



中国 Stage 広島県立中央森林公園大会

兼 第9回日本デュアスロン選手権大会

カリフォルニア・レーズンカップ エイジ別ランキングイベント

大会最終要項

開催期日

2009年3月8日(日)

主催

Calfman Japan 大会実行委員会、
(社) 日本トライアスロン連合、広島県トライアスロン協会、ネオシステム(株)

共催

(財) 中央森林公園協会

競技主管

広島県トライアスロン協会

後援

日刊スポーツ新聞社、中央森林公園

特別協賛

カリフォルニア・レーズン協会

協賛

江崎グリコ株式会社、アキレス株式会社、TYR、有限会社スポーツアシスト
株式会社ワコール、有限会社パワースポーツ、ライトウェイプロダクツジャパン(株)、
日本バナナ輸入組合、2XU

企画運営

ネオシステム株式会社

開催場所

広島県立中央森林公園内特設コース

〒729-0415 広島県三原市本郷町上北方用倉山 1315



大会役員

大会会長	(社) 日本トライアスロン連合会長	猪谷 千春
大会副会長	広島県トライアスロン協会会長	鶴 衛
実行委員長	広島県トライアスロン協会理事長	吉村 光俊
大会事務局長兼レースディレクター	ネオシステム (株) 清本 直	
大会技術代表	広島県トライアスロン協会	土生 幸次
大会審判長	広島県トライアスロン協会	中川 吉晴

競技内容

競技種目

- ①日本選手権男子 ②日本選手権女子 ③エイジクラス男子
 ④エイジクラス女子 ⑤MTB クラス ⑥ビギナークラス
 ⑦ジュニアクラス ⑧キッズクラス

競技距離

- ①、② 第1ラン10km → バイク36.9km → 第2ラン5km
 ③、④ 第1ラン5.4km → バイク36.9km → 第2ラン5km
 ⑤ 第1ラン5.4km → バイク24.6km → 第2ラン5km
 ⑥、⑦ 第1ラン1.8km → バイク12.3km → 第2ラン2.5km
 ⑧ 第1ラン1km → バイク3.6km → 第2ラン1km

表彰

日本選手権男女	総合各1～6位
エイジクラス男女	①29歳以下 ②30歳代 ③40歳代 ④50歳代 ⑤60歳以上 男女別1～3位
MTB・ビギナークラス	男女別1位
ジュニアクラス	男女別1～3位
キッズクラス	学年別1～3位
クラブ対抗戦	1～3位 (所属クラブごとの合計ポイント制)

【クラブ対抗戦獲得ポイント一覧表】

[指定ポイント一覧表]

カテゴリー別総合順位	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
獲得ポイント	20	15	10	9	8	7	6	5	4	3

※ 獲得ポイントは以下の順位に設定する。(最下位でも1ポイントを獲得できます) 日本選手権男女総合順位, 29歳以下男女別順位, 30代男女別順位, 40代男女別順位, 50代男女別順位, 60代男女別順位, ジュニア総合順位, キッズ総合順位, ビギナー総合順位, MTB 総合順位

参加賞

カーフマンオリジナル参加賞（ロゴ入 CW-X ストレッチロングシャツ）※⑥～⑧の種目を除く。カリフォルニアレーズン、グリコ CCD、Power Bar、カップ麺 等

大会スケジュール

午前 7:00 ～ 7:30	①～⑧受付(第8駐車場)
午前 7:00 ～ 8:00	コース試走(試走スタートは7:30で終了)
午前 8:00 ～	開会式・競技説明会
午前 8:20 ～	⑧キッズ競技開始
午前 9:10 ～	③エイジ男子、④エイジ女子競技開始
午前 9:12 ～	⑤MTB クラス競技開始
午前 9:14 ～	⑥ビギナー、⑦ジュニア競技開始
午前 10:15頃～	キッズ表彰式
午後 10:30 ～ 11:30	①、②日本選手権男女追加受付(第8駐車場)
午後 11:45 ～	①、②競技説明・オープニングセレモニー
午後 12:00頃～	②日本選手権女子競技開始
午後 12:05頃～	①日本選手権男子競技開始
午後 14:30 ～	表彰式・閉会式・大抽選会！

