

福山かわまちトライアスロン2024

JTUエイジNCSランキング対象大会 ミドルディスタンス

ミドルリレー
スプリント

<大会概要>

<競技説明会資料>

大会概要(1)

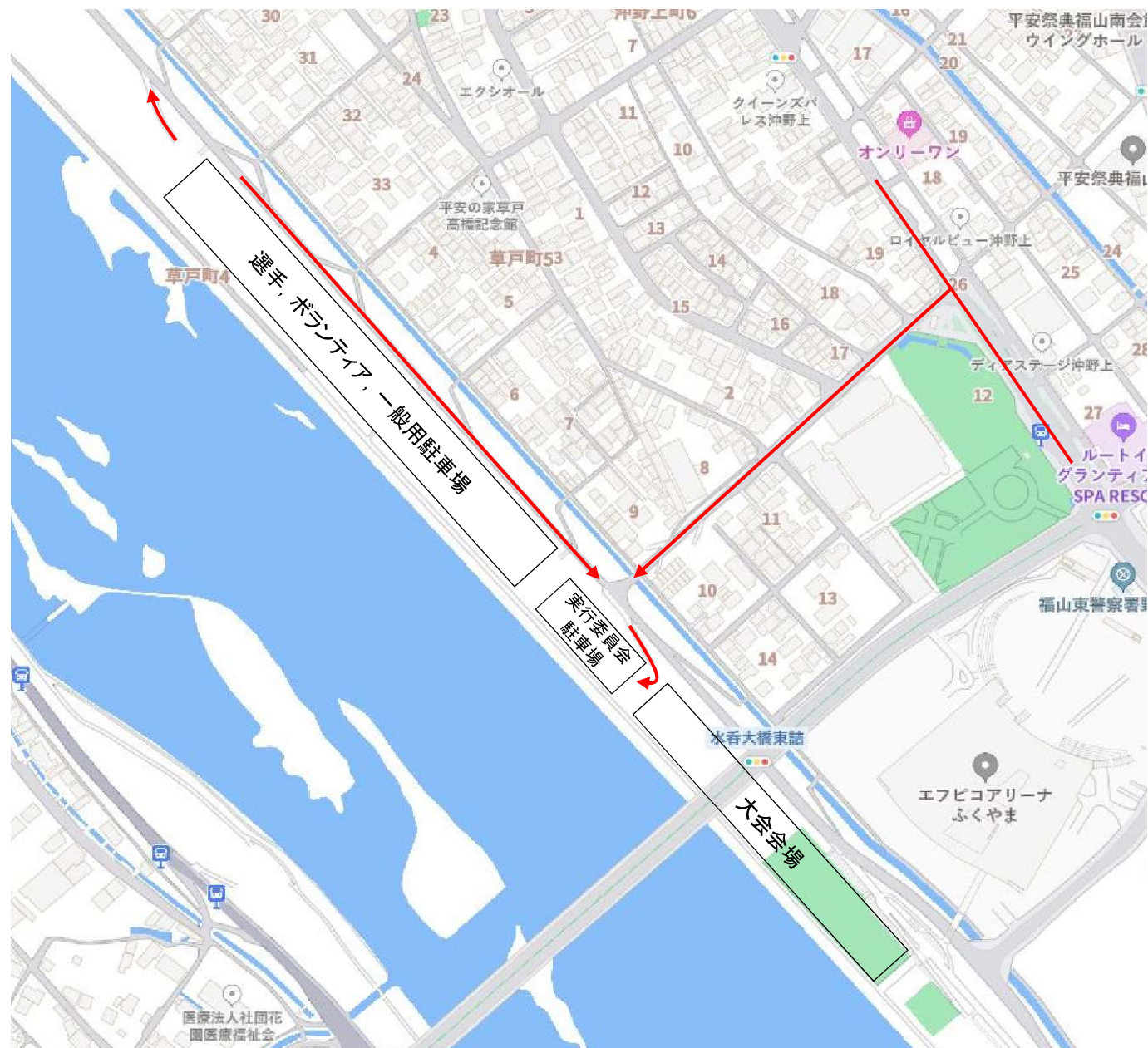
大会名称	福山かわまちトライアスロン2024
開催日程	2024年6月9日(日)
開催場所	広島県福山市 芦田川(かわまち広場)及び周辺地域
競技距離	
	スプリントディスタンス SWIM 600m / BIKE 20km / RUN 6km
表彰	スプリントディスタンス女子 表彰 1位、2位、3位

選手皆様

大会会場来場之际して

車で来场される場合は、

赤色のルートでお越しください。



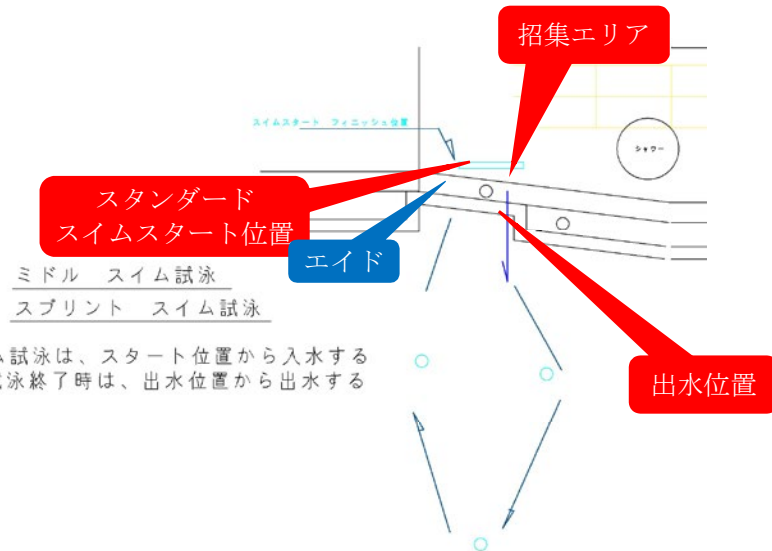
大会に向けた準備・確認事項(1)

