、ご検討ください。(P15 大会に向けた準備「[バイク・荷物輸送](#)」参照)

・発送においては、航空便、船便等確認してください。

・天候、荷物集中等で、予定より多くの日数がかかる場合があります。余裕をもって発送してください。

★当日の早朝移動は暗いため、十分にご注意ください。

・当日の日の出は6時16分頃です。移動時は大変暗いため、自転車移動の場合は照明を必ず装着し、
反射する素材等を身に付ける等、十分注意してください。

★バイク移動時の交通ルール、マナーを守りましょう。

・バイク移動時は、信号等のルール厳守はもちろん、坂道での蛇行登坂等はいしないでください。
また早朝時は、大声等で住民のご迷惑にならないようご注意ください。

<参加資格に関すること>

★顔写真付きの身分証明書をご持参ください。(コピー可)

・代走(替え玉出場)は失格の上、一定期間の資格停止となった事例があります。
また、万一の場合に対応ができず、命に関わる重大なルール違反となります。

大会概要

大会名称	石垣島トライアスロン大会2024 第10回 八重山郡トライアスロン大会 2024JTUトライアスロンエイジグループナショナルチャンピオンシップシリーズSD第1戦
開催日程	2024年4月21日(日)
競技会場	石垣市内、南ぬ浜町海浜緑地スタート
主催	石垣島トライアスロン大会2024実行委員会 【構成団体】 公益社団法人日本トライアスロン連合(JTU) 一般社団法人沖縄県トライアスロン連合(OTU) 八重山トライアスロン協会(YTA) 八重山郡スポーツ協会 八重山郡陸上競技協会 八重山自転車競技連盟 石垣市スポーツ推進委員会
共催	石垣市
主管	八重山トライアスロン協会(YTA)
後援	竹富町 与那国町 石垣市教育委員会 沖縄テレビ放送株式会社 株式会社琉球新報社 株式会社八重山毎日新聞社 株式会社八重山日報社 株式会社日刊スポーツ新聞社 南山舎株式会社 石垣ケーブルテレビ株式会社 一般社団法人八重山ビジターズビューロー
オフィシャル エアライン	日本航空株式会社(JTA) 日本トランスオーシャン航空株式会社(JTA)
協賛	味の素株式会社 株式会社日本旅行 株式会社ローソン 株式会社セレスポ 株式会社Champion System Japan スポーツクラブNAS株式会社 西日本電信電話株式会社 オリオンビール株式会社 株式会社りゅうせき 沖縄電力株式会社 秀長水産株式会社 丸尾建設株式会社 株式会社シンコウ 株式会社琉球銀行 株式会社沖縄銀行 株式会社サタケ 株式会社大米建設 南西海運株式会社 石垣港運株式会社 琉球セメント株式会社 株式会社CREAM OF THE CROP 株式会社海人工房 請福酒造有限会社 石垣島ひのっ子ファーム
協力	沖縄県八重山警察署 石垣市消防本部 石垣海上保安部 八重山地区医師会 内閣府石垣港湾事務所 沖縄県立八重山病院 石垣島徳洲会病院 八重山漁業協同組合 石垣市女性連合会 東運輸株式会社 石垣市自治公民館連絡協議会 八重山ジェットスポーツ連盟 八重山ダイビング協会 石垣市商工会 一般社団法人沖縄県建設業協会八重山支部 公益社団法人日本トライアスロン連合沖縄ブロック協議会 沖縄マリンレスキューボランティア協会 有限会社カリー観光石垣営業所 沖縄県立八重山高等学校 株式会社石垣島イーグル観光 八重山観光フェリー株式会社 石垣島ドリーム観光株式会社 有限会社安栄観光 八重山地区レンタカー連絡協議会 沖縄県ハイヤー・タクシー協会八重山支部 株式会社エイチ・アイ・エス 株式会社かびら観光交通 八重山トラック事業協同組合 有限会社南ぬ島交通 株式会社日本旅行沖縄 ドルフィンファンタジー石垣 海邦企画株式会社 石垣島アスリートクラブ 有限会社スポーツアシスト 石垣自転車商会 沖縄輪業株式会社 株式会社沖縄ファミリーマート 佐川急便株式会社石垣島営業所 沖縄ヤマト運輸株式会社石垣島支店 石垣あやばにボウル 石垣やいま村 株式会社美崎牛本店 陸上自衛隊石垣駐屯地 石垣市の皆様
大会事務局	〒907-0024 石垣市新川280-2 シマリパスクエア2F 石垣島トライアスロン大会事務局 TEL 0980-87-0085 FAX 0980-87-0588 平日9:00~17:00 E-mail info@ishigaki-triathlon.jp URL https://ishigaki-triathlon.jp/

競技概要

部門/距離	部門	距離(S=スイム、B=バイク、R=ラン)
	エイジ・一般	S 1.5km・B 40km・R 10km
	エイジ・八重山郡大会	
	リレー	

制限時間	種目	制限時間(累計)
	スイム	1時間
	バイク	3時間15分
	ラン	4時間45分

エントリー数	部門	人数・組数	総人数
	エイジ・一般	1147	1357
	内八重山郡大会	87	
	リレー	70	

表彰	部門	区分		表彰	
	エイジ	総合		男子・女子	1~3位
		年代別	18-19歳男子・女子	55-59歳男子・女子	1~3位
			20-24歳男子・女子	60-64歳男子・女子	
			25-29歳男子・女子	65-69歳男子・女子	
			30-34歳男子・女子	70-74歳男子・女子	
			35-39歳男子・女子	75-79歳男子・女子	
			40-44歳男子・女子	80-84歳男子・女子	
			45-49歳男子・女子	85-89歳男子・女子	
	50-54歳男子・女子	90-94歳男子・女子			
リレー	総合		1~3位		
*個人総合及び年代別表彰は、八重山郡大会出場者も含んだ順位で表彰します。 *年代別表彰は、総合での表彰対象者を除いた各年代上位が対象です。					
★八重山枠参加選手対象(エントリー時、住所から自動登録)					
部門	区分		表彰		
八重山郡大会	個人	男子・女子	1~3位		
	字別対抗	個人成績 字別上位3人の得点	1~3位		

参加資格	全部門共通	競技運営の支障とならない健康な身体を有する方。
		率先して大会規則を順守する方。
		スイム1.5kmを60分以内で泳げる方。リレーは、スイム担当者に適用。
		2024/12/31時点で18歳以上、2024年度JTU都道府県競技団体・学連会員であること。
	※リレーは高校生以上。2024年度JTU都道府県競技団体・学連会員登録推奨。	
八重山郡大会	石垣市、竹富町、与那国町在住	

競技概要

競技役員	実行委員長	川添 勝	公益社団法人日本トライアスロン連合(JTU)理事
	実行副委員長	濱里 明	一般社団法人沖縄県トライアスロン連合(OTU)理事
	実行副委員長	吉村 安史	八重山トライアスロン協会(YTA)会長
	技術代表(T D)	大濱 善正	八重山トライアスロン協会(YTA)副会長
	副技術代表(A T D)	吉村 安史	八重山トライアスロン協会(YTA)会長
	審判長(H R)	矢吹 明雄	八重山トライアスロン協会(YTA)理事長
	審議委員	川添 勝	公益社団法人日本トライアスロン連合(JTU) [理事]
	審議委員	西沢 潤	公益社団法人日本トライアスロン連合(JTU) [主催者]
	審議委員	大濱 善正	八重山トライアスロン協会(YTA) [技術代表]

気象情報

<4月21日 石垣島気象情報>

項目	単位	最近5年平均	最近5年最大値	平年値	備考
最高気温	℃	26.8	28.5	26.6	
最低気温	℃	23.1	21.7	21.9	過去5年は最低値
湿度	%	84.4	91		
平均風速	m/s	4.4	6.4		瞬間最大風速：月の半分以上は10m/s以上
降水量	mm	0.7	2.5	5.3	

※風、雨の状況によっては寒さを感じる時期です。服装は柔軟に対応できるよう準備しましょう。

<過去大会情報(午前7時)>

年月日	気温(℃)	水温(℃)	湿度(%)	天候
2023/4/9	21.1	21.5	64.8	曇
2022/4/17	23.6	22.4	未測定	曇
2021/4/11	23.0	23.1	77	曇
2020/4/12	新型コロナウイルス蔓延により中止			

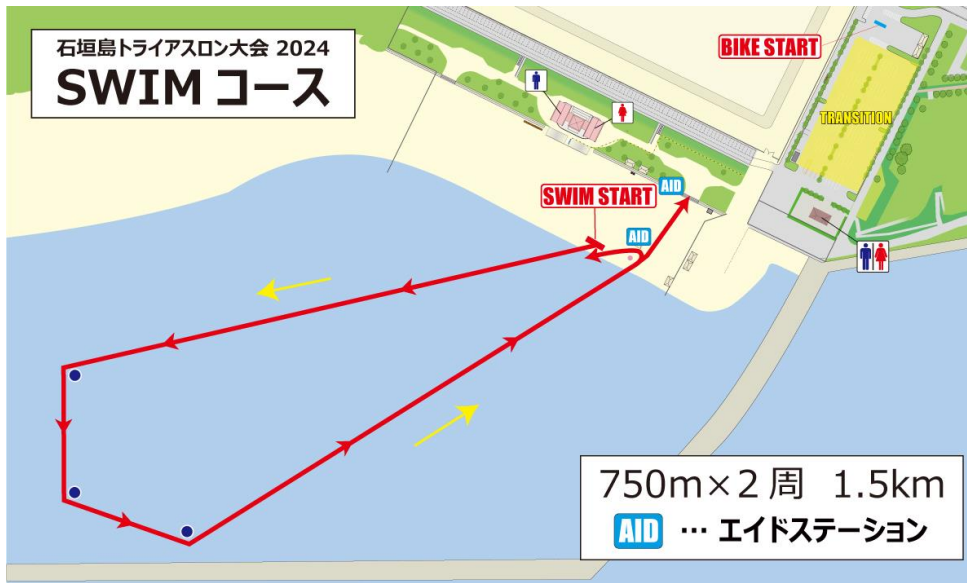
時間0	内容		場所・備考
4月8日(月)			
	終日	競技説明会動画配信(視聴必須)	
4月1日(月)~4月11日(木)			
		移動アンケート&理解度テスト P32参照	
4月19日(金)			
	11:00-12:00	試泳①(任意) (受付10:30-11:30)	スイム会場
	14:00-15:00	試泳②(任意) (受付13:30-14:30)	
	15:00-16:00	ビーチクリーン	トランジション1
4月20日(土)			
	10:00-16:00	受付※1	市民会館中ホール
	10:00-16:30	トランジション2 オープン	ラングッズセッティング
	10:00-16:00	インフォメーション	市民会館中ホール
	8:00-16:00	メカニックサービス	市民会館中ホール前
	10:00-16:00	商品販売※2	市民会館大ホール前
4月21日(日)			
	6:30-7:30	トランジション1 オープン	
	6:30-7:30	メカニックサービス	トランジション1
	6:30-8:15	荷物預託	トランジション1海側
	7:00-7:40	1G アンクルバンド配布 試泳(義務)	NO.1-100番台
	7:20-7:50		NO.2000番台~5000番台
	7:40-8:20	2G アンクルバンド配布	NO.1000番台、6000番台以降
	7:50-8:00	スタートセレモニー	2G試泳一時中断
	8:00-8:30	2G 試泳(義務)	NO.1000番台、6000番台以降
	8:00	1G	1W スタート
	8:01		2W スタート
	8:02		3W スタート
	8:03		4W スタート
	8:04		5W スタート
	8:30	2G	6W スタート
	8:31		7W スタート
	8:32		8W スタート
	8:33		9W スタート
	8:34		10W スタート
	9:00	1G スキップスタート	一斉スタート
	9:30	2G スキップスタート	一斉スタート
	9:00-9:34	スイム制限各時刻	スタート後、60分
	11:15-11:48	バイク制限各時刻※3	スタート後、3時間15分
	12:30~13:30	表彰式	
	12:45~13:19	ラン制限各時刻※3	スタート後、4時間45分
	13:30	競技終了予定	
	11:00頃~14:00	バイクピッキング予定	アナウンスをお待ちください