- ※ 参加者の申込状況により、タイムテーブルが変更になる場合があります
- ※ 第8,9 駐車場は当日駐車場としてご利用いただけません。 第4～第7 駐車場をご利用ください。
- ※ 開会式・競技説明には全員必ず出席してください。
- ※ 日本選手権男女参加者は7:00からの受付と、10:30からの追加受付とどちらで受け付けをしていただいても構いません。
- ※ 当日の諸注意は、後述の「大会当日の進行と諸注意」をよくお読みください

大会当日の進行と諸注意

1. 交通機関

- ・山陽自動車道 本郷ICから車で5分、河内ICから車で7分
- ・広島バスセンターから広島空港行きリムジンバスで63分
- ・広島駅北口から広島空港行きリムジンバスで48分
- ・福山駅から広島空港行きリムジンバスで57分
- ・JR白市駅から広島空港行きバスで14分 （広島空港から900m）

2. 駐車場

駐車場は公園内の“第4～第7駐車場”をご利用願います（但し、第8, 9駐車場は駐車不可）
 駐車場は有料でお帰りの際に出口で料金をお支払いください。必ず小銭をご用意ください。
 (普通乗用車＝300円、ルーフキャリアにバイクを載せて出庫すると、高さ制限(2.5m以上)で1,000円になります。)

3. 受付7:00～7:30

- ① **【第8駐車場】**にて選手受付を行います。事前にインターネットのホームページでご自分のレースナンバーをご確認のうえ、受付にお並び下さい。(受付横にもスタートリストを掲示いたします。)
- ② 誓約書未提出の方 (インターネット申込者含む) は、大会ホームページより誓約書を印刷して、必ず署名捺印の上、受付へお並びください。
誓約書をもっていない方は受付横のテーブルに誓約書がおいてありますので、必ずご記入の上お並び下さい。
- ③ 未成年者は、保護者の署名・捺印がないと、出場できません。

【受付にて渡されるもの】

大会プログラム (選手名簿)、レースナンバー2枚、安全ピン4×2組
トラバック及び参加賞、ナンバーシール (バイク用、ヘルメット用、各1枚、参加賞引換券)

4. コース試走

本大会のバイクコース (キッズクラス以外) は広島アジア競技大会の自転車競技会場にもなった全国屈指の自転車専用コースです。事前に試走されることをお勧めします。当日の試走は、7:00～8:00迄ですが、1周12.3kmの周回コースのため、7:30にはコース試走スタートを終了とします。

5. レンタサイクル

中央森林公園では、レンタサイクル・ヘルメットの貸し出しを行なっていますので、希望される方は、各自で以下の申込先にお申し込みください。申込期限は、3月2日(厳守)をお願いします。

申 込 先 広島県立中央森林公園 サイクルセンター TEL 0848-86-9101

連絡事項 氏名、連絡先、身長、性別、自転車の種類(ロードorMTB)、頭のサイズ

料 金 自転車:700円(1日当たり)、ヘルメット:200円(1日当たり)

6. 会場内(森林公園内)でのご注意

- ① 運動広場外周、駐車場、車道でのウォーミングアップは禁止です。また駐車場から会場までは自転車に乗車できますがヘルメットを着用して徐行運転し、歩行者などに十分ご注意下さい。
- ② 競技中も、公園は一般開園中です。来園者、観客、特にお子様には十分注意し、危険のないよう十分な配慮をお願いします
- ③ エイドステーションでの紙コップ等は、所定の場所、もしくはエイド付近に捨てるよう心掛けてください。
- ④ コースは美しい森林公園内です。ごみ等は各自が持ち帰るようお願いいたします。
- ⑤ 競技中、緊急車両が通行する場合があります。その場合には速やかに道を譲ってください。

7. 車検

車検等はいませんが、各自で点検整備を行うほか、バイクショップ等での整備をお勧めします。会場内のメカニックサービスを受けることも可能です。メカニックサービスで消耗した部品等は実費負担となります。

8. レースナンバー（ゼッケン）

レースナンバー（ゼッケン）は、ウェアの前面・背面に安全ピンで取り付けてください。ナンバーシールはヘルメットの前面とバイク右側面に貼ってください。レースナンバーは前用、背面用がございます。詳しい取り付け方は大会プログラム（当日配布）をご覧ください。