大会当日までに行うこと	
競技説明	HPで確認


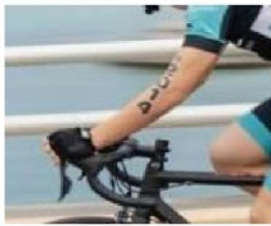




受付支給物 (大会前日、支給物配布有り 6/8(土)15:00~17:00 6/9(日)5:30~6:30)	
トランジションバック	1袋
レースナンバー(ゼッケン)	2枚(バイク:背面、ラン:前面) リレーは3枚(バイク2枚、ラン1枚)
バイク・ヘルメットステッカー	一体型1枚(バイク:左側面、ヘルメット:正面、左側面)
スイムキャップ	1枚
Tシャツ	各サイズ
タオル	1枚
アミノバイタル	1袋
OS-1	1個

スタート前支給物(当日)	
計測用アンクルバンド	スイムエリアにてお渡しします。 (フィニッシュ後、又はリタイヤ時要返却)

大会に向けた準備・確認事項(2)

試走・試泳について	
バイク・ラン	<p>①大会当日以外でも試走はできますが、各自の責任において試走を行ってください。 大会当日の競技中以外での怪我等については保険の適用ができませんのでご了承ください。</p> <p>②バイク乗車時は、必ずヘルメットを着用願います。</p>
スイム	<p>①試泳時間 6/9(日)大会当日 7:00~7:30</p> <p>②試泳コースについてはスタッフの指示に従ってください。</p>  <p>スタンダード スイムスタート位置</p> <p>エイド</p> <p>招集エリア</p> <p>出水位置</p> <p>スイムスタート フェニックス池</p> <p>ミドル スイム試泳 スプリント スイム試泳</p> <p>スイム試泳は、スタート位置から入水する スイム試泳終了時は、出水位置から出水する</p>

大会に向けた準備・確認事項(3)

ボディナンバー・レースナンバー貼付け位置	
ボディナンバー	<p>位置: 左右の上腕部</p> <p>但し、袖付きウェアの場合は前腕部にマジックで書く</p> <p>※レースナンバーが全て見える様にマジックで書くこと。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;"> <p>〈上腕部〉</p>  </div> <div style="text-align: center;"> <p>〈前腕部〉</p>  </div> </div> <p style="text-align: right; margin-top: 20px;">マジックで記入願います。</p>
レースナンバー貼付け位置	<p>貼付け位置</p> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="text-align: center;"> <p>〈バイクシール 大1枚〉 左側面</p>  </div> <div style="text-align: center;"> <p>〈ヘルメットシール 小2枚〉 正面・左側面</p>  </div> <div style="text-align: center;"> <p>〈レースナンバー〉</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <p>バイク: 背面</p>  </div> <div style="text-align: center;"> <p>ラン: 前面</p>  </div> </div> </div> </div> <p>※安全ピンは出来るだけお控え願います。 安全ピンを使用しないナンバーベルトを推奨しております。</p>

大会に向けた準備・確認事項(4)

計測用アンクルバンド取付け位置

取付け位置: 左右片方の足首



計測用アンクルバンド

注意事項

- ①計測用アンクルバンドは各タイム計測に使用いたしますので、競技が終わるまで取外さないこと。
但し、リレーに出場される場合は「バトン」として使用するため、その限りではない。
- ②棄権した選手は計測用アンクルバンドを大会スタッフ(審判員)へ渡すこと。
取付けたまま大会会場及びコースを移動しないこと。
- ③計測用アンクルバンドを紛失した場合は弁償いただくこととなりますので、ご承知おき願います。

大会に向けた準備・確認事項(5-1)

トランジションエリアでの注意事項	
トランジションエリア 持込み禁止物	<ul style="list-style-type: none">①競技に関係が無い物②トランジションバッグに入らない物
トランジションエリア 持込み可能物	<ul style="list-style-type: none">・トランジションバック(本大会支給のトランジションバック)・ランシューズ・バイクシューズ・ヘルメット・バイクに取り付けたサドルバック、フレームバック等・シューズの中に入れたソックス等・ヘルメット内に入れたサングラス等・バイクに掛けたレースナンバーベルト等 <p>※脱いだウエットスーツ等は、トランジションバックに収納して袋の口をしぼること</p>
<p>※持込み禁止物や大会側が危険と判断した物が置かれている場合は大会側の判断で撤去いたしますのでご承知おき願います。</p>	