※1：昨年まであった、前々日(金曜日)受付はなくなりました。金曜日は試泳のみです。ご注意ください。

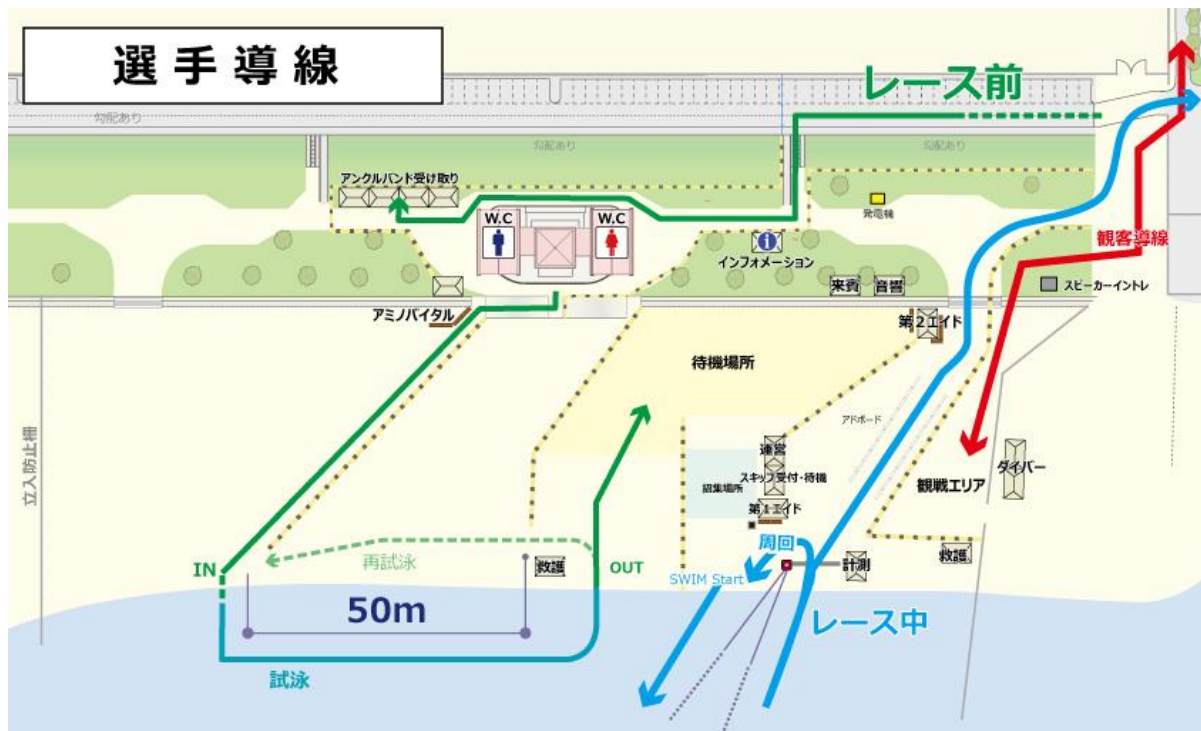
※2：前日の商品販売は、市民会館大ホール前の予定です。

※3：コース途中で関門(制限時間)があります。(P22参照)

スイムコース



スイム会場図



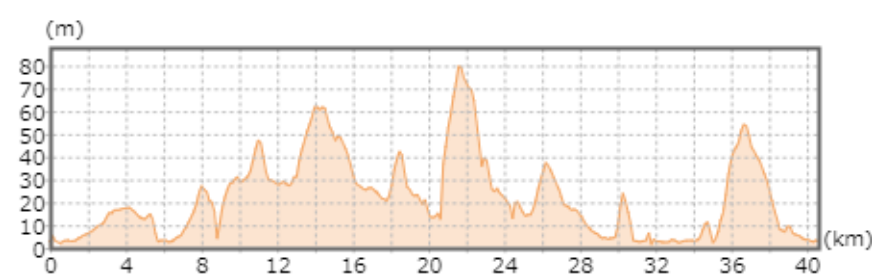
スイム中止デュアスロン開催時第1ランコース



バイクコース

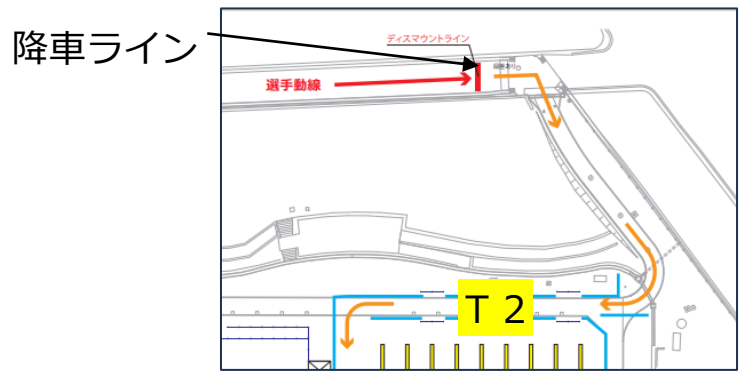
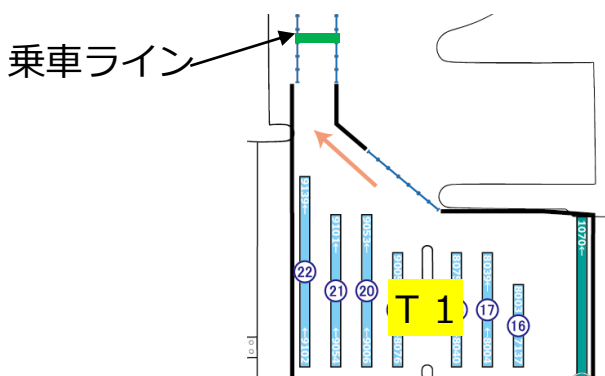


バイクコース (標高差)



獲得標高 361m

乗車 (マウント) ライン、降車 (ディスマウント) ライン

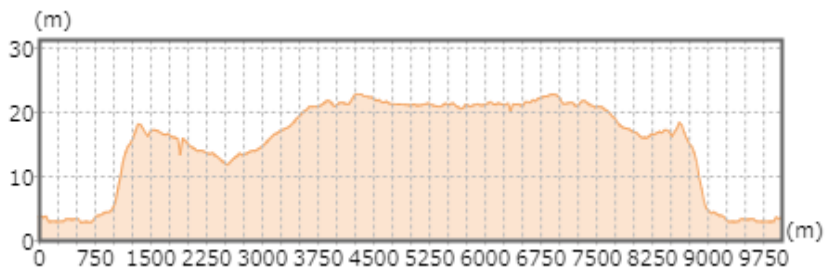


ランコース



● エイドステーション

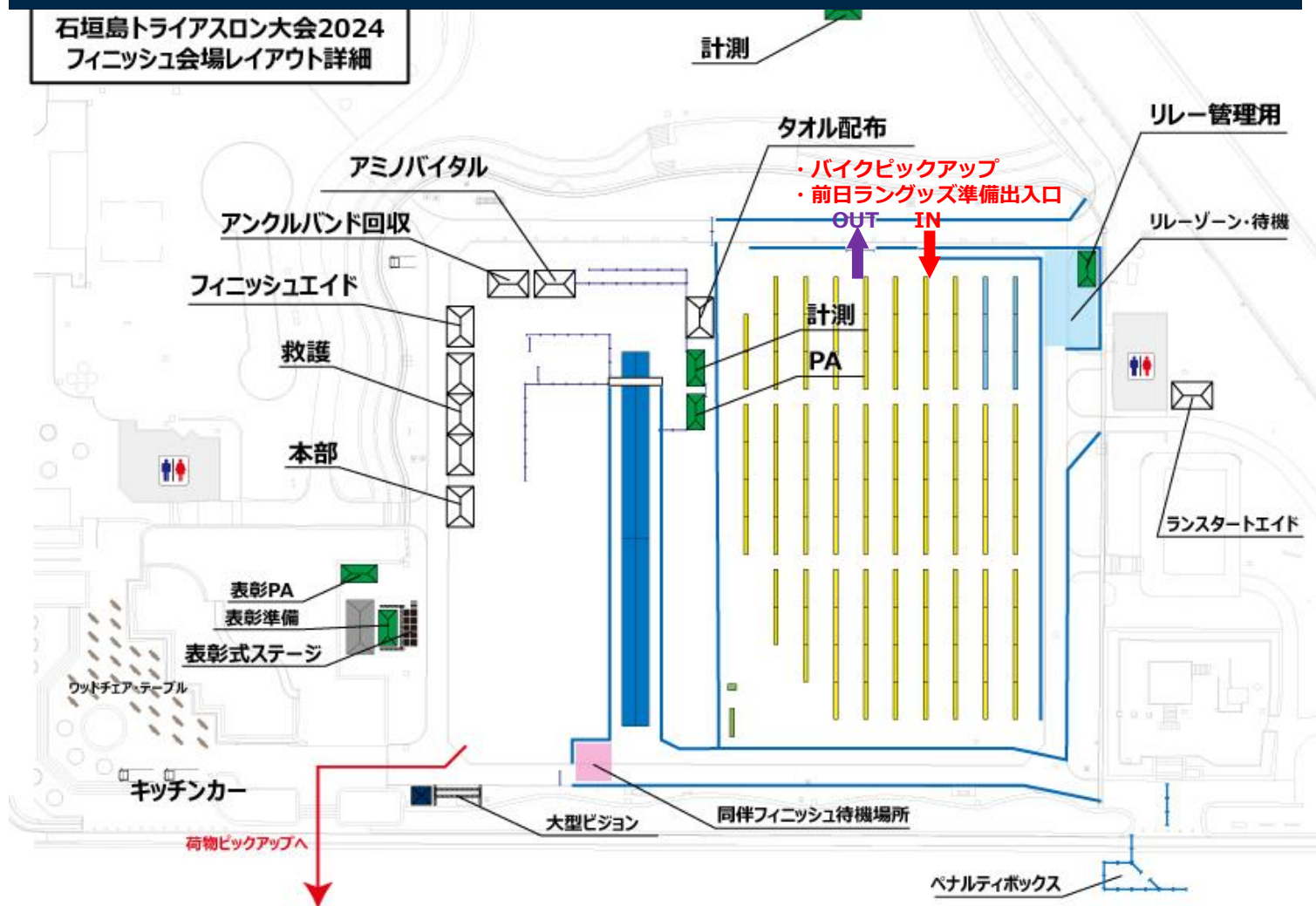
- ① スタート直後 水
⇕1.6km
- ② 約1.6km地点 水
⇕1.6km
- ③ 約3.2km地点 水
⇕1.6km
- ④ 約4.8km地点 水、アミノバイタルドリンク
⇕1.5km
- ⑤ 約6.3km地点 水、アミノバイタルドリンク
⇕1.7km
- ⑥ 約8.2km地点 水
⇕1.8km
- ⑦ フィニッシュ 水



獲得標高 41m

フィニッシュエリア（新栄公園）

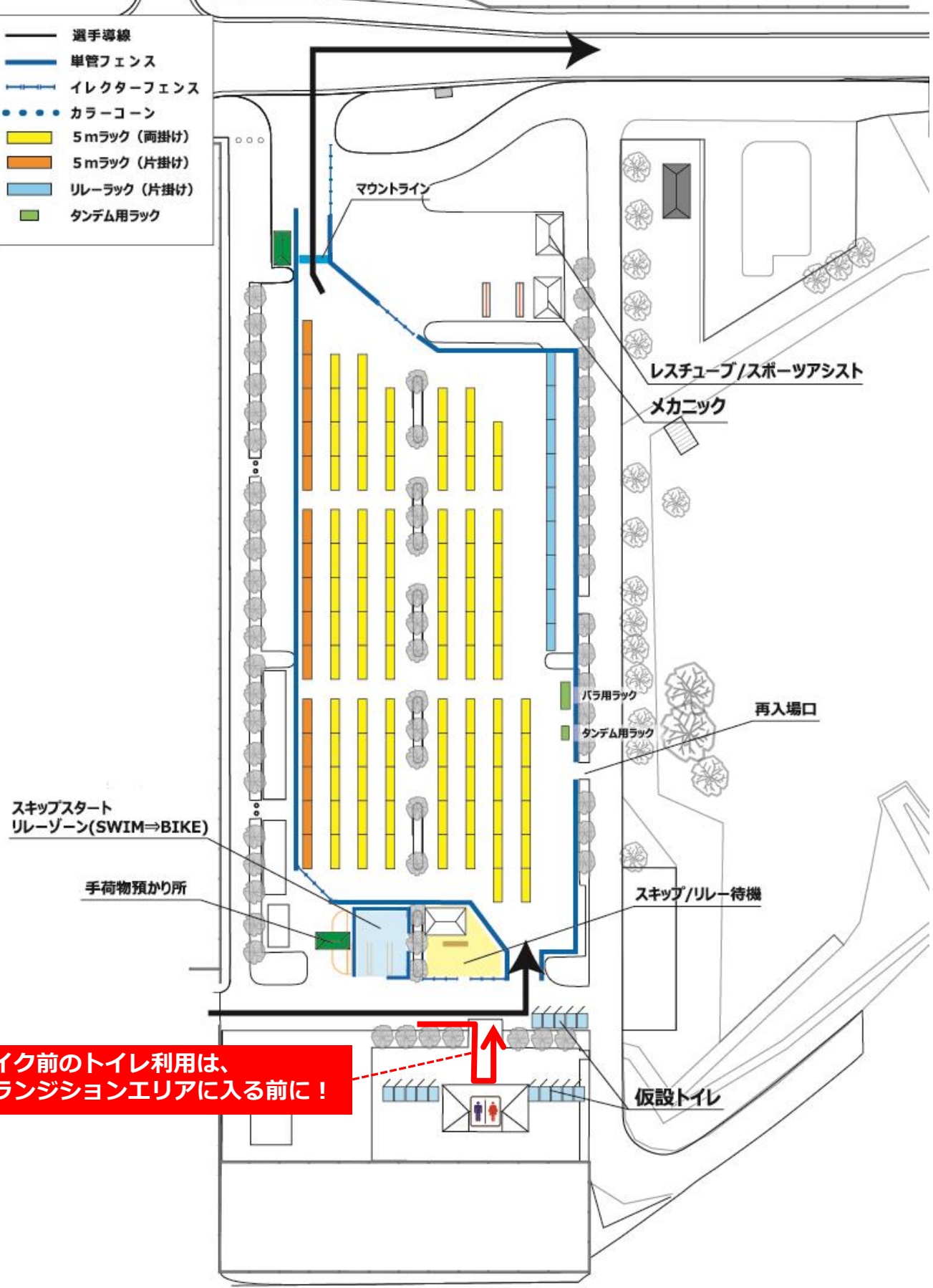
石垣島トライアスロン大会2024
フィニッシュ会場レイアウト詳細



- ・ 前日受付後、ラングッズをT 2に預けて、受付終了です。
T 2 出口でリストバンドをつけていただきます。
トランジションエリアのフィニッシュ側に専用出入口があります。
- ・ フィニッシュ後、バイクピックアップもラングッズを預けた専用出入口からになります。
- ・ フィニッシュ後の、スイムグッズ受け取りは、前日受付会場の市民会館中ホールとなります。