9. アンクルバンド

- ① スタート10分前になりアナウンスがありましたらスタート付近の召集テントで計測用のアンクルバンドを受け取り、足首に装着してください。アンクルバンドには、発信器が内蔵されており、固有のナンバーが登録されています。
- ② アンクルバンドは競技中はずさないでください。
- ③ 装着後はスタートエリアでそのまま待機をお願いいたします。特に前のグループが競技中の場合は計測マット（緑色）に近づかないようにして下さい。
- ④ アンクルバンドは競技終了後、回収します。アンクルバンドの紛失、故意による破損、持ち帰りは、¥5,000 を請求させていただきます。

10. 棄権の申告

棄権する方は、レースナンバーを外してからコースを離れ、大会本部に戻ってください。そこでアンクルバンドを返却した時点で、棄権とします。

11. 荒天の場合

荒天の場合は、中止、または距離、内容の変更を実行員会で決定します。中止、変更があった場合でも、参加費の返還は行いません。また、会場までの交通費の補償なども行いません。

12. 総合成績表の発行

郵送希望（400 円）をされている方には、後日総合成績表を郵送いたします。ご希望されていない方は下記のホームページで結果を閲覧・ダウンロードしてご覧ください。

カーフマンジャパン公式ホームページ	http://www.calfman.jp
エムスポ(MSPO) ホームページ	http://www.mspos.jp

13. 給湯サービス

主会場「第8駐車場」で給湯のサービスを行います。参加賞で配られるカップ麺のほか、各自持ち込みのスープ、コーヒーなどにもご利用いただけます。なお、緊急時には給湯サービスをお断りさせていただく場合があります事をご了承ください。

14. 当日参加、当日払い

当日エントリーも受け付け致しますが、参加枠に制限がありますので極力連絡の上ご参加ください。先着順にご案内させていただきます。（エントリー後当日まで参加費未払いの方も含め、参加費1000円増しとなります。）参加希望のご友人など、お誘いあわせの上ご参加ください。

15. 防寒対策

3月の開催時期ということもあり、天候によっては大変寒いことが予想されます。長袖のウェア、裾の長いタイツ、手袋、ウィンドブレーカーなどの防寒着は必ずお持ちください。ノースリーブや水着などでの参加はお断りさせていただく場合があります。

16. 大会保険について

大会保険に基づき、大会中の事故を補償します。ただし、故意、犯罪行為、麻薬などの使用、精神障害、他覚症状のない“むちうち症”または腰痛、大会直前 12 ヶ月以内の既往症と因果関係のある疾病による身体障害、地震、噴火、津波、戦争の他の争乱などは、対象外となります。

- ・死亡・後遺障害 1,000 万円 ・入院日額 5,000 円 ・通院日額 2,500 円
- ・賠償責任 1 名／1 事故 1 億円 免責 1 万円

17. 持込禁止物

テントなどを持ち込んでの宿泊はできません。
また、火気類の使用も固くお断りいたします。

18. お問い合わせ・ご連絡先

〒206-0802 東京都稲城市東長沼 2120-6 グラン・ヴェルジェ 104
TEL 042-379-5201 (受付時間 月～金 10:00～18:00)
受付時間外における緊急のご連絡、および大会前日・当日のご連絡は
TEL 090-8742-2983 までお願い致します。