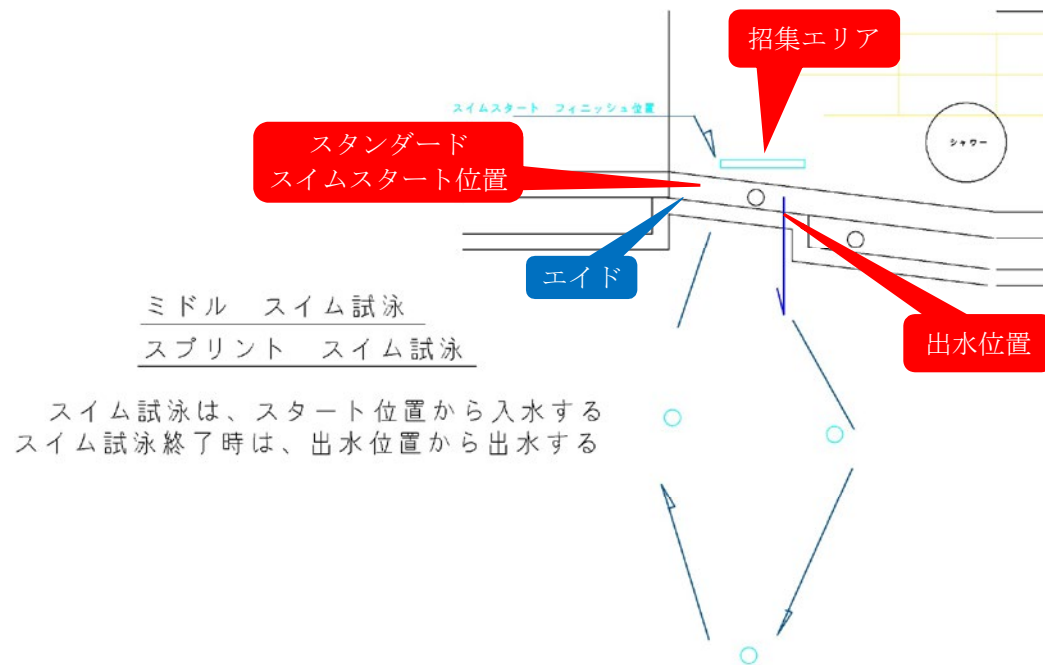
大会に向けた準備・確認事項(6)

トランジションエリア及び乗降車時の注意事項	
バイクの掛け方	<ul style="list-style-type: none">・バイクラックに貼付けてあるレース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。 
乗降車方法	<ul style="list-style-type: none">・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ください。・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。 <p>〈乗車〉</p>  <p>〈降車〉</p> 

スケジュール

6月8日(土)	大会前日
15:00～17:00	選手受付 大会支給物配布 (レースナンバー、バイク・ヘルメットステッカー、スイムキャップ、トランジションバック、Tシャツ、タオル、OS-1、アミノバイタル)
6月9日(日)	大会当日
5:30～6:30	選手受付 大会支給物配布
5:30～7:30	トランジションエリア オープン
6:30～7:00	アングルバンド配布 (スイム招集エリア)
7:00～7:30	スイムウォーミングアップ : ミドルディスタンス スプリントディスタンス
7:30～7:40	ライフセーバー説明会、デモンストレーション(スイム招集エリア)
7:40～7:50	競技説明会(スイム招集エリア)
7:50～	開会式(スイム招集エリア)
8:00～	ミドルディスタンス スタート ※ローリングスタート
9:30～	スプリントディスタンス スタート ※ローリングスタート
11:30～(予定)	表彰式
11:30～(予定)	トランジションエリア バイクピックアップ