2024大会トランジション T1

- 凡例
- 選手導線
 - 単管フェンス
 - イレクターフェンス
 - カラーコーン
 - 5mラック (両掛け)
 - 5mラック (片掛け)
 - リレーラック (片掛け)
 - タンデム用ラック



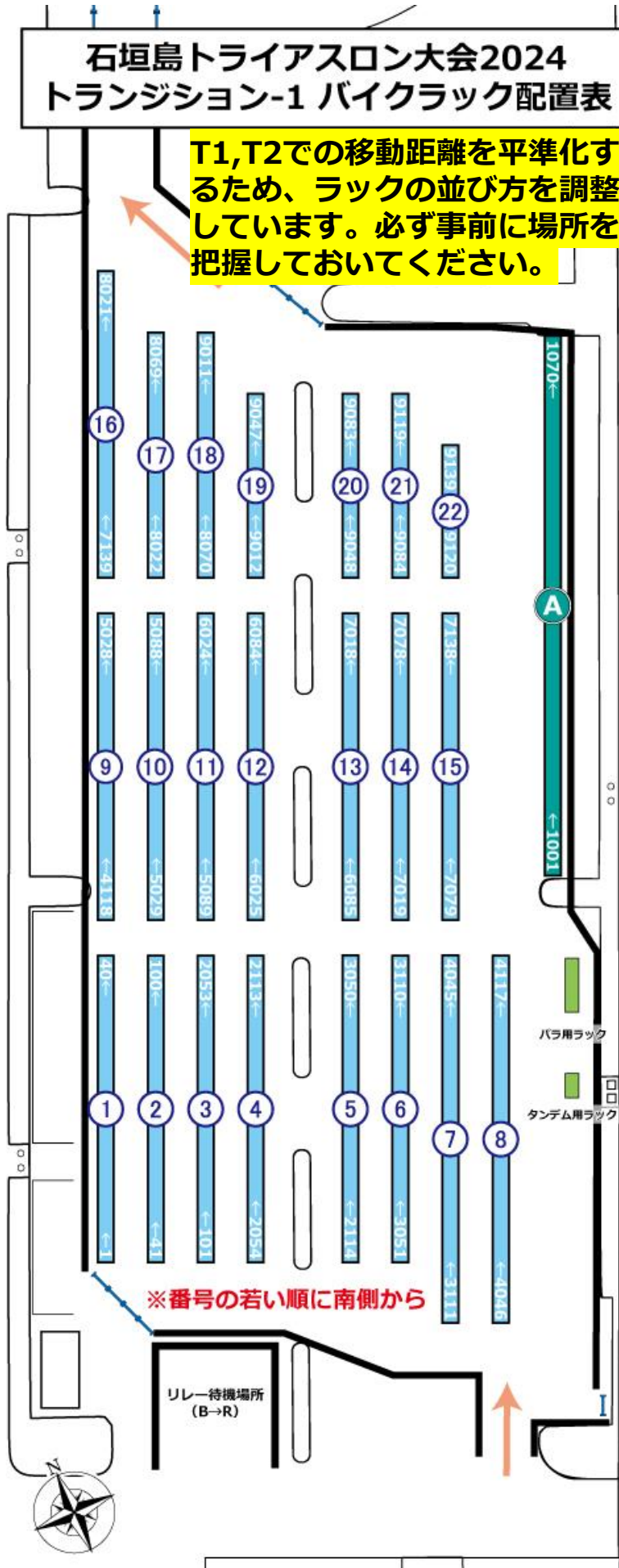
バイク前のトイレ利用は、トランジションエリアに入る前に！

トランジションエリア1(T1)MAP



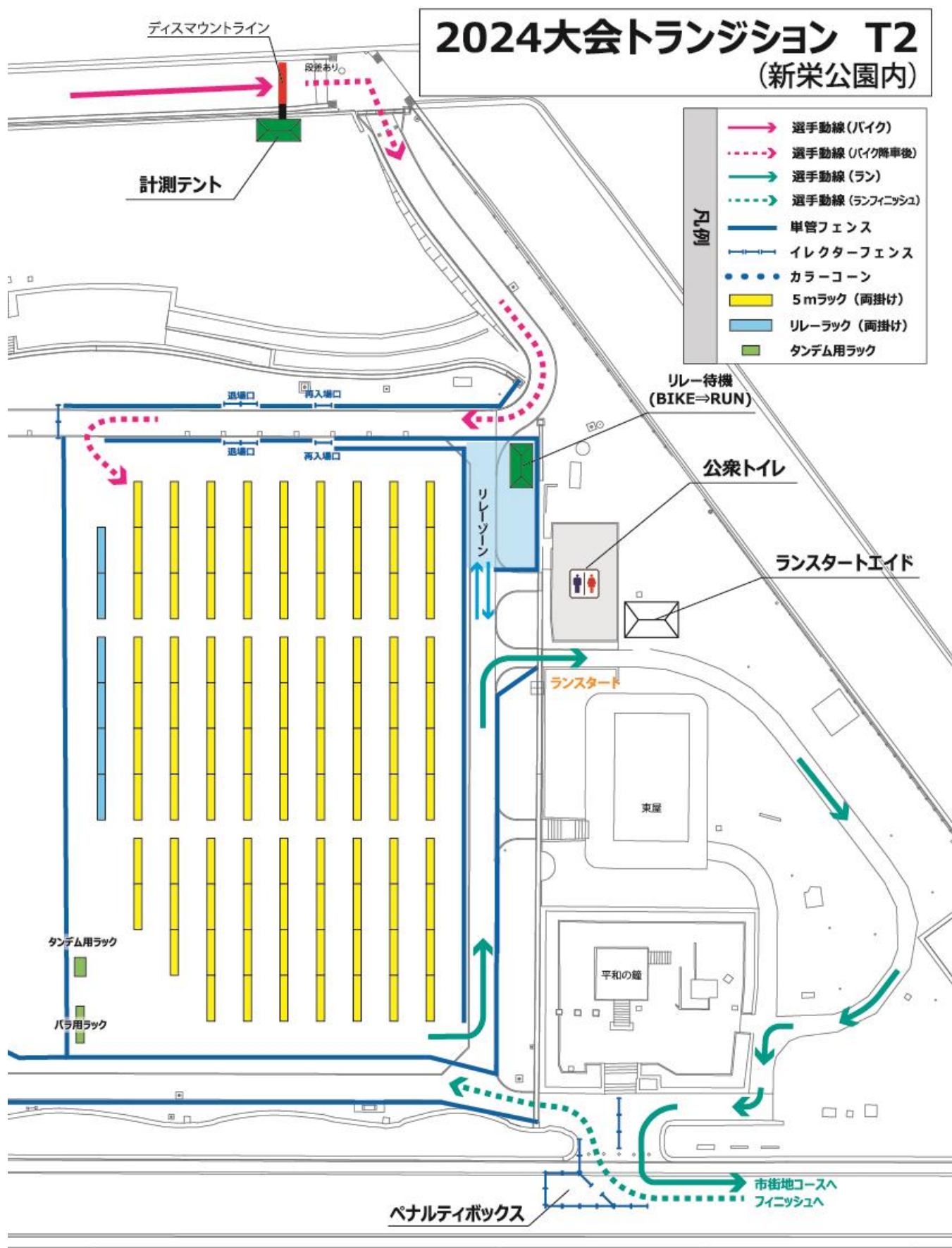
石垣島トライアスロン大会2024 トランジション-1 バイクラック配置表

T1,T2での移動距離を平準化するため、ラックの並び方を調整しています。必ず事前に場所を把握しておいてください。



ラックNo	レースナンバー	区分
A	1001 ~ 1070	リレー
①	1 ~ 40	1 W
②	41 ~ 100	
③	101 ~ 107	2 W
	2001 ~ 2053	
④	2054 ~ 2113	3 W
⑤	2114 ~ 2123	
⑥	3001 ~ 3050	4 W
	3051 ~ 3110	
⑦	3111 ~ 3137	5 W
	4001 ~ 4045	
⑧	4046 ~ 4117	6 W
	4118 ~ 4129	
⑨	5001 ~ 5028	7 W
	5029 ~ 5088	
⑩	5089 ~ 5124	8 W
	6001 ~ 6024	
⑪	6025 ~ 6084	9 W
	6085 ~ 6126	
⑫	7001 ~ 7018	1 W
	7019 ~ 7078	
⑬	7079 ~ 7138	2 W
	7139 ~ 7157	
⑭	8001 ~ 8021	3 W
	8022 ~ 8069	
⑮	8070 ~ 8106	4 W
	9001 ~ 9011	
⑯	9012 ~ 9047	5 W
	9048 ~ 9083	
⑰	9084 ~ 9119	6 W
	9120 ~ 9139	
パラ用ラック 26/108 (1W) 7083 (7W)		※上記選手は専用ラック使用

※リレー及びラックNo ⑧ ⑮ ⑳ のラックは方掛け
その他のラックは両掛けになります

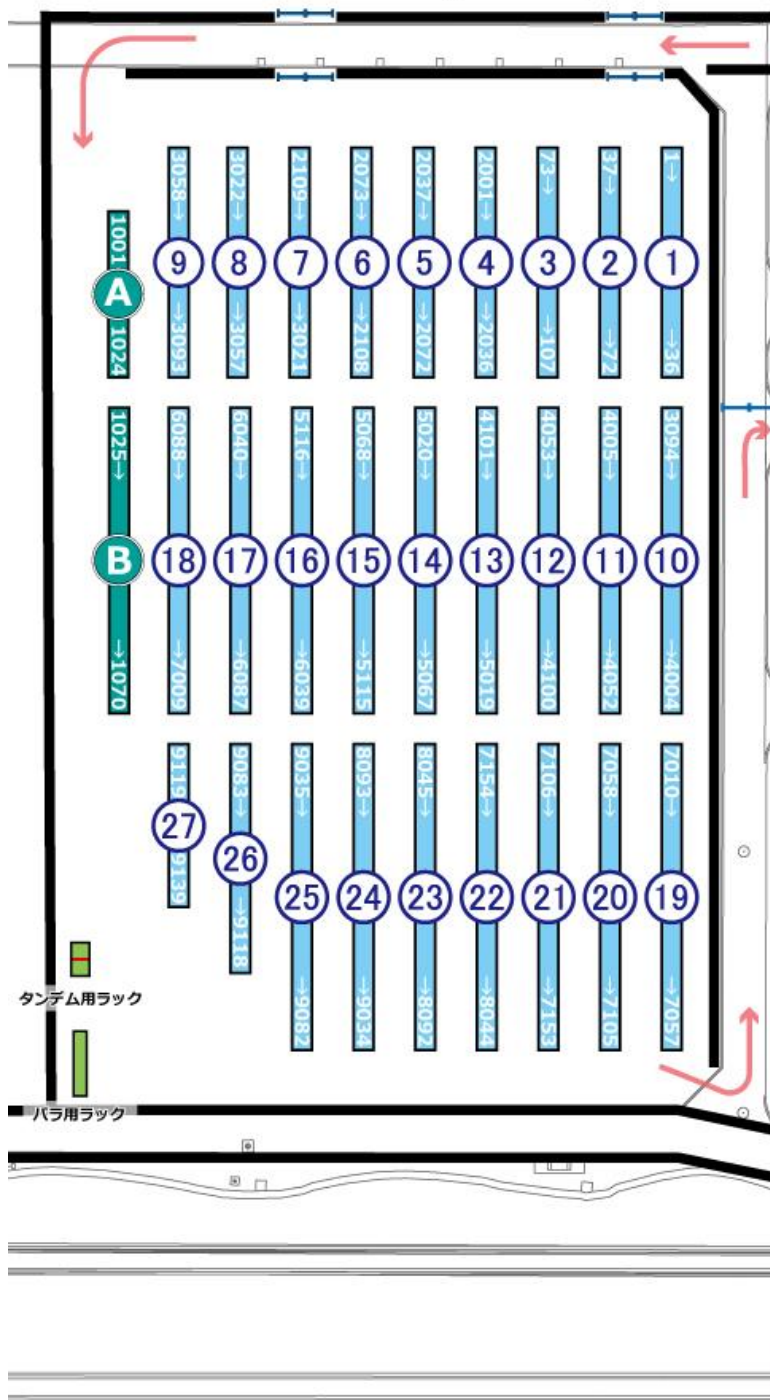


トランジションエリア2(T2)MAP



石垣島トライアスロン大会2024 トランジション-2 バイクラック配置表

T1,T2での移動距離を平準化するため、ラックの並び方を調整しています。必ず事前に場所を把握しておいてください。



ラックNo	レースナンバー	区分
①	1 ~ 36	1 W
②	37 ~ 72	
③	73 ~ 107	
④	2001 ~ 2036	2 W
⑤	2037 ~ 2072	
⑥	2073 ~ 2108	
⑦	2109 ~ 2123	3 W
⑧	3001 ~ 3021	
⑨	3022 ~ 3057	
⑩	3058 ~ 3093	4 W
⑪	3094 ~ 3137	
⑫	4001 ~ 4004	
⑬	4005 ~ 4052	5 W
⑭	4053 ~ 4100	
⑮	4101 ~ 4129	
⑯	5001 ~ 5019	6 W
⑰	5020 ~ 5067	
⑱	5068 ~ 5115	
⑲	5116 ~ 5124	7 W
⑳	6001 ~ 6039	
㉑	6040 ~ 6087	
㉒	6088 ~ 6126	8 W
㉓	7001 ~ 7009	
㉔	7010 ~ 7057	
㉕	7058 ~ 7105	9 W
㉖	7106 ~ 7153	
㉗	7154 ~ 7157	
㉘	8001 ~ 8044	リレー
㉙	8045 ~ 8092	
㉚	8093 ~ 8106	
㉛	9001 ~ 9034	リレー
㉜	9035 ~ 9082	
㉝	9083 ~ 9118	
㉞	9119 ~ 9139	リレー
㉟	1001 ~ 1024	
㊱	1025 ~ 1070	
バラ用ラック		26/108 (1W) 7083 (7W)