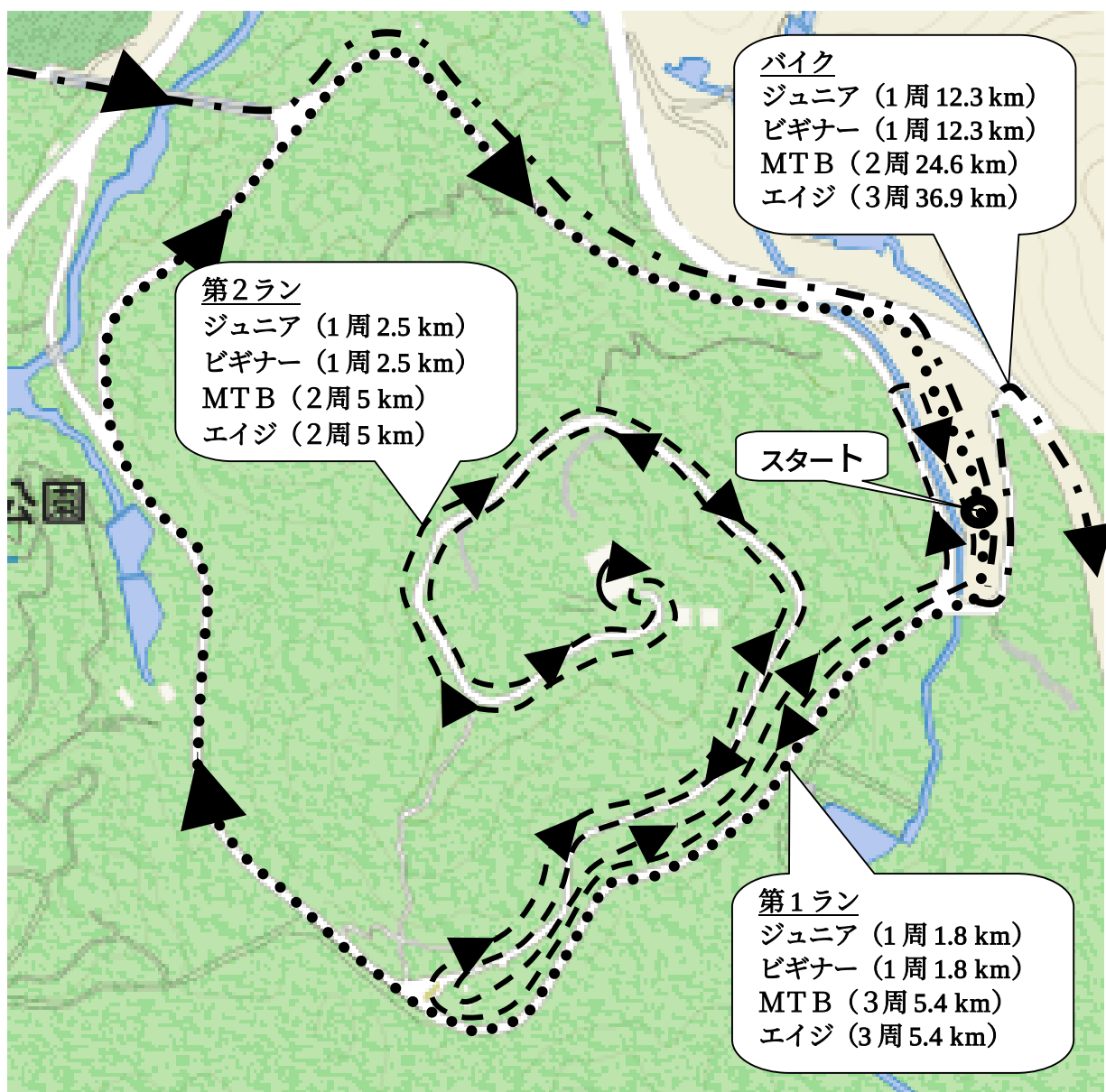
【入園ルート】



車の方は、第6または第7駐車場に車を止め、会場までいらしてください。