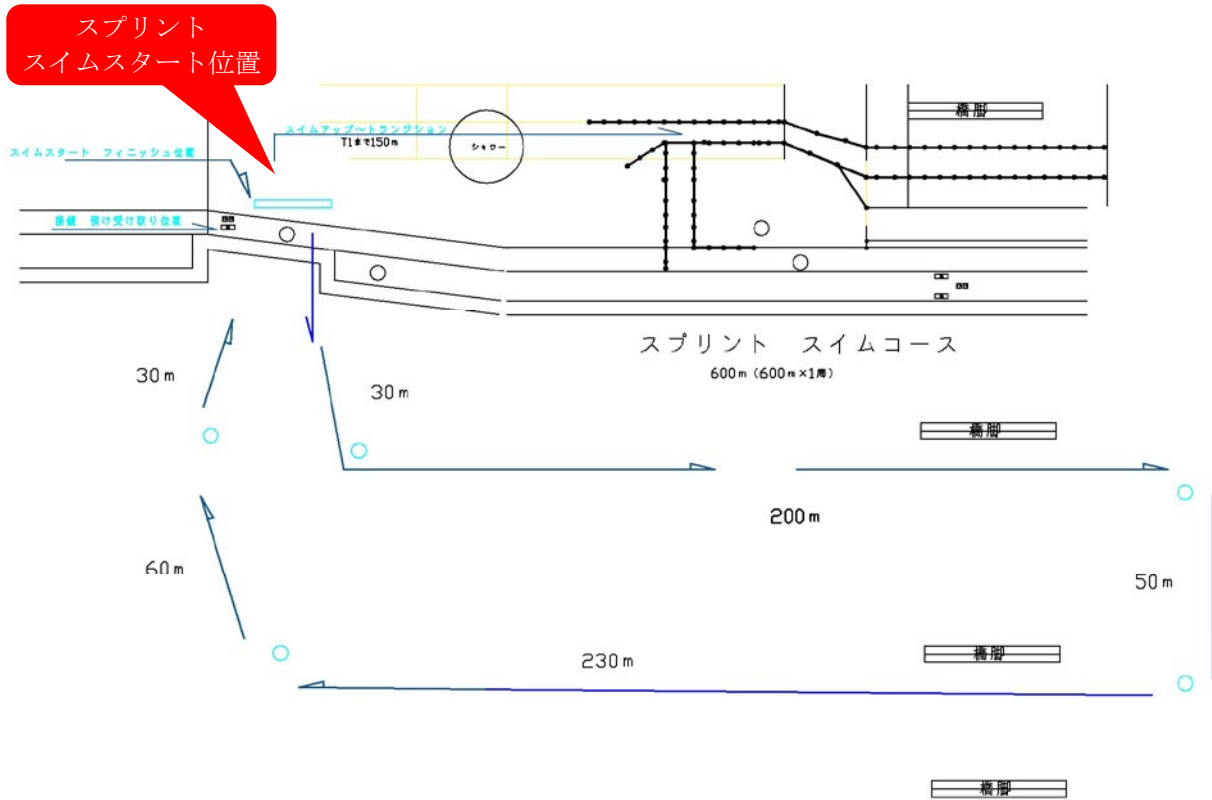
スプリント スイムウォーミングアップ



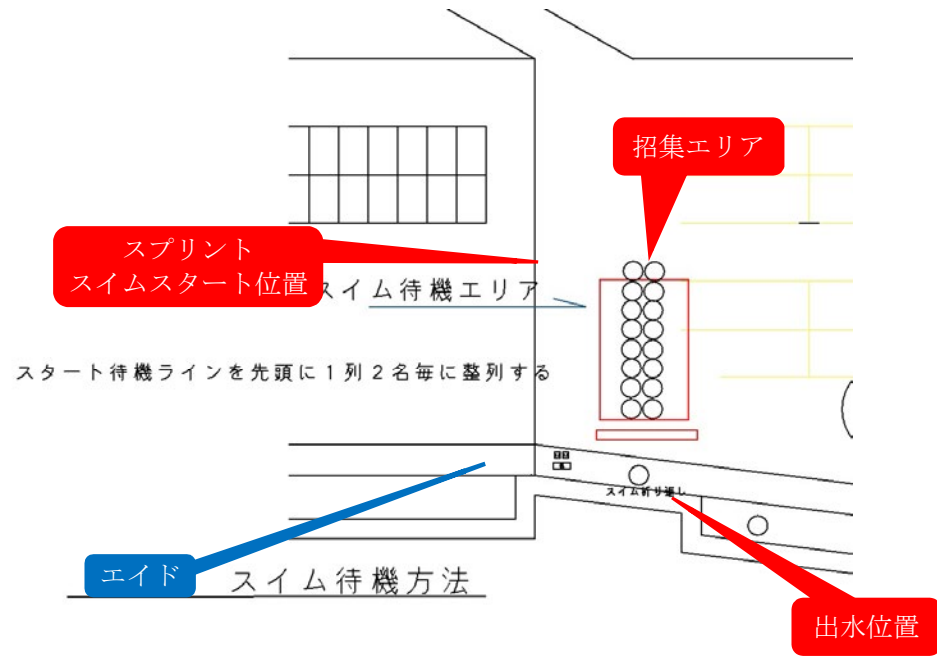
1. スイムウォーミングアップは、スイムスタート位置から入水する。
2. スイムウォーミングアップは、スタート位置各ブイまでの間で往復する。
3. 時計回りでスイムウォーミングアップを行う。
4. スイムウォーミングアップ終了時は、スタート位置の沿岸にある出水位置から出水する。

スイムコース

スプリントディスタンス(600m)