※上記選手は専用ラック使用

※全てのラックは両掛けになります

バイク・荷物輸送

バイク持参による荷物集中で、飛行機の遅れのほか、荷物を後発便で輸送する事態が発生しています。

1) 事前の発送にご協力ください。

① 荷物、特にバイクは余裕をもって発送してください。天候や荷物の集中等により、多くの日数がかかる場合があります。

② **バイク輸送サービス**をご利用ください。

・ 4/10(水)までにお申し込みください。詳しくはHPをご確認ください。(QRコード)
・ お問い合わせ・申し込み：佐川急便石垣島営業所 TEL 0570-010-681 (音声案内3番を選択)

★バイク渡し：市民会館駐車場 4/20(土) 10時~16時

★バイク返送：市民会館駐車場 4/21(日) 10時~15時

2) **当日飛行機で持ち込む場合は、空港で1時間以上前までに荷物預けを完了させてください。**

3) 金曜までの石垣入り、火曜以降の石垣発の移動をご検討ください。

4) 事前にメールでお送りするアンケートにもご協力ください。



HP (選手必須情報)
バイク輸送サービス

レースナンバー、スイムキャップ

グループ	ウェーブ	レースナンバー (文字は黒)	スイムキャップ
1G	1W	NO. 1 ~ 108	ブルー
	2W	NO. 2001 ~ 2123	ホワイト
	3W	NO. 3001 ~ 3137	イエロー
	4W	NO. 4001 ~ 4129	オレンジ
	5W	NO. 5001 ~ 5124	ピンク
2G	6W	NO. 6001 ~ 6126	ブルー
	7W	NO. 7001 ~ 7157	ホワイト
	8W	NO. 8001 ~ 8106	イエロー
	9W	NO. 9001 ~ 9139	オレンジ
	10W	NO. 1001 ~ 1070	ピンク

◆ 障がいをお持ちの選手のレースナンバーカラー・スイムキャップカラー
一般の選手もご認識いただき、ご協力ください。




	レースナンバー	スイムキャップ
四肢障がい選手	ブラック	ピンク
視覚障がい選手	グリーン (右図)	グリーン
聴覚障がい選手	レッド (右図)	レッド



事前送付物はありません。ホームページで確認してください。

アスリートガイド	大会ホームページにも公開されています。更新してまいりますので最新版をご確認ください。
競技説明動画理解度チェック	競技説明動画を視聴し、大会ホームページに公開するチェックシートに記入の上、前日受付に提出してください。
移動方法アンケート	申込時のメールアドレスに配信します。(4/3以降)P28参照
大会プログラム	デジタル仕様となります。大会HPに掲載しております。

大会前日受付でお渡しするもの

レースナンバー	1枚/裏面の個人情報欄をご記入ください。
ステッカー	バイク(大1)、ヘルメット(小2)、荷物預託用(小1) (P21レースナンバー参照)
ボディナンバーシール	2枚(両腕)/大会当日、会場に来る前につけてからご来場ください。 (貼り付け方説明書同封)
スイムキャップ	1枚
トランジションバッグ (白・大) (スイム用バッグ)	 スイム、または第1ラン終了後、スイム、第1ランで使用、または使用予定だったグッズすべてを入れてください。バッグを回収し、受付を行った市民会館中ホールで返却します。(リレー部門にはありません)(P19,P25参照) ※袋に入っていないものは、落とし物として対応します。
トランジションバッグ (青・小) (ラン用バッグ)	 ランで使うグッズをすべて袋の中に入れて、前日受付後、T2にご自身で必ずお預けください。風で飛ばないように、工夫してください。 リレー部門にはありません。預託終了後、トランジション出口で、受付完了のリストバンドをつけてください。(P19,P25参照)
荷物預託用ビニール袋 (透明90ℓ) ステッカーは 自分で貼り付け	 スイムスタート前の衣類等を任意で預けることができます。リレー部門にはありませんが、必要な場合は、必要な枚数を前日受付で申告してください。(最大3枚)空気入れなどやむを得ず飛び出るものを除き、袋に収まる荷物に限ります。 ※任意です。預託する方は、支給物のステッカー(小1枚)を利用して、袋に入れたときに番号がわかりやすい位置に貼ってください。(ステッカーが無い場合は受付に申告してください) ※リレースイム担当選手は、バイクラック、フェンス側付近に置くことができます。
参加賞	Tシャツほか
各種ご案内	写真販売案内等

持参品についての注意

バイク	各自で整備をして持ち込んでください。(P31メカニック参照) 航空機積載に限界があるため、事前に発送することをお勧めします。
ウェットスーツ	体に合ったサイズのものに限ります。(P23ウェア、ウェットスーツ参照)
ランニングシューズ(2足)	ラン用シューズは前日T2に預けます。スイム中止時にデュアスロンとなった場合に備え、T1にもう1足ご用意ください。(P19参照)
競技時以外のシューズ	T2、及びT1でランシューズ、バイクシューズをセットしたあと、スイム会場へは裸足での移動となります。
ドリンク	荷物預け後、試泳までの間の水分補給用にご持参をお勧めします。
アスリートガイド	プリントアウトするか、タブレット、スマホ等で最新情報を随時確認できるようにしましょう。
本人と確認できるもの	運転免許証等、写真付きのもの。(コピー可)本人確認ができない場合は参加できません。
健康保険証	医療機関がスムーズな対応ができるよう、ご協力ください。(コピー可)

大会当日


計測用アンクルバンド	スイムエリア入場時にお渡しします。(フィニッシュ後、リタイア時要返却)
アミノバイタル	レース前に必要な成分を摂取できます。

レース後支給物


アミノバイタル	レース後、リカバリーに必要な成分を摂取できます。
フィニッシュタオル	完走者に1枚。※リレーはフィニッシュの際にチームメンバー分お受け取り下さい

前日、当日の選手の動き

◆4月20日(土) **★バイクで移動する場合は、必ずヘルメットを正しくかぶりましょう。**
★本大会、前日受付の移動中に、交通事故による搬送事例があります。交通法規を遵守！

<p>受付</p> <ul style="list-style-type: none"> 本人確認 競技説明動画理解度チェック 支給物受け取り  <p>T 2での預託無しの場合失格またはペナルティの対象となります。ランシューズのみでバイク、ランを行う場合はこの限りではありません。(P29、21,ペナルティ参照)</p>	<ul style="list-style-type: none"> 受付時間内に、支給物を受け取り、中身を確認してください。 リレーチームはメンバー個別での受付が必要です。 3人同時に揃わない場合でも、それぞれが受付してください。 ★ラングッズの前日預託は必須です。(リレー部門除く) ★支給物にあるラン用バッグ(青)に、ランで使うグッズすべてを入れ、大会前日に、ご自身でT 2にセットしてください。 ただし、スイム中止の場合に備え、第1ランで使用するシューズは入れないでください。 ★当日のラングッズ預託はできません。 ★バイクの前日預託はできません。 ★ランシューズのみでバイク、ランを行い、預けるものが無い方は、受付で申告の上、T 2、フィニッシュエリアの位置把握のため、T 2にお越しください。そこで、最終チェックを受けてください。
<p>T 2 ラングッズ預託 (重要) (リレー部門除く)</p>	<ul style="list-style-type: none"> 指定バッグにいたラングッズを、自分のバイクラックの下にセットしてください。(入場時、指定のラン用バッグに貼り付けてあるレースナンバーを提示してください。) セットが完了した選手は、出口でリストバンドをつけてください。

◆4月21日(日) **★バイクで移動する場合は、必ずヘルメットを正しくかぶりましょう。**
★暗いので、照明をつけて、交通法規を遵守するよう、強くお願いします。取締の対象です。

<p>出発前</p>	<ul style="list-style-type: none"> 宿泊地等を出る前に、ボディナンバーシールの貼り付けをしてください。 スイム用バッグ(白)と、荷物預託用ビニール袋(透明90ℓ:スイム前の衣類等を預ける方)に指定ステッカーを貼付け確認してご持参ください。(リレー除く)
<p>トランジションオープン</p> 	<ul style="list-style-type: none"> 入場時にT 2預託後取り付け付けたリストバンドを示し、トランジションの準備をしてください。 スイム用(白)バッグをバイクとともにセットしてください。風で飛ばないように、工夫してください。(スイム実施の場合は、第1ラン用シューズも入れてください)(リレー除く)
<p>荷物預け</p> <p>透明</p>	<ul style="list-style-type: none"> 前日受付で配布(リレーは希望者)の荷物預託用ビニール袋に、スイム前に着用していたウェア、シューズ等を入れ、預けてください。受け渡し確認はレースナンバーで行います。(預託は任意です。リレー選手はバイクラックのフェンス側に置くことができます。)
<p>待機・招集</p>	<p>遅れないようにご集合ください。</p>
<p>スイムチェックイン</p>	<p>レースナンバーを申告し、自分のアンクルバンドであることを確認して受け取り、左右どちらかの足首に装着してください。</p>
<p>試泳</p>	<p>スタート前の試泳は義務です。しっかりウォーミングアップしましょう。</p>
<p>待機、整列</p>	<p>ウェーブ順に並んでください。</p>
<p>オープニングセレモニー</p>	<p>2 Gの選手の皆さんは試泳が始まっているところですが、一時停止して、できる限りご参加ください。</p>
<p>スタート</p>	<p>NO1~26, 91,100,108の選手は、個別の呼び出し(コール)をしますので、呼ばれたら前にお越しください。ウェーブスタートです。</p>
<p>フィニッシュ後、バイクピックアップ及び、荷物受け取り</p>	<p>指定時刻までに、引き取りをお願いします。必ずレースナンバーをご持参ください。</p>

本人確認

前日受付では、必ず顔写真付きの身分証明書（コピー可）をご持参ください。確認できない場合、出場できません。

過去の本大会で、替え玉出場がありました。都道府県競技団体・学連(JTU登録)会員としての1年間の資格停止となりました。代走(替え玉出場)は、万一の場合に対応ができず、命に関わる重大なルール違反です。保険適用もできません。絶対におやめください。

メンバー変更

- 1)リレーについてのみ、4/12(金)正午までに事務局にメールでご連絡いただいた場合メンバー変更ができます。
- 2)エイジについては、変更できません。本人確認を行います。

