



Calfman Japan

DUATHLON GRAND PRIX

Season16 **チャンピオンシップ**
兼 世界／アジアデュアスロン選手権エリート日本代表選手選考会

大会最終要項

開催地：いわき市 アクアマリンふくしま周辺道路

開催日：2019年3月17日（日）

主催： Calfman Japan 大会実行委員会

 公益社団法人 日本トライアスロン連合

- 1 競技種目・距離
- 2 表彰など
- 3 大会スケジュール
- 4 競技規則・諸注意
- 5 会場案内、会場内での注意事項
- 6 コース図
- 7 その他

参加者の皆さまへ

大会最終要項には、競技に関する内容・会場を使用するにあたっての注意事項など選手および応援の皆さまに必要な情報が記載されています。各項目に必ず目を通していただき、スムーズで事故の無い大会運営にご協力お願いいたします。

1 競技種目・距離

- 【競技種目】** エリート（出場基準を満たす JTU 登録者、中学生以下不可）
 エイジクラス（15 歳以上の選手 ※ JTU 登録者、中学生以下不可）
 リレークラス（第 1 ラン、バイク、第 2 ランをリレー形式（2 名から 3 名）で行う）
 ビギナークラス（デュアスロン初挑戦の男女、およびこれに準ずる者 ※中学生以下不可）
 ジュニアクラス（中学 1 ～ 3 年生の男女）
 キッズクラス（小学 1 ～ 6 年生の男女）

エリート出場基準

制限時間内（各ステージ開催要項記載）に完走できる能力を有する選手

最終戦優先基準

1. デュアスロン強化指定選手
2. エリート強化指定選手
3. ロングディスタンス強化 SAB 指定選手
4. ジュニア強化 SAB 指定選手
5. カーフマン Season15 ポイント獲得者
6. カーフマン season16 各ステージ 6 位以内（2 戦目以降）
7. JTU 認定記録会ラン 16 歳以上標準記録の 7 級以上（男子 16:25、女子 18:41）
 【2017 年 11 月以降の記録が有効】
8. 2018 日本学生トライアスロン選手権観音寺大会 男子 10 位以内、女子 6 位以内

追加発表された出場可能選手

2/14 ～ 3/10（追加受付）：Calfman Timerate List 男子 1 ～ 80 位、女子 1 ～ 20 位

【競技距離】	エリート	第 1 ラン：5km	バイク：30km	第 2 ラン：5km
	エイジクラス	第 1 ラン：5km	バイク：30km	第 2 ラン：5km
	リレークラス	第 1 ラン：5km	バイク：30km	第 2 ラン：5km
	ビギナークラス	第 1 ラン：2km	バイク：10km	第 2 ラン：2km
	ジュニアクラス	第 1 ラン：2km	バイク：10km	第 2 ラン：2km
	キッズクラス	第 1 ラン：1km	バイク：5km	第 2 ラン：1km

※ビギナークラスは安全に競技が行える自転車（ロード・MTB・クロス可、タンデム不可）での参加となります。ビギナークラスはDHバーの装着を禁止いたします。

※ジュニアクラス、キッズクラスは自転車の制限はありませんが、DHバーの装着を禁止いたします。

※エリートはドラフティング許可ルール（但し、異性間ドラフティングは禁止）、それ以外はドラフティング禁止ルールで行われます。

2 表彰など

- 【参 加 賞】 ①大会オリジナルグッズ（引換券を交換窓口にお持ちください）
②カップ麺、カリフォルニアレーズン他

※①はエリート、エイジクラス参加者（リピート割利用者除く）が対象です。

【表 彰】

エリート	男女別各1～3位
エイジクラス男子	29 歳以下、30 歳代、40 歳代、50 歳代、60 歳以上 各1～3位
エイジクラス女子	39 歳以下、40 歳以上 各1～3位
	※エイジクラスの年齢は世界戦選考基準の2019年12月31日を基準とします。
リレークラス	1 位
ビギナークラス	男女別各1位
ジュニアクラス	男女別各1～3位
キッズクラス	学年別各1～3位
クラブ対抗戦	1～3位（所属クラブ毎の合計ポイント制 ※要事前登録）

■クラブ対抗戦獲得ポイント一覧

カテゴリー別総合順位	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	以降全て
獲得ポイント	20	15	10	9	8	7	6	5	4	3	1	以降全て

クラブ対抗戦は3名以上完走したクラブに、各部門の順位に応じたポイントを付与する。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）エリート男女別総合順位、エイジ年代別順位（表彰区分に準ずる）、ジュニア総合順位、
キッズ総合順位、ビギナー総合順位

■シーズン16ポイントランキング

エリート	男女別各1～3位
エイジクラス男子	29 歳以下、30 歳代、40 歳代、50 歳代、60 歳以上 各1位
エイジクラス女子	39 歳以下、40 歳以上 各1位

3 大会スケジュール：2019年3月17日（日）

8：00 ～ 9：20	全種目 受付（エリートは11：00まで）
8：00 ～ 9：20	全種目 バイクコース確認 ※公道の左側を法令順守で走行してください
9：30 ～	開会式・競技説明会 ※必須
9：50 ～	ビギナークラス・ジュニアクラス 競技開始
9：56 ～	キッズクラス 競技開始
10：40 ～	エイジクラス・リレー 競技開始 ※ウェーブスタート
10：40 ～ 10：55	エリート バイクコース試走
11：00 ～	エリートバイクセットアップ開始
11：30 ～	ビギナー・ジュニア・キッズ表彰式
12：15	エイジクラス・リレー バイク周回計測ポイント制限時間 ※この時間以降は、次の周回へ進めません。
12：15 ～	エリート 競技説明会 ※必須
12：30 ～	エリート 競技開始
14：20 ～	表彰式／閉会式