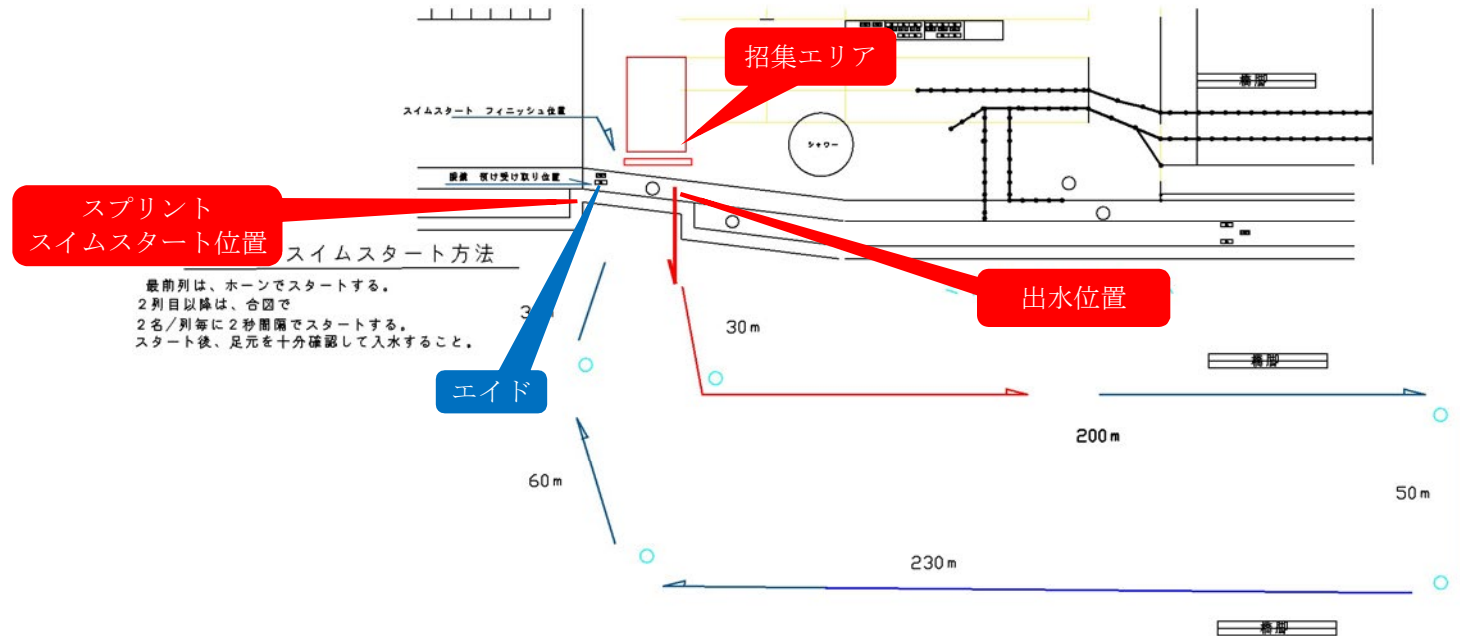


スプリント スイムスタート前待機方法



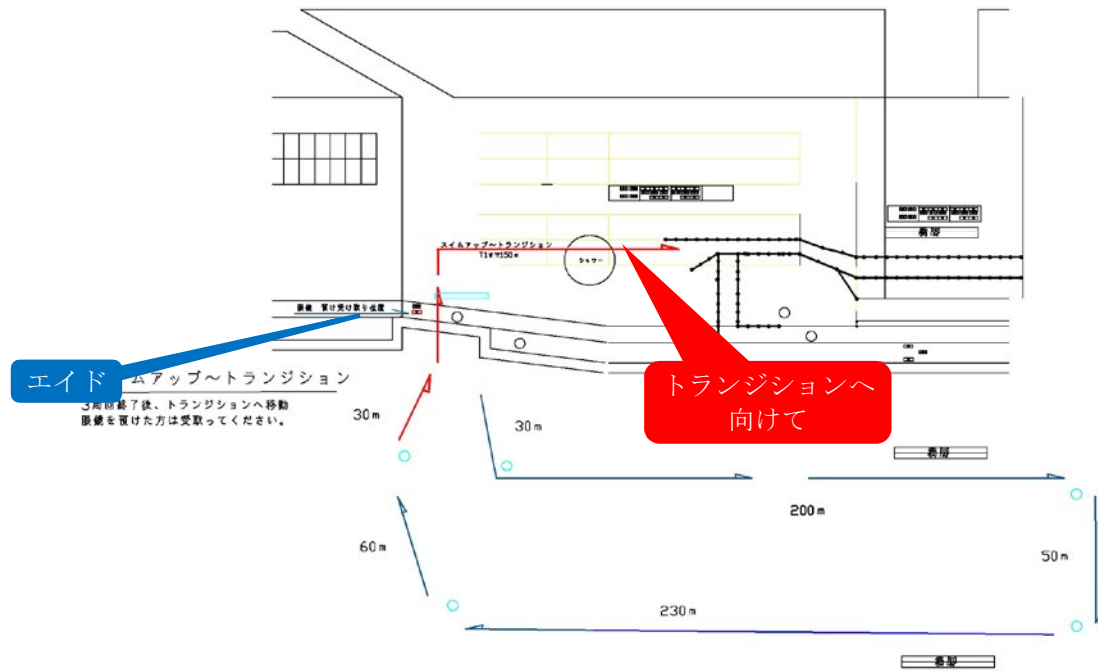
1. スイムスタート待機は、2列に整列する
2. レースナンバー順に並ぶ。

スプリント スイムスタート



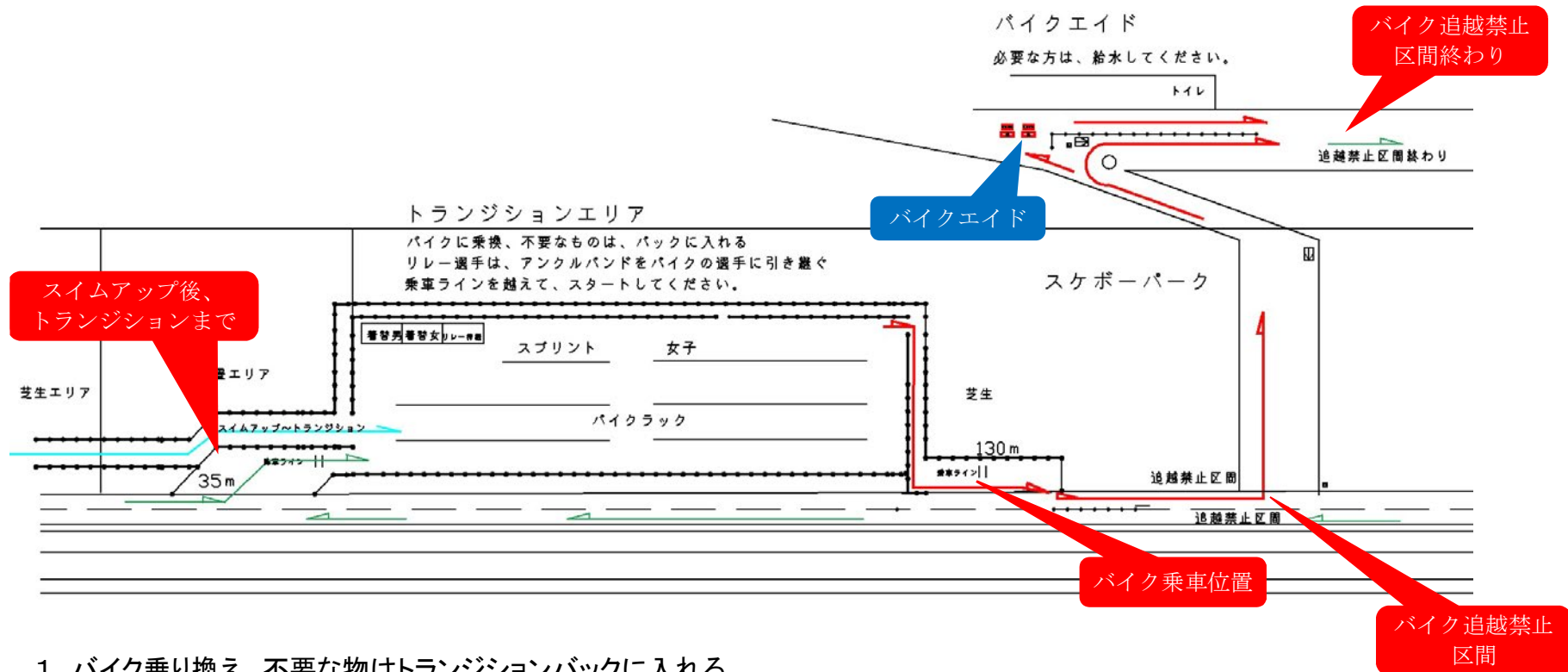
1. 最前列は、ホーンでスタート
2. 2列目以降は、合図で2名/列毎で2秒間隔でスタートする
3. スタート後、足元を十分確認して入水すること