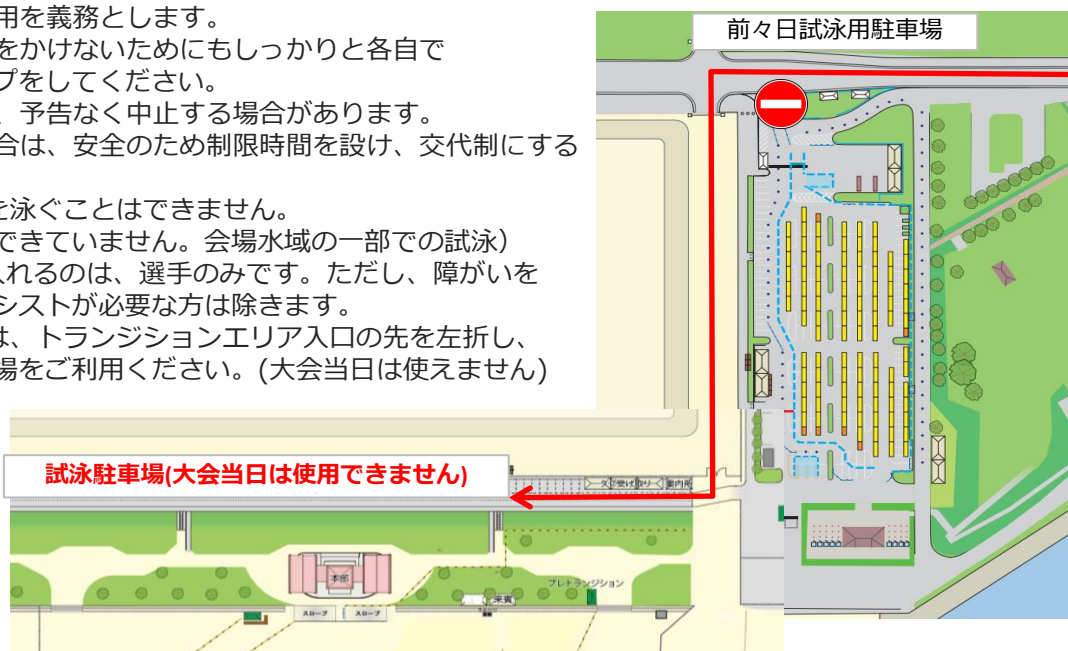
試走

- 1)バイク、ランについて、大会当日以外でも試走はできますが、**交通ルールを守り**、各自の責任において試走してください。大会当日レース以外での怪我等については、保険の適用はできませんのでご了承ください。
★2023年大会で、**試走中に事故が発生し、救急車が出動しています**。大会の存続にも関わるため十分ご注意ください。
- 2)**バイク乗車時は、いかなるときも必ずヘルメットを着用し、しっかりストラップをはめてください。**
(公式ルールで規定されています。)

試泳

①前々日試泳(前日は試泳できません)

- 1)大会に出場する選手のみ入場、試泳ができます。
- 2)必ずスイム会場での試泳受付を行ってください。(泳がないで視察するだけの場合でも受付してください。)
- 3)入場時、受付で誓約書確認後名前と連絡先を記入。リストバンドを手首につけてください。(退出時まで)
- 4)試泳終了時、再度受付で退出手続きを必須とします。
- 5)スイムキャップは、各自持参してください。(素材は問いませんが、水中で目立つ色にしてください。)
※本年は前々日の大会出場の出付はありません。試泳でのスイムキャップの支給はありません。
- 6)ウェットスーツ着用を義務とします。
- 7)心臓に急激な負担をかけないためにもしっかりと各自でウォーミングアップをしてください。
- 8)気象状況等により、予告なく中止する場合があります。
- 9)人数が集中した場合は、安全のため制限時間を設け、交代制にする場合があります。
- 10)スイム全コースを泳ぐことはできません。
(コースの設営はできていません。会場水域の一部での試泳)
- 11)会場内(砂浜)に入れるのは、選手のみです。ただし、障がいをお持ちの方で、アシストが必要な方は除きます。
- 12)車でご来場の方は、トランジションエリア入口の先を左折し、スイム会場前駐車場をご利用ください。(大会当日は使えません)



②当日試泳

- 1)スタート前指定時間の試泳を義務とします。心臓に急激な負担をかけないためにもしっかりとウォーミングアップをしてください。
- 2)指定スイムキャップ、ウェットスーツ着用を義務とします。ただし、水温が高い場合、推奨にする場合があります。

レースナンバーの付け方

1) ボディーナンバー

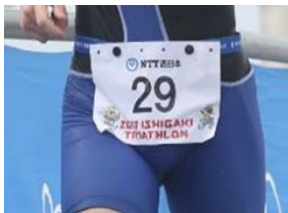
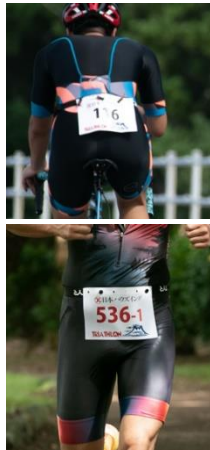
- ◆ ボディーナンバーシールを配布します。
- ・ 貼り付け位置 → 左右の上腕部
 - ※ 袖付きウェアの場合：前腕部(例：右写真)
 - ※ 長袖の場合：下腿に、番号が周囲からすべて見えるようにつけてください。
 - ※ 長袖/ロングパンツ着用の場合：必ず前腕部へ貼り付け、レースナンバーを必ず周囲から見えるようにしてください。
- ・ 貼り付け方法注意 ※ 同封の説明書をよく読んでください。
 - ① 水で濡らして、体に貼り付けます。
 - ② 完全に乾いてから、ゆっくりはがしてください。
- ・ 破損した場合等は、当日、アンクルバンド配布時にマジックで記入します。アンクルバンド受け取り時、申告してください。



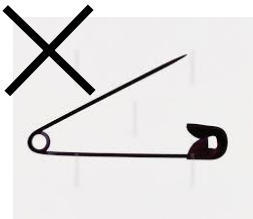
2) 各種レースナンバーの付け方

「バイクの時は後ろ」
「ランの時は前」から
見えるようにしてください。

- ◆ ナンバーベルトをご用意ください。(前日・当日販売あり)



- ◆ 安全ピンは禁止



一般利用する海岸でもあり、素足で走るトランジションでの怪我防止、またバイクのパンク防止のため、安全ピンの利用は禁止です。

- ◆ バイクシール 大1枚
(シートピラーに巻き付けるかプレートに両面に貼る)



- ◆ ヘルメットシール 小2枚
(正面・右側面)



- ◆ 支給物の透明袋
荷物預託をする方は、このステッカーを自分で貼って荷物預けにお持ちください

- ◆ 支給物のステッカー



◆ 緊急時に迅速な対応のために活用します。以下に記入ください。	
氏名 (カタカナ)	
緊急連絡先 電話番号	
緊急連絡先 Eメール	
所属団体	
連絡先、メールアドレス	
その他緊急連絡先(住所は不要) Eメール	
※ 記入欄が満杯の場合は、別紙、複数枚に記入ください。	
※ 個人情報となりますので、紛失、脱落にご注意ください。	

裏面に、緊急情報を記入

もしものときにいち早く情報が入手できるよう、ご協力ください。
* 個人情報です。紛失、脱落にご注意ください。

3) レースナンバーのルール等

- ① トランジションエリア内で、ウェアとレースナンバーを整えてからスタートしてください。
- ② ウェアやレースナンバーがめくれあがったまま競技したり、変形させることは禁止です。競技をとめて直していただく場合があります。
- ③ トランジションエリアの出入りにも必要です。バイク撤収時にはレースナンバーと持ち出す荷物の照合を行いますので、必ずご持参ください。(P25トランジション参照)

タトゥー

- 1) 原則として参加に問題はありませんが、他者に威圧感を与える、レースナンバーがわかりにくい等の場合は、テープで覆う等の措置をお願いする場合があります。

競技規則

1、適用する競技規則

- 1)日本トライアスロン連合(JTU)競技規則に準じ、一部ローカルルールを適用します。
※JTU競技規則は以下のpdfまたはQRコードをご参照ください。

https://archive.jtu.or.jp/jtu/pdf/JTU_COMPETITIONRULES_20190207.pdf



2、審判

- 1)テクニカルオフィシャル(TO)として表記します。右写真のようなウェアを着用しています。

3、大会側からの競技内容の変更・中止、及び中断

- 1)気象状況等により、大会開催が危険と判断される場合は、大会当日6:00にスイム会場にてコース・距離等の変更、または中止を発表します。(状況により遅れる場合があります。)
- 2)スイム競技のみ中止の場合、トライアスロンからデュアスロン(ラン・バイク・ラン)に変更します。
- 3)雷等で危険な状況が発生した場合は、競技を中断する場合があります。その後、再スタートや中止の判断を決定いたします。
- 4)コース上への土砂流入等があった場合、一部コースを変更する場合があります。
- 5)天候の急変等で、レース中に中断や中止の判断をした場合は、審判団、主催者で協議の上、表彰対象の有無等を決定いたします。
- 6)天候等により中止になった場合でも、参加費の返金はいたしません。

4、選手自身の競技中止・棄権(リタイア)

- 1)大会スタッフは、選手が過度の疲労、競技力不足又は事故等により競技の続行に支障があると判断した場合、選手に対し、競技の中止を指示することができます。
- 2)大会スタッフに競技の中止を指示された場合、これに従わなければなりません。
- 3)選手は、競技続行に不安があると感じた場合、自らの意思で競技を棄権するものとします。
- 4)競技を棄権した場合、大会本部・審判にその旨を必ず申告して、指示に従ってください。
- 5)大会スタッフは、体調不良、飲酒状態と判断した場合、出場を取りやめさせる権限を持ちます。(初心者に限らず、死亡事故のリスクが、「確実に」高まります。特に前日の過ごし方にご注意ください。)

5、招集、制限時間

- 1)招集時刻に間に合うようにスタート地点に集合してください。いない場合失格となる場合があります。
- 2)右表の表の通り、制限時間を設けます。
 - ・最終スタートを基準として記載します。
 - ・最終より早いスタートの選手は、競技終了後タイムオーバーとする場合があります。
 - ・関門に間に合わなかった選手は、その時点で競技終了となります。
 - ・関門前でも、道路規制時間や、明らかに関門に間に合わない場合は、競技の中止を指示する場合があります。
 - ・競技終了となった選手は、TOの指示に従ってください。

種目	最終制限時間 (累計)	最終関門 時刻	場所、備考
スイム	60分	9:34	スイムフィニッシュ計測ライン
バイク	1時間46分	10:20	約10km地点
	2時間16分	10:50	約20km地点
	2時間46分	11:20	約30km地点(やいま村入口)
	3時間06分	11:40	約40km地点
ラン	3時間15分	11:49	バイクフィニッシュ計測ライン
	4時間06分	12:40	運動公園復路(第5)エイド
	4時間45分	13:18	ランフィニッシュ計測ライン

6、記録、計測、着順

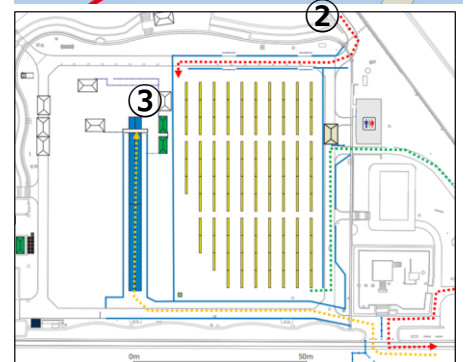
1)アンクルバンド

- ①スイム会場入口で、自分のレースナンバーのものピックアップしてください。
- ②どちらかの足首につけ、競技終了まで外さないでください。



7、計測地点、計測内容

計測地点(右図参照)	計測内容
①スイム上陸地点	スイム周回、スイムフィニッシュ、バイクスタート
②バイク降車ライン	バイクフィニッシュ、ランスタート
③フィニッシュライン	ランフィニッシュ



- ・バイク時間に、T1のタイムが含まれます。
- ・ラン時間に、T2のタイムが含まれます。

8、着順

1)計測は、アンクルバンドがマットを通過した時点の計時で行い、着順を決定します。

9、選手通過情報

1)選手の通過情報、結果はこちらからご覧いただけます。

システムウェイ <https://systemway.jp/24ishigaki>



10、荷物預託

1)ランニンググッズ

・前日受付後、指定の袋（青）にランニンググッズ一式を入れ、T 2で選手自身でセットしてください。
（選手持参品(P18)、前日、当日の動き（P19）、トランジション（P25）参照）

2)手荷物

・スイムスタートまで着用していた衣類などの手荷物を預けることができます。貴重品の対応は各自ご判断ください。
また、1人1個までとし、指定の透明袋に入る大きさまでとし、支給するレースナンバー入りステッカーの小1枚を貼付して、荷物預けにご持参ください。レースナンバーで管理しますので、引き取りの際は、レースナンバーをご持参ください。
（選手持参品(P18)、前日、当日の動き（P19）参照）

11、レスチューブ(膨張式緊急浮力体)の受け取り

1)レスチューブをご注文、もしくはレンタル予約された方は、インフォメーションカウンターにお立ち寄りいただき受け取ってください。

2)事前注文・予約していなかった場合でも、在庫がある場合に限り、当日レンタルの申込ができます。

3)現地でのレンタルのお支払いは現金のみとなります。（¥1,000(税込)）販売はありません。

4)レスチューブ使用のルールについては、スイム(P15)を参照してください。

5)事前注文の方も、現地でお渡しします。（欠場の場合は、別途連絡）



レスチューブ

検索

<http://restube.jp/>

12、パラトライアスリート等の参加

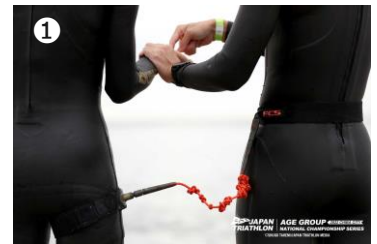
障がいをお持ちの方が複数出場されます。違う機材の使用や走路が異なる場合があります。また、パラトライアスロンのルールを適用します。ご理解、ご協力、ご注意をお願いします。