大会コース図

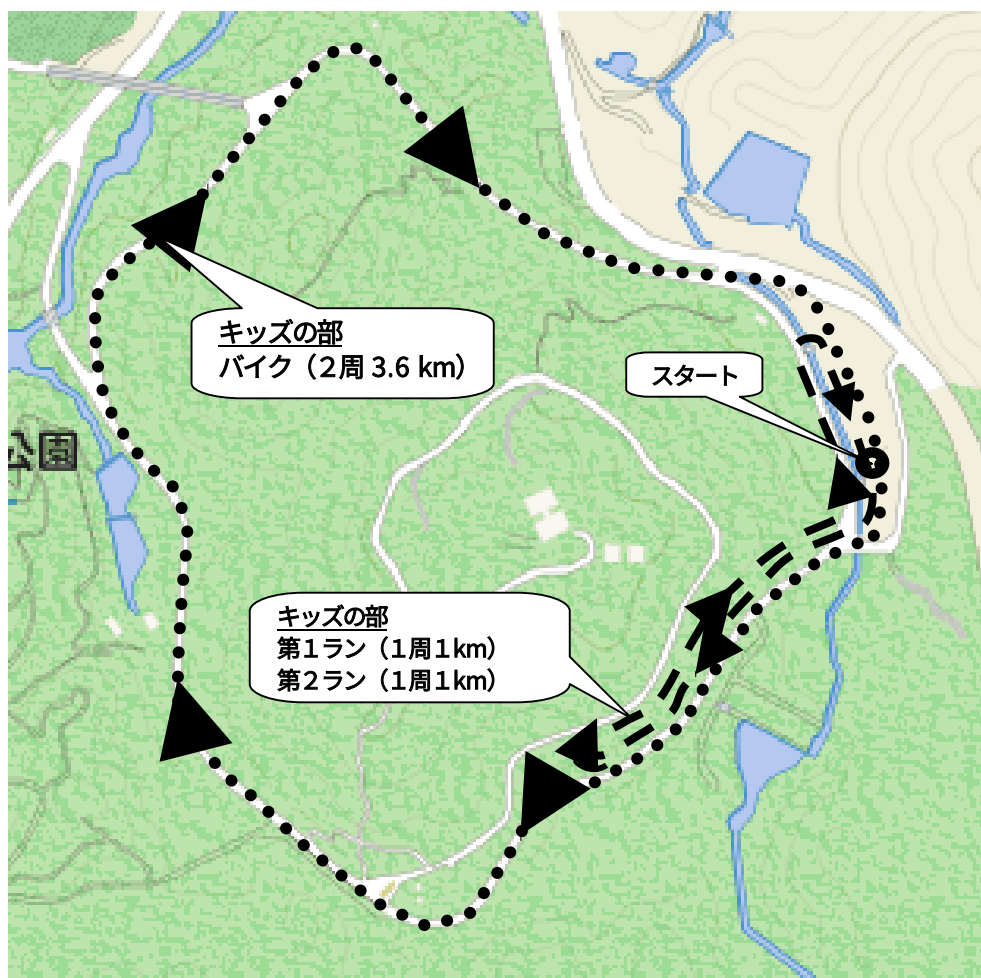
[エイジ・MTB・ジュニア・ビギナークラス]