スプリント スイムアップ



1. スイムアップ後トランジションへ向けて。
2. 水分の必要な方は、補給してください

T1-トランジション-バイクスタート-エイド



1. バイク乗り換え、不要な物はトランジションバックに入れる
2. 乗車ラインを越えてスタートしてください

バイクコース

スプリントディスタンス20km 2周回

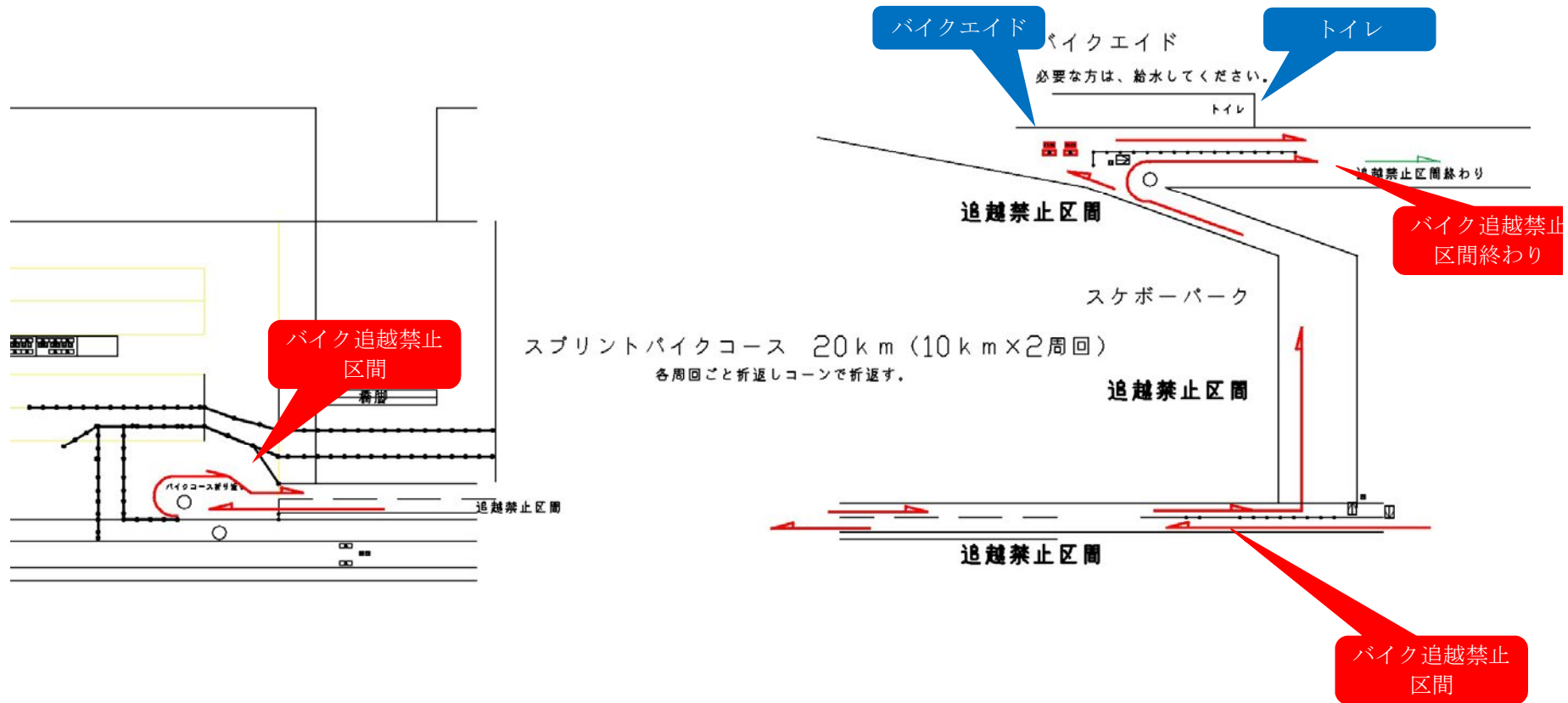
本部折返しからスケボーエリアまでの250m 小水呑大橋420m区間は道路巾が狭いため**追越禁止**とする・ペナルティあり