1)スイムキャップは、ピンク、グリーン、レッドで、同ウェーブの方と違う色です。（P17参照）

2)スイムフィニッシュで、アシスタントが入る選手がいます。

3)視覚障がいの選手は、ガイドと競技します。スイムの際、ガイドロープ（写真①）でつながっています。間に入ったり、つかんでしまわないようご協力ください。

4)視覚障がい選手が、タンデムバイク(2人乗り)で出場します。通常のバイクと違う動きがあります。（写真②）ホイールベースが長いので、コーナー等の走行ライン注意してください。



13、ウェア、ウェットスーツ

<1>レースウェア

1)バイク、ランにおいて、上半身裸で競技すると失格となります。

2)前にファスナーがないウェアを推奨しますが、ファスナーがついている場合は、必ずファスナーを上端まで上げて競技してください。開けている場合は、注意の上、ペナルティの対象になる場合があります。

<2>ウェットスーツ

1)ウェットスーツ着用は義務です。

2)体形にあったウェットスーツを着用してください。

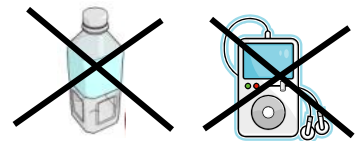
3)ラッシュガード、スイムスキン等では出場できません。

4)サーフィン用やダイビング用などは泳ぎやすい仕様ではありませんので、泳ぐことに向けたトライアスロン用のネオプレン(合成ゴム)で胴体が覆われているものを強く推奨します。

14、携行禁止品

1)各種目において、以下のものは携行できません。

- ・音楽等のプレーヤー
- ・通信機器(バイクでスマートフォンをサイクルコンピューターとして使用する場合は、バイクに固定して外さないこと) (P26バイク参照)
- ・ガラス製品
- ・ペットボトル
- ・カメラ(ただし、大会事務局で広報等のために認められた選手のみ、バイクではバイク等に固定することを条件に装着することができます。)ランでは、手に持ったの撮影が認められます。(右のようなレースナンバーを装着します)



15. スイム

<1> 用具

- 1) 受付時にお渡しする指定のスイムキャップを着用してください。
- 2) ウェットスーツ着用は義務です。(P23ウェア、ウェットスーツ参照)
- 3) アンクルバンドを試泳前にどちらかの足首に着けてください。

<2> スタート方法

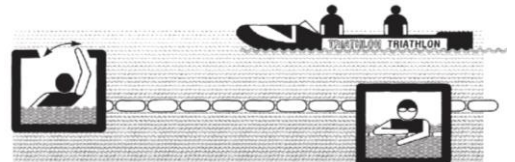
- 1) ビーチスタート(海岸線からのスタート)です。
- 2) スタート順は、第1ウェーブの一部を除き、スイム申告タイム順を基本としています。
- 3) ウェーブスタートで行います。(1ウェーブ100~150人程度で、10ウェーブに分けてスタート)
- 4) ご自身のウェーブに間に合わない場合は、TOが判断した近いウェーブでのスタートとなります。ただしスタートタイムは当初のスタートウェーブのタイムとなります。

<3> スキップスタート

- 1) 以下の条件でスイムをスキップし、バイクに移行することができます。
 - ・ 前日受付で申告があった場合
 - ・ アンクルバンド受け取り時に申告があった場合
 - ・ 試泳後、スタート前までに、スイムスキップ受付に申告があった場合
 - ・ 1周終了時に、スイムスキップ受付に申告があった場合。
(2周目に進んだ後でのスキップは認められません。)
- 2) 救助された場合、スキップはできません。
- 3) スキップした選手は、スイムスタート付近のスキップ待機所で待機し、TOの指示に従ってください。
- 4) 次の種目準備のためトランジションエリアへ出入りする際は、「再入場口」をご利用ください。
(競技中のトランジションエリア入口は使わないでください)
- 5) リレーでのスキップまたは完泳できなかった場合(タイムオーバー含む)は、(P30リレー)を参照してください。
- 6) スキップにてレースをした選手、またはチームの記録は順位付けしません。

<4> 競技中

- 1) スタート前に、スタート地点、折り返し点、周回方法を必ずご確認ください。1周750mを反時計回りで泳ぎ、一度上陸し、2周します。
- 2) 大会当日の試泳は、義務とします。スタッフの指示に従ってください。
- 3) ブイの外を回ってください。
- 4) ブイやコースロープ等につかまってもかまいません。ただし、それを伝って進むことは禁止です。
- 5) 泳ぎがおかしい(方向が定まらない等)選手がいた場合、レスキューを呼んで知らせてください。
- 6) スイム競技を途中棄権する場合、片手を上げてスタッフに「リタイア」の意思表示をしてください。(下図)
救助された選手は、原則として競技を再開することはできません。
- 7) レスチューブを使用し、ひとりで泳ぎきった場合
健康に問題ないと判断されれば、スキップスタートが認められます。



<5> レスチューブの運用ルール

- 1) 石垣島トライアスロン大会では、「レスチューブ」の装着ができます。
- 2) 使用した(膨張させた)場合も、競技は継続できますが、参考記録となります。

<6> スイム中止時の対応

- 1) スイム中止の場合、デュアスロンとなります。スイム会場にはランニングシューズも持参してください。今回は**T1、T2の場所が違いますので、2足準備してください。**
- 2) シューズがない場合は、第1ランをスキップとして競技をすることができます。



<7> その他

- 1) めがね置き場はありません。各自のトランジションエリアに置いてください。
視力が弱い方は、度付ゴーグルをご用意ください。
- 2) スイムフィニッシュ後、シャワー等はありません。
- 3) レース直前の履物について
スタート直前までの履物として、ホテルの使い捨てスリッパを脱ぎ捨てて参加される方がいます。スタート後は、そのまま「ゴミ」となり、**会場を汚して帰ることになります。**
基本は、ご自身の履物を用意し、スタート前に荷物預けに預け、スイム会場までは裸足で移動してください。

16、トランジション

<1> 準備、撤収

●前日、当日共通

- 1)トランジションエリアには、競技中及び競技前後に関わらず、選手及び許可された大会スタッフ以外は入れません。ただし、やむを得ない理由がある場合に限り、TOの許可を得て入ることができます。
- 2)競技に必要な物以外を置くことはできません。
(自転車を示す目印、クーラーボックス等含む)

●前日

3)T2には、受付で渡す、指定の青いトランジションバッグにに入れて、必ずラングッツを預託してください。当日準備はできません。(例：右写真)

●当日

- 4)棒状のバイクラックに添付してあるナンバーシール側にハンドルバーがあるように向けてサドルをかけてください。降車時も同様。(右図)
- 5)指定場所に、他選手の邪魔にならないよう最小限の広さに収めてください。
(ハンドル幅1台分が目安)
- 6)指定時間以内にトランジションのセット場所で余裕をもって行ってください。
- 7)トランジションエリアを囲むフェンスにバイクを立てかけないでください。
- 8)セッティングが守られていないバイクは、選手の了承を得ずに大会スタッフが直します。



雨、風の対策は各自で十分に行ってください。また、競技中に他の選手のものを故意でなくても動かしてしまった場合は、必ず元に戻すようにしてください。

<2> 競技中

- 1)トランジションエリアは、ペダルに片足を乗せての走行も含め乗車禁止です。
- 2)ヘルメットのストラップは、ラックからバイクを外す前にしっかりと締めてください。
バイクフィニッシュ後は、バイクを掛けてからストラップを外してください。
- 3)乗車は、選手の片足が乗車ラインを越えた後に、完全に片足が地面についてから乗車してください。また、乗車ラインを通過してからも押すことはでき、ライン通過直後に乗車しなくてもかまいません。混雑時等ご検討ください。
- 4)降車は、降車ライン手前の地面に、片足が完全についてから降車してください。
また、降車ライン付近が混雑する場合は、安全な場所での降車もご検討ください。
特に、本大会の降車付近は狭いため、周囲を確認の上、安全な場所で余裕をもって降車してください。

★乗車ライン、降車ラインご確認ください。(P10)

★降車の場所を、コースMAP、現地で必ずお確かめください。

- 5)レースナンバーの向きを確認して、次の種目に移ってください。
(バイクは腰側(後から見える位置)、ランは腹側(前から見える位置))

- 6)パラトライアスロンの選手は、別スペースを設けます。

★トランジションエリアマップをご確認ください。(P13-P16)

- 7)トランジションの方法を動画でもご覧いただけます。((QRコード):7分33秒)

<https://www.youtube.com/watch?v=8ZcTY2ctNso>

- 8)T1における注意事項(P18、P19参照)

スイム、または第1ラン終了後、スイム、第1ランで使用、または使用予定だったグッズすべてを白いバッグに入れてください。バッグを回収し、受付を行った市民会館中ホールで返却します。

- 9) T2における注意事項(P18、P19参照)

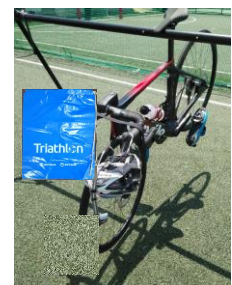
ランスタートの際、ラングッツを入れていた青色のバッグはバイクに掛けるなどして、風で飛ばないようにしてください。競技終了後は、バイクとあわせて各自必ずお持ち帰りいただき、ゴミとならないよう、ご協力ください。(右写真)



《乗車》



《降車》



<3> 撤収

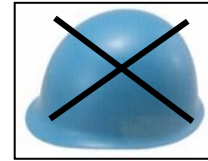
- 1)トランジションエリアを囲むフェンス外から荷物を取り出すことはできません。
- 2)競技終了後のバイク等は、バイクピックアップの公式アナウンス後、指定出入口からのみ順次撤収ができます。競技中にアナウンスがあった場合でも、競技の進行状況により、一時撤収できない場合もありますのでご了承ください。ピックアップの入口、出口はトランジションエリアマップをご確認ください。
- 3)トランジションエリアに入る場合は、必ずレースナンバーをスタッフに示してください。
- 4)14時までに撤収してください。14時以降、自転車等は管理区域外に移動します。

17、バイク

<1> 用具

①ヘルメット

- 1) 自転車競技用ヘルメットを着用してください。
- 2) レース中、コース試走、トレーニング等でのバイク乗車時には、常にヘルメットを着用しなければなりません。



X : 工事用
X : ストラップがゴム製

②バイク

- 1) ロードバイクを推奨します。

◎	ロードバイク	X	ミニベロ
○	TTバイク	X	シティサイクル(俗に言うママチャリ)
X	マウンテンバイク	X	電動アシスト付き
X	クロスバイク		

- ・ いずれにも当てはまらない場合は事前にお問い合わせください。
- ・ パラトライアスロンの方は別途対応します。

- 2) スタンド、泥除け等競技に無関係なものは、取り外してください。(ライト、ベル、反射板はつけたままでも可)

③ 装備品等 (◎必須 ○あるとよい X携行禁止)

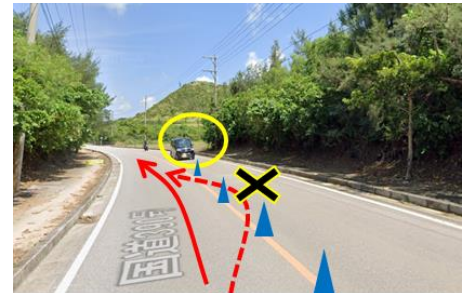
◎	パンク修理セット	X	ペットボトル
◎	バイク用ボトル	X	ヘッドホン、イヤホン等
○	サイクルコンピューター	X	ガラス製品
		X	通信機器
		X	カメラ 7)参照



- 1) バイクコースには、エイドステーションはありません。ダブルボトル仕様等も検討してください。
 - 2) ディスクホイールは使用できますが、石垣島特有の強風が吹く可能性が高いため推奨しません。
 - 3) パンク修理セットは携行してください。また、パンク修理はひとりですることができるように、練習しておくことが必須です。(人の手を借りての修理は失格です。TOを除く。)
 - 4) 音楽プレーヤー等、ヘッドホンをつけての走行、及び機器の携行は禁止です。
 - 5) 通信機器がついているサイクルコンピューターは、第三者と通信をしないことを前提として装着を認めます。ただし、バイクに固定して外さないこと。
 - 6) DHバーの装着は認めます。
 - 7) カメラについて、大会事務局で広報等のために認められた選手のみ、バイク等に固定することを条件に装着することができます。(P21携行禁止品参照)
- #### ④ レースナンバー
- 1) 後ろから見える位置につけてください。

<2> 競技

- 1) 完全貸し切りのコースではありません。一般の方に充分ご注意ください。
また、交通規制がかかりますが、交通状況、安全確保等のため、選手に停止していただく場合もありますのでご了承ください。(計測タイムは止まりません)
- 2) **コース終盤、2023年大会とはコースが変更になっています。**
- 3) コースは1周約40kmのコースです。(実測で40.9kmありますが、大会としての表記は40kmとしています。)
アップダウンや鋭角コーナー等のあるテクニカルなコースですので、十分に練習を積んでご参加ください。
- 4) 逆走は禁止です。
- 5) 一部を除き、車道を片側規制しての走行です。
絶対にセンターラインを越えないようにして走行してください。
- 6) 左側走行で競技してください。追い越しは右側からを厳守してください。
- 7) ホイールストップ(車輪交換場所)は設けません。自身でパンク修理等を行ってください。
- 8) ドラフティング、ブロッキングは禁止です。