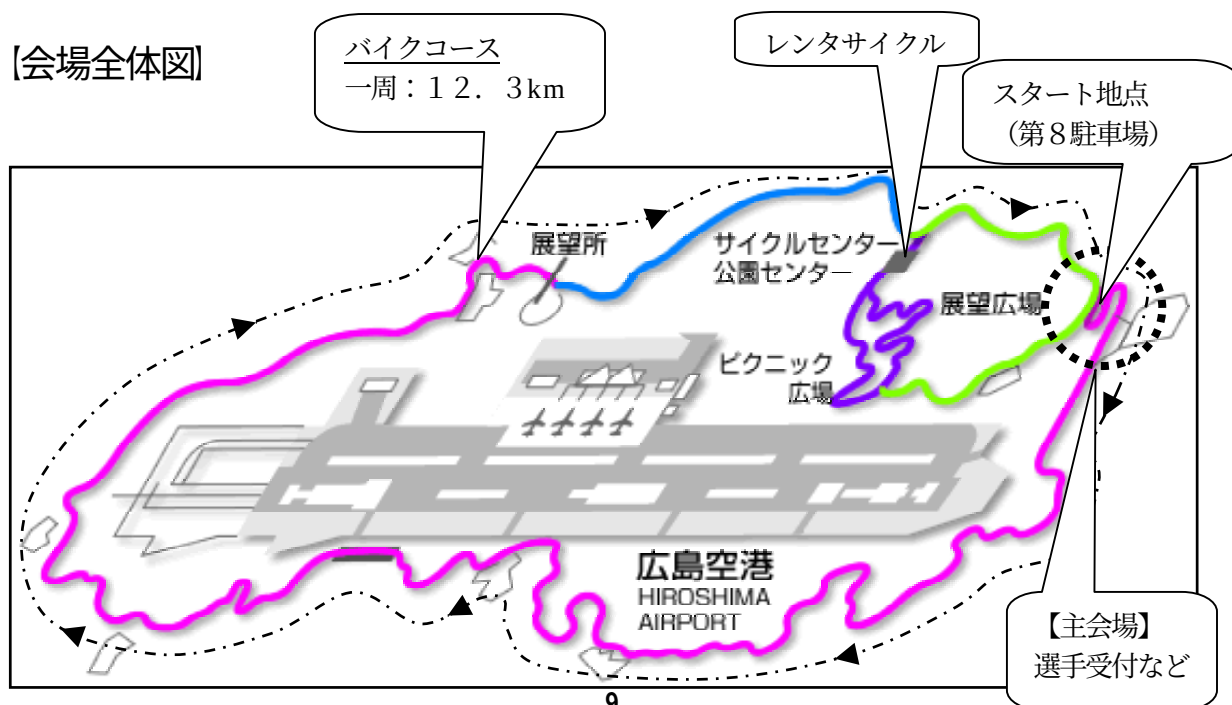
【日本選手権男女】



【キッズクラス】



【会場全体図】



デュアスロンの競技規則について

(JTU 競技規則よりラン及びバイク部分抜粋)

□競技者の心得

- 1 大会は予測できないことの連続である。風、暑さ寒さ、観客や車の飛び出し、見えないくぼみ。危険を察知し、適切な判断で競技する。
- 2 日頃の練習と健康管理。早めの水分補給。マイペース。リタイアの勇気を持つ。
- 3 ドラフトゾーンやトランジション・スペースなど「競技スペース」を守る。

□競技について

- 1 競技は車の運転と同じ＝競技者は運転手。審判員は警察官。車間距離とキープレフト。追越し車線。悪路や渋滞での減速。徐行と加速、ゆずりあいの精神で安全運転。

□ウェアと用具

- 1 バイクでは、規定のヘルメットと用具。ランではシューズを着用。
- 2 レースナンバーは、四隅を留める。全面が見えるよう気を配る。折り曲げ、変造は禁止。ナンバーベルト使用では、レースナンバーが極端に下にならないよう配慮。
- 3 サングラスは、透明度の高いものがよい。総合フィニッシュでは、サングラスをはずす。
- 4 音響・通信機器の使用は禁止。

□スムーズな競技とリタイア

- 1 危険・妨害行為は禁止。相手の優先コースを判断し、スムーズで安全な流れを守る。
- 2 リタイアは、スタッフに伝え、大会本部にも連絡する。

□トランジションエリア

- 1 競技コースの一部。エリア内は乗車禁止。ペダル片足走行も禁止。
- 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る。フィニッシュ後は、バイクを掛けてからストラップを外す。
- 3 前輪の先端が、「乗車ラインを越えてから乗る」「降車ラインを越える前に降りる」。

□バイク（自転車）

- 1 バイクは体に合ったもの。
- 2 ヘルメットを深くかぶり、ストラップをあごにかかるように締める。
- 3 規制されたコースでも、交通規則を守る。表示板、コーン、大会スタッフ、競技役員の指示に従い競技する。
- 4 《前方注意・車間距離の確保》は、重要な義務。転倒や急ブレーキ、相手の動きに注意。エアロバーでは、視界が狭まりブレーキが遅れる。
- 5 キープレフト：左側走行（左端から1m、コース幅の左側1/3以内基準）で競技する。コース右側は追い抜きスペース。
- 6 追い越しは、後ろを確認し、前走者の右側から。センター寄りの走者には注意を与える。不安があれば「一声掛けて追い越す」と効果的。
- 7 ドラフティング走行・集団走行・併走は禁止。

<ドラフティングルール>

- 1 ドラフティングは、他の競技者又は車両のドラフトゾーンの中に入って走行する事。ドラフティング禁止レースでは、他の競技者の優先進路を妨害する行為（他の競技者の右側を同一速度で走行を続ける事等）を「ブロッキング」として禁止している。
- 2 ドラフトゾーンは、バイク前輪の最前部を起点に、後方 7m、横幅 3m（左右それぞれ 1.5m）の範囲。車両ドラフトゾーンは、車両の最前部の中心を基点として後方 35m、幅 5m（左右それぞれ 2.5m）の範囲。
- 3 自転車幅は 2m 以内。エリート、一般とも 2 台半から 3 台分の車間距離をあける。
- 4 ドラフトゾーンへ入れるのは、15 秒以内に追越せるとき。危険回避のためやむをえないときやランジション出入り口付近。