バイクコース

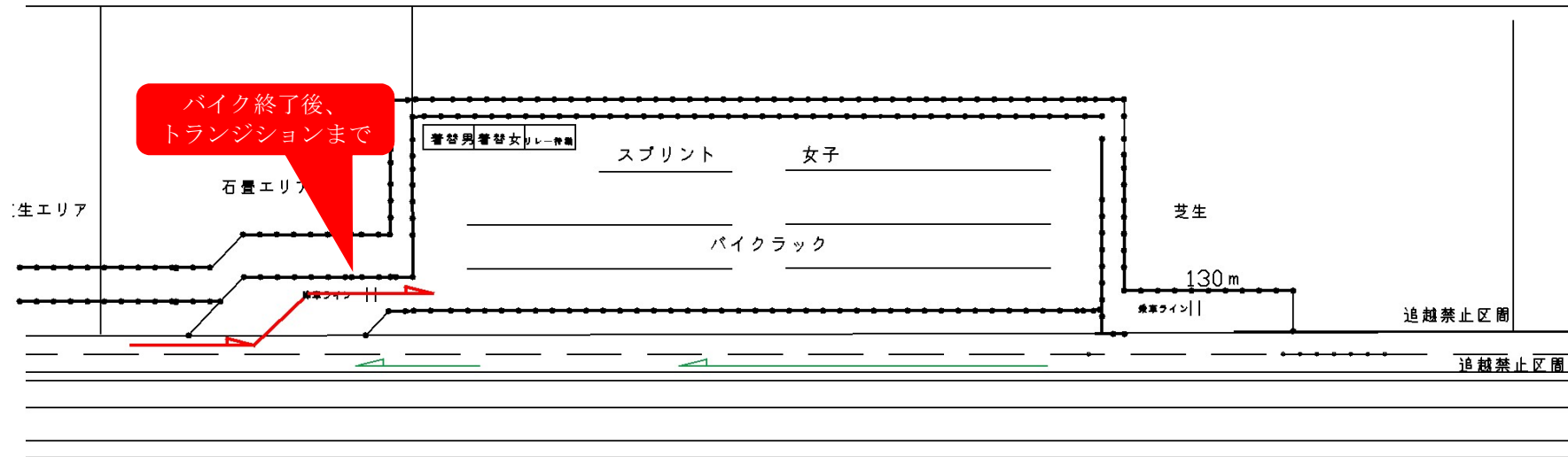
スプリントディスタンス20km

本部折返しからスケボーエリアまでの250m 小水呑大橋420m区間は道路巾が狭いため**追越禁止**とする・**ペナルティあり**



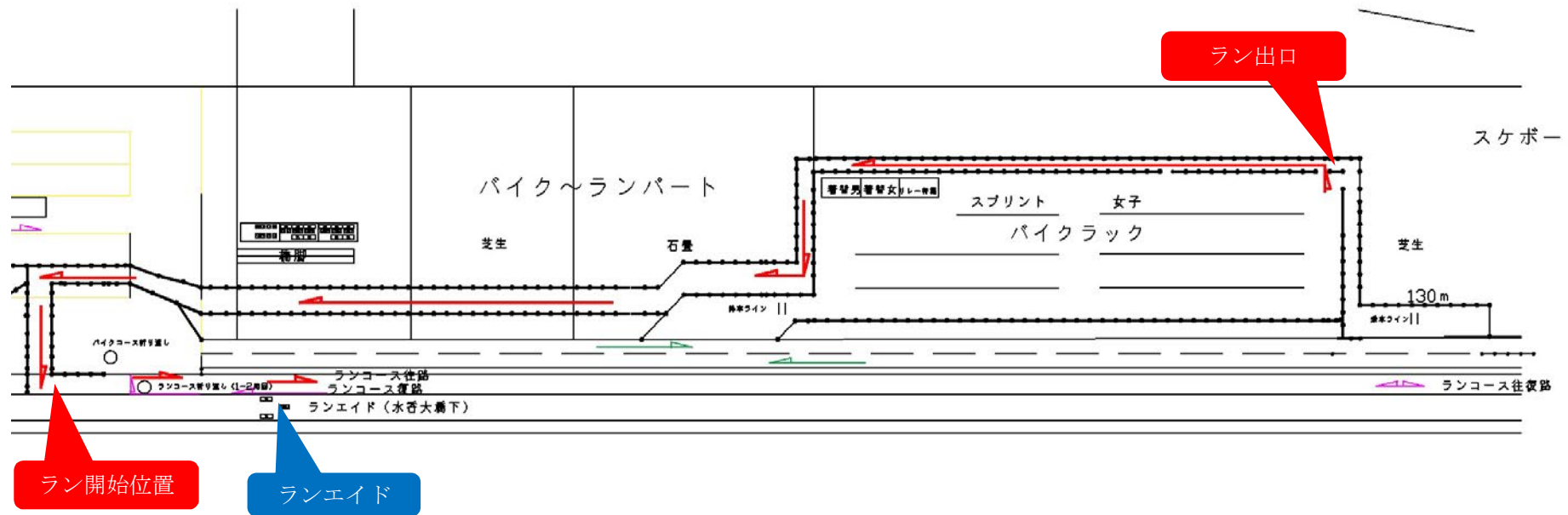
T2-トランジション-バイク降車

バイク～ランパート
降車ライン通過後、降車。



1. 降車ライン手前で降車してください
1. バイクを所定の位置にかけ、不要な物はトランジションバックに入れる

T2-トランジション-ランスタート-エイド



1. トランジション ラン出口から出てください
1. ラン開始位置まで移動

ランコース

スプリントは1周回し、フィニッシュエリアへ



T2-トランジション-ランスタート-エイド

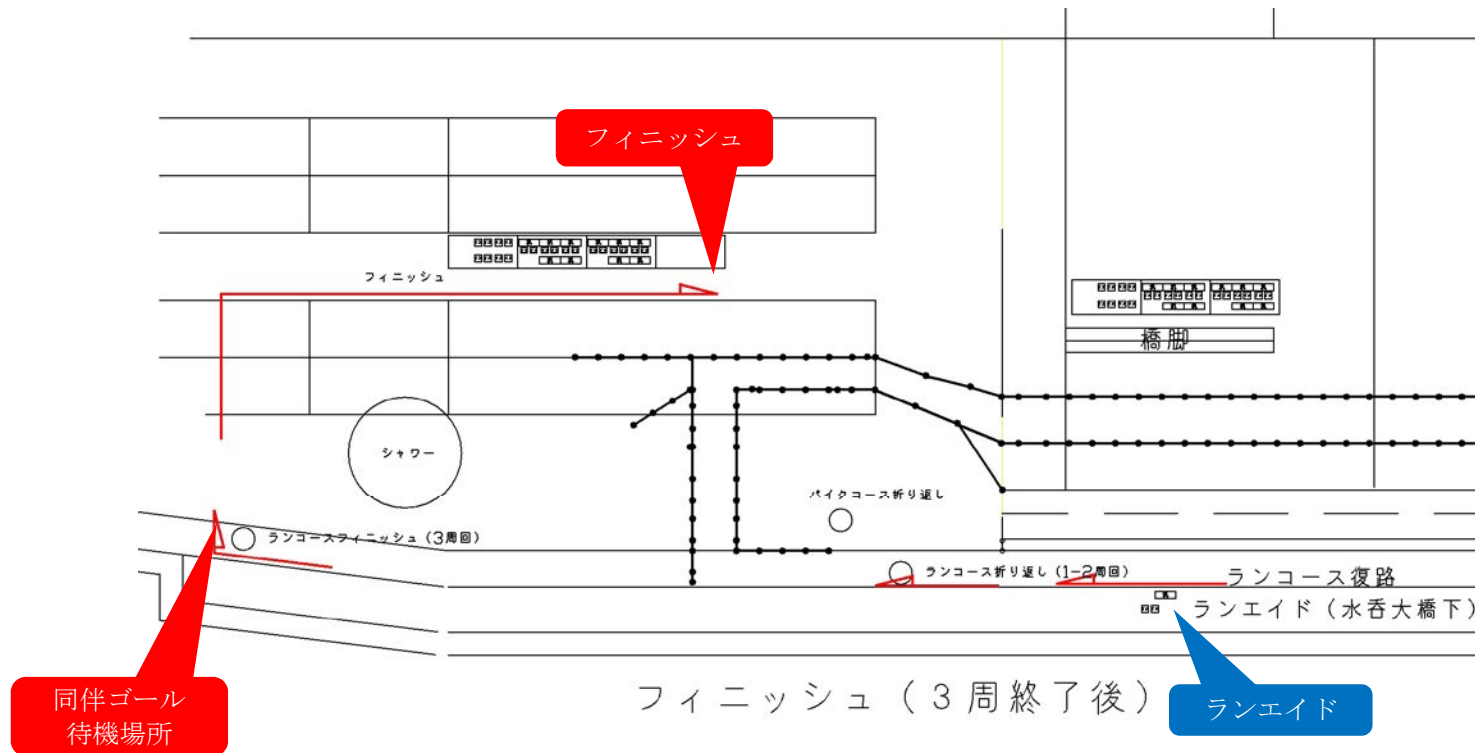


ランコース6km (6km×1周回)

エイドは、1.3km先 小水舌橋As
3.0km先 芦田川大橋Asにあります。

1. スプリント 1周回
2. キープレフトをお願いします

フィニッシュ



1. 同伴ゴールの方は事前に受付で教えてください
1. フィニッシュ前にサングラスを外し、レースナンバーを整えてください

デュアスロン スケジュール(スイム中止の場合)

6月9日(日)	大会当日
5:30~6:30	選手受付
5:30~7:00	トランジションエリア オープン
6:30~7:00	アングルバンド配布(トランジションエリア付近)
7:40~	競技説明会
7:50~	開会式(スイム招集エリア)
8:00~	ミドル・ミドルリレー スタート(デュアスロンスタート位置) ※ローリングスタート
9:30~	スプリント スタート(デュアスロンスタート位置) ※一斉スタート
13:30~(予定)	スプリント 表彰式
13:00~	トランジションエリア バイクピックアップ

デュアスロン 1stランコース

ミドル／リレー 6km(6km × 1周)

スプリント／リレー 3km(3km × 1周)