- ドラフティング禁止
- ・ 追い越しは20秒以内
- ・ ドラフトゾーンに入ることができるのは、トランジションエリア前後100m、急なターン地点等
- ・ ブロッキング(後続を追い抜けなくする状態)行為は禁止
- ・ オートバイは15m、車両は35mがドラフトゾーンです。
- ・ 追い越された選手は、20秒以内にドラフトゾーンから後退してください。

<3> バイクコース注意箇所

- スタート直後サザンゲートブリッジ下、右側通行して、右折

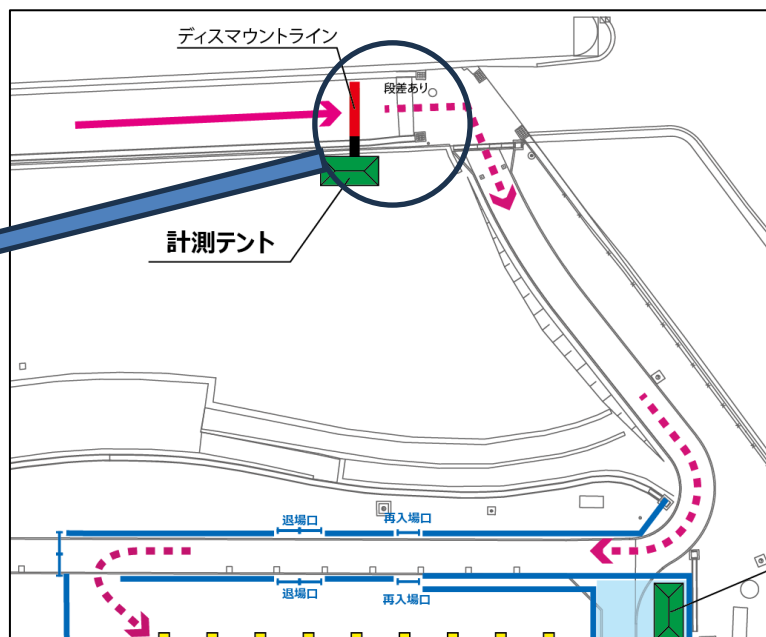
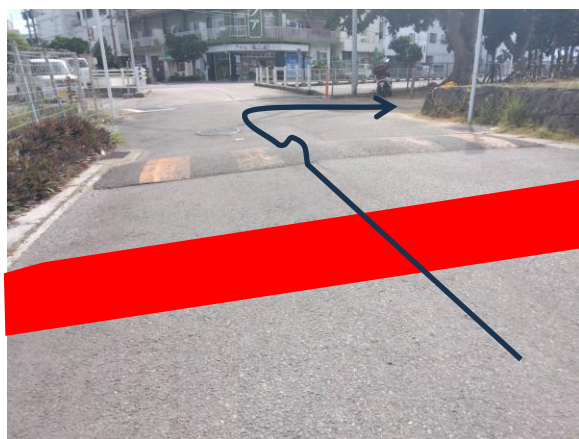


- 31km前後の海岸線に出る際、下って直角に左折 **海側対向車線は車両の通行があります。**



**十分な減速を！
オーバーラン厳禁！**

- バイク降車ライン直後の段差 **よく路面を確認してトランジションに移動してください。**



18、ラン

<1> 用具

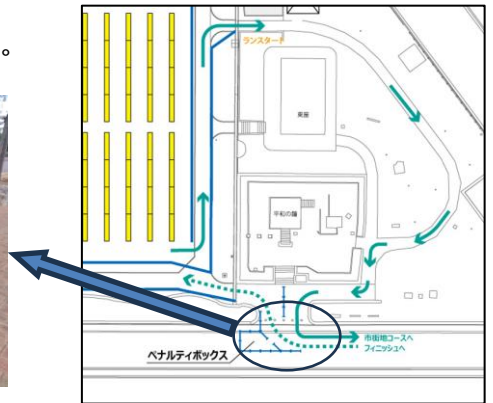
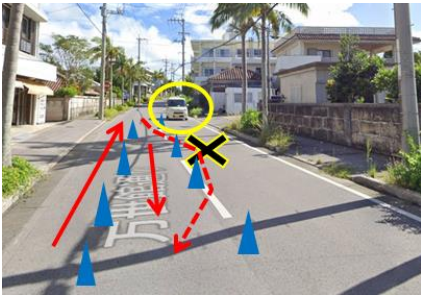
- 1) ファスナーを上げて走行してください。
- 2) レースナンバーを前にして走行してください。
- 3) スマートホン等のカメラ、通信機器の携行はできません。ただし、大会事務局で広報等のために認められた選手のみ、スマートホン等のカメラを手を持っての撮影が認められます。(P23携行禁止品参照)
- 4) ヘッドホンをつけての走行はできません。

<2> 競技中 **★2023年大会とはコースが変更になります。**

- 1) T字型に1往復する10kmコースです。コースマップをご確認ください。
- 2) コースの左側を走行してください。追越しは前走者の右側から前走者に一声掛けると安心です。
- 3) 応援者による伴走はできません。ただし、大会で公式に認められたゲスト等は伴走することができます。右上のような表示をします。
- 4) コースの一部は、車道を片側規制して走ります。**絶対にセンターラインからはみ出さないように走行してください。(下図左)**



- 5) フィニッシュエリアの新栄公園出入口に、動かせない障害物があります。十分に注意して走行してください。(下図中・右)



19、エイドステーション(給水所)

- 1) スイムスタート前、周回、フィニッシュ、ランコース途中(P11参照)、フィニッシュ付近に設置します。
- 2) バイクコースにはありません。ダブルボトルを推奨します。コース上の自動販売機を利用してもかまいません。ただし、ゴミはゴミ箱に捨てるか、お持ち帰りください。
- 3) ランコース、第4、第5エイドは水とスポーツドリンク、その他エイドは水のみとなります。
- 4) テーブルにおいた紙コップを、選手自身でお取りください。
- 5) 使用済み紙コップ等のごみを、規程範囲(リタリングゾーン:ゴミ箱がある範囲)外に捨てた選手はペナルティ対象です。リタリングゾーン内に回収箱を用意します。入れ損ねた場合は、ペナルティの対象にはなりません。



減速しましょう



テーブルに水の入った紙コップを準備します。
ご自身でお取りください。



飲み終わった紙コップは
ゴミ箱に捨てましょう

20、フィニッシュ

- 1) アンクルバンドがマットを通過した時点の計時で行い、着順を決定します。(P23着順参照)
- 2) フィニッシュ直前では、帽子、サングラスを外すことを奨励します。
- 3) 同伴フィニッシュは以下の条件の下、認めます。(他の選手の走行に影響を及ぼす可能性があるための措置です)
 - ・ 選手+2人の合計3人までとします。(個人、リレーとも)
 - ・ 同伴する方は、必ず着衣を身に付けてください。
 - ・ 裸足や、サンダル、ハイヒール等の脱げやすい、もしくは走りにくい靴では同伴できません。
 - ・ 旗等を持ち込むことはできません。
 - ・ 状況により、コースの中央でフィニッシュできないことがあります。
 - ・ 審判の指示にしたがってください。
- 4) アンクルバンドは各自で外し、指定の箱に入れてください。TO、スタッフの指示がある場合は、それに従ってください。
- 5) フィニッシュ後は、速やかにフィニッシュエリアから退出してください。
- 6) バイクピックアップのアナウンスがあった後は、バイクを速やかに撤収してください。

21、ペナルティ

- 1) 違反や危険が予想される行為があった場合は、注意を受けることがあります。
- 2) 注意に従わない場合、警告が出ます。また、停止等のペナルティを果たします。
但し、ペナルティが果たされる前に必ずしも注意や警告が発せられるとは限りません。
- 3) スイムからバイク・ランにおいて、違反があったにもかかわらず、違反場所での停止等のペナルティが果たされなかった場合、あらかじめコース上に設置されたペナルティボックス(PB)に、その選手のレースナンバーを掲示します。対象者は自らボックスに入り、TOの指示に従ってください。
(PB: (P12、P15MAP参照) : ランフィニッシュエリア (新栄公園) 入口付近)
- 4) 主な違反によるペナルティ時間
 - ・ドラフティング違反 2分
 - ・T2ランシューズ当日未設置確認 2分 (ランシューズのみでバイク、ランを行う場合を除く。ただし前日以前日受付で申告の上、T2でチェックを受ける事)
 - ・その他違反 15秒
- 5) 失格に該当する主なもの
 - ・登録本人以外(替え玉)の出場。失格だけでなく、出場停止等の重い処分が下されます。
 - ・ヘルメット未着用あるいは不適合なヘルメットを着用してバイクに乗車した場合
 - ・パンク修理において、人の助力を得ること。(TOの助力は除く)
 - ・TO、スタッフ、観衆への暴言
 - ・ペナルティボックスにレースナンバーが掲示されているにも関わらず、ボックスに入らなかった場合
 - ・意図的に不正な手段によって、他の競技者よりも明らかなアドバンテージを得た場合

22、緊急時の対応

- 1) レースだけでなく、地域の医療、安全を守るため緊急車両が入る場合があります。
- 2) 緊急車両が入る場合は、競技中でも一時競技を止め、緊急車両を優先して通行させます。
- 3) 選手が止まっている時間も競技時間に含まれます。事態をご理解の上、ご了承ください。
- 4) 大会開催中、変調をきたした選手を見かけた場合は、すぐにお近くのスタッフにお知らせください。

リタイヤ、もしくはタイムオーバーした場合

- 1) スイムでリタイヤまたはタイムオーバー
 - ① 一度救護で体調確認をしてください。
 - ② アンクルバンドをスタッフに渡して、体調に問題なければ撤収の準備を行ってください。ただし、バイクのピックアップは、TOの指示に従い可能になるまでお待ちください。
- 2) バイクでリタイヤ
 - ① TOにリタイヤを申告し、指示に従ってください。TOはオートバイ等で巡回しています。
 - ② アンクルバンドをTOに渡してください。
 - ③ 救急搬送された場合を除き、必ずトランジションに戻り、TOにリタイヤした旨を伝えてください。
途中でリタイヤしたまま、帰宅等は絶対に避けてください。行方不明選手として捜索が必要になります。
※メカトラブルは、ご自身で対応することが基本です。パンク等の修理ができるようにしてください。
- 3) バイクでタイムオーバー
 - ① タイムオーバーを指示された場合、自走でトランジションに戻るか、回収車で回収するかの指示に従ってください。自走で戻る場合も、コースを走行し、交通法規を遵守してください。
 - ② アンクルバンドをTOに渡してください。
 - ③ 必ずトランジションに戻り、TOにタイムオーバーした旨を伝えてください。リタイヤと同様、そのまま帰宅等しないでください。
- 3) ランでリタイヤ
 - ① TOにリタイヤを申告し、指示に従ってください。TOはオートバイ等で巡回しています。
 - ② アンクルバンドをTOに渡してください。
 - ③ トランジションに戻り、TOの指示に従い可能になったらバイクピックアップの準備をしてください。
- 4) ラン関門でタイムオーバー
 - ① 運動公園復路(第5) エイドステーションでタイムオーバーにより進行できなくなった場合、TOの指示にしたがってください。
 - ② 道路規制時間外になる場合は、歩道からお帰りください。
 - ③ トランジションに戻り、TOの指示に従い、可能になったらバイクピックアップの準備をしてください。