<バイク追越しの決まり>

- 1 安全に素早く追い越せると判断したら、後方確認、右手を挙げ、右側から追い越しに入る。センターラインは越えない。
- 2 追い越したら、再度後ろを確認。左手で合図し、キープレフト走行に戻る。
- 3 追い越し中は、《追い抜き意志を持って、前進している》ように見えなければいけない。ピタリと接近し、静止しているように見えると、規定タイム内でも警告を受ける。
- 4 前輪先端が、先行する前輪の先端よりも前に出たときに「追い越した」と見なす。
- 5 追い越されたら、すぐ抜き返したり、背後に付いてはいけない。後退しているように見えなければ注意を受ける。15 秒以内に後方 5m まで下がる。

□ラン（ランニング）

- 1 マイペースで、一休みもできる。
- 2 追越しは前走者の右側から。
- 3 同伴／伴走フィニッシュは、禁止です。

□エイドステーション

- 1 スタッフは、止まって渡し、走らない。競技者が注意して受け取る。
 - 2 エイドステーション以外での支援は禁止。
 - 3 水、CCDドリンク、バナナが用意されております。
- ※バイクの外周コースにはエイドステーションがありません。バイクの競技中の水分補給はメイン会場内のエイドステーションをご利用ください。その際は自転車は停止して補給をお願いいたします。

中国ステージローカルルール

- ① ヘルメットのストラップ（あごひも）がゴムタイプ（伸縮するもの）は認められません。
- ② ランでヘルメットを着用する場合も、ストラップはしめること。
- ③ バイク競技中の携帯電話の所持を許可いたします。
- ④ キッズクラスの自転車でスタンド付きのものはテープ等での固定をお願いいたします。

日本選手権男女ハンドル規定

日本選手権男女は、ドラフティング走行許可大会となります。(同性間のみ)
DHハンドルに規定がございますので、各自、規定に沿ったハンドルを装着願います。
なお、規定に反した自転車での参加は認められませんのでご注意ください。
エアロバーは装着しなければならないものではありません。

自転車でトップの選手に対する周回遅れはDNFとなり(同性間のみ)、その時点でレースの継続はできません。

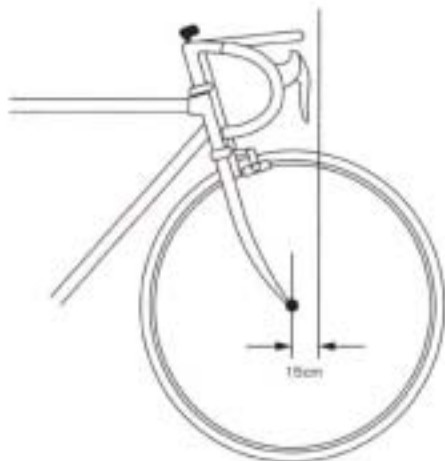
第8章 バイク (自転車)

(エアロバー)

第100条 ドラフティングレースにおけるエアロバーは、次の各号に掲げる条件を満たさなければならない。

- (1) エアロバーの先端は、前輪ハブ軸より15cm以上、前方に出てはならない。

(図A)

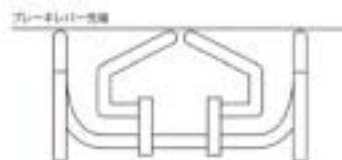


- (2) エアロバーの先端は、左右のブレーキレバーの最前部を結ぶ直線より前に出てはならない。

—49—

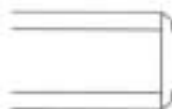
第9章 バイク (自転車)

(図B)



- (3) エアロバーの先端部分が前方に向いている場合は、先端を連結しなければならない。

(図C)



- (4) エアロバーの先端部分にシフトレバーなど突起した部品を装着してはならない。

—50—