リレー

- 1) アンクルバンドを引き継ぐことで、リレーが成立します。必ず、各選手が足首につけて競技をしてください。
- 2) アンクルバンドの引き継ぎは、リレー待機場所で行ってください。
- 2) フィニッシュは、3人で行うことができます。詳しくは（P28フィニッシュ）をご確認ください。
- 4) 競技中の選手以外はトランジションエリアに入れません。バイク、ラン担当選手の競技用具はトランジションエリア外に持ち出して準備してください。
- 5) 各選手の荷物
 - ・ 応援の方に預けない（自身で管理）の場合は以下のようにできます。
 - ・ スイム選手：指定の透明袋（受付で申告）（P18、P19参照）に入れて、T 1のバイクラック付近のフェンス側に置くことができます。出入りは、再入場出入口から行ってください。
 - ・ バイク選手：指定の袋（受付で申告）に入れて、手荷物預かりに預けてください。受付会場と同じ市民会館中ホールでお渡しします。
 - ・ ラン選手：指定の透明袋（受付で申告）に入れて、T 2リレーゾーンの待機所内に置くことができます。リレーゾーンへの出入りは、再入場出入口をご利用ください。
 - ・ 荷物を取り出す際は、レースナンバーとの照合を行いますので、必ずレースナンバーをご持参ください。
- 6) スイム
 - ① アンクルバンド、スイムキャップは、スイム担当選手が受け取ってください。
 - ② スイムエリアにはスイム担当選手のみ入ることができます。
- 7) バイク
 - ① バイク担当選手は、スイムフィニッシュ想定タイムまでに、バイクの服装で、レースナンバーをつけて、T 1のリレー待機場所(スイム⇒バイク)に集合してください。
 - ② バイクシューズは、バイクにつけておいても、履いて待ってもかまいません。
 - ③ ヘルメットは事前に着用しておくことを推奨します。
- 8) ラン
 - ① ラン担当選手は、バイクフィニッシュ想定タイムまでに、ランの服装で、レースナンバーをつけて、T 2のリレー待機場所(バイク⇒ラン)に集合してください。
- 9) スイムでスキップ、またはリタイア、タイムオーバーがあった場合
 - ① スイム担当者は、TOにアンクルバンドを渡してください。その後については、（P29リタイア、もしくはタイムオーバーした場合）を参照してください。
 - ② バイク担当者は、スキップ待機場所でそのアンクルバンドを受け取り、指定時刻にスタートしてください。（アンクルバンドは、予備のものを付ける場合もあります）
- 10) バイクでリタイア、タイムオーバーがあった場合
 - ① バイク担当者は、TOにアンクルバンドを渡してください。その後については、（P29リタイア、もしくはタイムオーバーした場合）を参照してください。
 - ② ラン担当者は、アナウンス等でバイクのリタイア情報を得たら、スキップ待機場所の審判にリタイアチームのラン担当であることを伝えてください。予備のアンクルバンドを受け取り、TOの指示でスタートしてください。
- 11) ランでリタイア、タイムオーバーがあった場合は、競技は終了となります。
- 12) リレーでメンバー不足となった場合
 - ① 2人または1人で競技することができます。出場選手が、途中でリタイアした場合も同様の運用を行います。
 - ② 2人の場合、1人が2種目を続ける、もしくは、1種目ずつ交代し競技してもかまいません。
※TOへの事前の報告が必要
 - ③ 3人未満で競技した場合、順位付けされません。
 - ③ フィニッシュ後の支給物は、人数分お受け取りください。

注意事項

1、表彰式

- 1)個人総合男女1~3位、各年代別1~3位、リレー総合1~3位
八重山郡大会総合男女1~3位は表彰式を行います。※八重山郡字別表彰は、後日表彰。
フィニッシュエリア表彰用ステージ付近にお集まりください。

2、棄権(リタイア)

- 1)安全が最優先です。レース前やレース中に体調が優れない場合は「勇気あるリタイア」が正しい選択です。
- 2)リタイアする場合は、必ず近くのスタッフに「リタイア」する旨と「レースナンバー」を報告し、アンクルバンドを本部までお持ちいただくか、スタッフにお渡しください。

3、リザルト、完走証

- 1)速報は、フィニッシュエリアの電光掲示板で行います。全選手のリザルトはホームページ、SNSでご確認ください。
- 2)速報は、システムウェイ(右URLまたはQRコード)でご確認ください。
- 3)完走証は、後日ホームページから無料でダウンロードできます。(当日配布はありません。)



<https://systemway.jp/24ishigaki>

4、メカニックサービス(予約制導入)

- 1)事前に十分に整備されたバイクでご出場ください。
- 2)メカニックサービスの利用は有料です。(¥2,000+実費)
昨今の大会で、自分での点検無しに、安易にメカニックサービスを利用し、本当にメカニックサービスの利用が必要な選手にサービスが提供できない事態が発生しています。必要な方はご利用いただきたいのですが、まずは事前にご自身またはバイクショップでの点検、整備をお願いいたします。
- 3)お支払いは、現金、カード、QR決済等に対応しています。ただし、通信状況により不具合が生じる場合があります。
- 4)混雑緩和のため、予約制度を導入します。(前日のみ)
 - ・フリーレーン(予約なし)も設けますので、空いていればそのままサービスが受けられます。
 - ・右のURLまたはQRコードから事前予約ができます。または、当日現地で予約してください。
 - ・予約が空いている場合、臨時フリーレーンとして対応しますが、予約時間になった時点でフリーレーンの次の順番にお並びいただけます。
 - ・予約時間内で整備が終わらない場合、バイクを預かり、後程取りにきていただく場合があります。
 - ・予約時刻から5分経過してもお見えにならない場合、キャンセルとみなす場合があります。
 - ・予約の変更、キャンセルがある場合は、忘れずに修正してください。
 - ・予約枠でのサービスは20分です。
 - ・予約枠でお越しいただいても10分程度お待ちいただく場合があります。



https://www.okirin.com/reserve/cgi-bin/rsv_reserve.cgi?type=5&branch=29

◆バイクチェック表(ご自身でしっかり確認しましょう)

パーツ	詳細	チェック	パーツ	詳細	チェック
ブレーキ	ブレーキシュー摩耗		その他	DHバー固定	
	取り付け位置			ボトルケージ最低1個	
	ブレーキワイヤー			Di2バッテリー残量	
	効き具合			フレーム破損・クラック	
タイヤ	タイヤの摩耗			ハンドル固定	
	タイヤの損傷			ステム固定	
	タイヤの空気圧			ヘッドのガタ	
ホイール	ホイールの振れ・ガタ			サドル固定	
	スポークテンション			ペダルのガタ	
	クイックレバーの固定			クリートの摩耗	
変速ギア	フロント変速			各ボルトの増し締め	
	リア変速			注油(チェーン、メカ等)	
	変速ワイヤー				
	(Di2含む)				

WEB競技説明会、ルール等理解テスト、移動方法アンケート

- ・右のURL、QRコードからWEB競技説明会を必ず視聴してください。
- ・その上で、移動アンケート&理解度テストに必ずご回答ください。
※リレーは代表者が回答し、メンバーに伝えてください。

◆4月1日(月)~4月11日(木)



WEB競技説明動画
ホームページ



移動アンケート&理解度テスト
(リレーは代表者が回答)

<https://forms.gle/WwF6VfGrQdVHQpeP9>

盗撮防止について

JTUでは、大会会場での盗撮防止に努めています。
近年、大会会場における盗撮行為がいくつか報告されています。特に女子選手はフィニッシュ後にタオルを巻く等の自己防衛対応をお願いいたします。尚、盗撮行為と疑わしき場合を発見した際は、お近くの大会関係者までお知らせください。

大会保険について

2024年度JTU都道府県競技団体・学連会員は、会員特典の保険に加入しています。(下表：左)あわせて、別途大会保険(下表：右)に加入しています。競技中の負傷等に対する主催者の補償は、加入する保険の適用範囲内です。また機材・備品の補償は一切ありません。次の補償内容を必ず確認のうえ、不足と思われる方は、各自において別途保険に加入してください。

会員特典保険の詳細は、JTUホームページをご確認ください。

◆会員特典保険

加入対象者	傷害保険金額				賠償責任保険 支払限度額	突然死 葬祭費用 保険 支払 限度額
	死亡	後遺障害 (最高)	入院日額 (1~180日 限度)	通院日額 (1~30日 限度)		
子ども (中学生以下)	3,000 万円	4,500 万円	4,000 円	1,500 円	5億円 ※2	180 万円
64歳以下	2,000 万円	3,000 万円	4,000 円	1,500 円	5億円 ※2	180 万円
65歳以上	600 万円	900 万円	1,800 円	1,000 円	5億円 ※2	180 万円

※1 年齢の判断は、保険年度初日の4月1日時点を基準とします。
※2 対人・対物賠償合算1事故(ただし、対人賠償は1人1億円)

◆大会保険

給付内容/原因	傷害
死亡保障	1,500万円 (傷害保険)
後遺障害補償	45~1,500万円 (傷害保険)
入院見舞金	5,000円×日数
通院見舞金	2,500円×日数

- ★熱中症危険補償特約付
- ★食中毒補償特約付

石垣島トライアスロン大会事務局

TEL:0980-87-0085

E-mail:info@ishigaki-triathlon.jp

怪我をした場合は、大会事務局にご相談ください。

落とし物、忘れ物

- 1)落とし物を拾った場合は、大会本部にお届けください。
- 2)落とし物、忘れ物をした場合は、大会事務局にメール(右メールアドレス、QRコード)でお問い合わせください。お問い合わせの際、アイテム、色、サイズ、特徴等、具体的にお知らせください。
- 3)ボトルに入った水分等は、廃棄させていただきます。
- 4)大会終了後、大会事務局で保管しますが、1か月を経過した時点で処分させていただきます。



info@ishigaki-triathlon.jp

ドーピングコントロール

今大会では、日本アンチ・ドーピング規程(日本アンチ・ドーピング機構<以下JADAと示す>ホームページ <https://www.playtruejapan.org/>より入手可能)に基づき、競技会内でドーピング検査が行われる可能性があります。来場の際は、必ず写真付き身分証明書(パスポート、学生証、運転免許証等)をご持参ください。

ドーピング検査の対象となった競技者は、競技終了後、通告を受けます。通告者(ドーピング検査員、シャペロン)の指示に従ってください。尿もしくは血液または両方の検体提供の拒否または回避をすることは違反行為とみなされることがあります。検査の過程はJADAホームページの「トップページ → アスリート&競技団体の方へ → 競技会に参加するすべてのアスリート → ルールについて知る → ドーピング検査手順(尿、血液)」をご参照ください。

エイジアスリートの方も対象になる可能性がありますので、普段からアンチドーピングに関してもご配慮ください。

競技中に接触事故が発生した場合

競技中に万が一接触事故等があった場合、近くのスタッフにお声がけの上、怪我の有無に関わらず必ずその場に留まり大会側の指示に従ってください。

災害等への対応

- ・大地震が発生した場合は、競技を中断、中止する場合があります。
- ・津波が発生する場合があります(最大10m以上予測)。注意報が発令された場合、海から離れ、スタッフの指示に従ってください。状況により高台等安全な場所へ避難が必要です。避難ビル等、右のQRコードからWEB版防災マップでご確認ください。
<https://www.city.ishigaki.okinawa.jp/section/hazardmap/>
- ・弾道ミサイル等の飛翔体が発せられた場合、全国瞬時警報システム(Jアラート)、石垣市防災無線等の情報にご注意ください。



石垣市WEB版防災マップ

その他

- 1)「夏」の気候として準備をしてください。前日から十分な水分補給をしてください。飲酒は水分補給どころか脱水につながります。前日の飲酒はお控えください。
- 2)雨、風等、天候によっては寒い場合も考えられます。寒さ、雨対策も考慮してご参加ください。
※1)、2)については、応援の方もご注意ください。
- 3)ラン競技中は、帽子の着用を推奨します。
- 4)大会開催中、変調をきたした選手を見かけた場合は、すぐにお近くのスタッフにお声がけください。
- 5)体調不良、睡眠不足等は、大きな事故につながります。絶対に無理な出場はしないでください。
- 6)スケジュール、ローカルルールの変更等があった場合は、本部に掲示の上アナウンスします。
- 7)ゴミは各自お持ち帰りください。
- 8)貴重品は各自で管理をお願いします。
- 9)仮設の更衣室を用意します。
- 10)アンクルバンドの返却漏れがあった場合は、大会本部まで必ずご返却ください。紛失した場合、実費を請求させていただきます。
- 11)テレビ、新聞等の取材が入り、場所を確保する場合があります。ご協力をお願いします。

- ・観戦可能エリア以外の場所は、選手以外は入ることができません。
- ・バイク、ランコースにおいては、人家、植栽、畑等に入らないようにしてください。

スイム会場・フィニッシュ会場の入場可能な範囲は限られておりますので、ご入場の際は案内に従い選手や競技の妨げにならないようご注意ください。

スイム会場までの行き方

会場までお越しの際は、お車以外の方法でお越してください。
サザンゲートブリッジは規制を行っており、車では渡れません。
徒歩で渡るようお願いいたします。会場周辺の路上駐車は競技の妨げにもなりますので禁止です。



サザンゲートブリッジを渡った後、
緑地公園駐車場脇の歩道を
人工ビーチの方へ進みます。
人工ビーチ到着後は誘導に従い
スイム会場内の観戦エリアへと
お進みください。
お帰りの際は同ルートを逆行
してください。



TRIATHLON
ISHIGAKI
YAHEYAMA ISLANDS

アクセス、会場周辺図

新栄公園
第2トランジション(T2)
フィニッシュ会場

石垣市市民会館
4/20(土) 大会前日
・受付
・バイク輸送受取
・メカニックサービス
・インフォメーション
・物販ブース
4/21(日) 大会当日
・荷物受取
・バイク発送受付

4/19(金) 大会前々日
・試泳会場

会場周辺・市街地案内図

石垣空港～市街地までの
所要時間と料金

バス
時間：約30～45分 料金：500円～
タクシー
時間：約30分 料金：約3,300円(目安)

臨時駐車場
※4/21 大会当日のみ

第1トランジション(T1)
(スイム→バイク)

スイム

● …コンビニエンスストア
P … 駐車場(有料)

臨時駐車場

**石垣島トライアスロン大会2024
臨時駐車場 案内図**

- 1) 以下の臨時駐車場をご利用ください。
- 2) 満車の場合は、近隣のコインパーキングをご利用ください。
- 3) 駐車場には限りがあるため、なるべく車両での移動をご遠慮ください。
- 4) 指定駐車場、コインパーキング以外に駐車しないでください。

選手・来場者
駐車スペース

スタッフ・関係者
駐車スペース

スタッフ詰所