※バイクコースは9：30の交通規制開始後に設営されます。

※ 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。

※ エイジクラス・リレーの選手はバイク周回制限時間（12：15）以降次周回へは進めません。係員の指示に従い第2ランに移行して頂きます。

※ エリートクラスの競技開始は一般クラスのレース状況に応じて変更する場合があります。場内アナウンスに従ってください。（エリートのバイクコース試走も同様となります。）

※ バイクは召集時間前（スタート15分前）までに、必ずトランジションエリア内バイクラックに準備してください。エリートのバイクセットアップは、ジュニア・キッズ・ビギナーのバイク撤収後11:00からとなります。

※ なお、当日の天候により止むを得ない場合は、主催者側の判断でスケジュールおよび競技内容の変更又は、中止することがあります。

※ 受付後、開会式・競技説明会まで自転車でのコース試走が可能です。応援者や他の選手に十分注意してヘルメット装着の上行ってください。問題行動のある選手は失格の対象とします

4 競技規則・諸注意

キッズクラス・ジュニアクラス・ビギナークラス・エイジクラスは、ドラフティング禁止ルールで行われます。以下に、JTU ルールブックからの抜粋を引用いたします。

デュアスロンの競技規則について

JTU 競技規則（ラン及びバイク部分）

■ 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 乗車ラインを越えて、一步以上足を地面に着いてから乗車。降車ラインの手前で、足が一步以上地面に着いてから降車。

■ バイク（自転車）

- 1 バイクは体に合ったものを使用する。
- 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、大会フタッフ、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。
- 8 キッズ・ジュニア・ビギナークラスのDHハンドルの装着禁止。

＜バイク追い越しと手順＞

- 1 「追い越しを試みている」とは、追い越す気持ちを持って前進している状態をいい、先行する選手のドラフトゾーン内において先行する選手と同一の速度を保ったまま走行しているときは、追い越しを試みているとはみなされない。
- 2 先行する選手は、追い越されるまでは加速をして競うことができる。
- 3 追い越しを試みている選手のバイク前輪の最前部が、先行する選手のバイク前輪の最前部より前方に出たときに「追い越された」とみなす。
- 4 追い越した選手は、追い越すときの速度を持続させ、追い越された選手の前輪の最前部から次の距離を引き離してから緩やかにキープレフト走行に入るものとし、キープレフト走行に入る前に速度を緩めてはならない。
 - ・スタンダードディスタンス以下：前方選手の前輪先端から後方10m
- 5 追い越された選手は、追い越された瞬間から加速を止め、次に示した時間と距離を離れてドラフトゾーンから脱しなければならない。
 - ・スタンダードディスタンス以下：前方選手の前輪先端から後方10m、20秒以内
- 6 追い越された選手は、通過した選手のドラフトゾーンから後退し、通過選手のドラフトゾーンから脱しなければならない。ドラフトゾーンから脱落する前に、通過した選手を追い抜くことは、ドラフティング違反となる。
 追い越された選手が、規定のタイム以上に通過した選手のドラフトゾーンにいることは、ドラフティング違反となる。
- 7 複数の先行する選手を追い越す場合において、それらの選手の間に入ることによってドラフトゾーンの重なりが生じるときは、これらの選手の間に入ることなく一気に追い越さなければならない。

■ 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。

注意事項

【全種目共通】

- トランジションエリアには、選手・大会関係者以外は、原則入れません。
- コース上へ、ゴミの投げ捨ては厳禁です。
- アクションカメラやスマートフォンなど、競技を行うために必要のない機器を装着してバイク競技を行うことはできません。
- バイクコースにはエイドステーションはありません。
 各自バイクボトルなどに補給ドリンクをご用意ください。（ペットボトルは落下防止の為、ご使用になれません。） スタート前にエイドステーションで補給可能です。エイドステーションは、フィニッシュ及びランコース上にあります。

エリート（ドラフティング許可）

エリートは、ドラフティング走行許可大会（但し、異性間ドラフティングは禁止）となります。

ITU競技規則（和訳版）

「http://www.jtu.or.jp/marshal/pdf/ITUCompetitionrules2018_JTU.pdf」の、

5. CYCLING：バイク（P54～）、6. RUNNING：ラン（P75～）、7. TRANSITION AREA：トランジション（P76～）を適用する。

下記ハンドル規定外のバイクでは参加できません

（ITU競技規則（和訳版）【5. CYCLING：バイク】より抜粋）

5. CYCLING：バイク

5.2. Equipment：用具

f.) Handlebars：ハンドルバー

（i）エリート、U23、ジュニアやユースのドラフティング許可レースでは、以下のハンドルバー規則を適用する。

- 伝統的なドロップハンドルだけを許可する。ハンドルバーは、先端をふさがなければならない。
- クリップオンハンドルバーは、ブレーキレバーの最前部を超えてはならない。
- クリップオンの先方の両先端は、市販の硬質ブリッジでつながれているか、双方が接触していなければならない。
- ブレーキレバー又はギアレバーは、クリップオンハンドルバーに取り付けてはいけない。
クリップオンハンドルの最高部と肘あての最低部の高さの差は10cmを超えてはならない。
- ウォーターボトルとそのホルダーはハンドルまたはクリップオンハンドルバーに取り付けてはいけない。

注意事項

【学生選手権】

- ホイールステーションは、トランジション最寄りのコーナー付近に設置します。
 - ペナルティボックスは、ランコースに設置します。
 - エアロヘルメット（後ろが尖ったタイプ）の使用を禁止します。
 - 用具入れについて
 - ・第2ランにおいて、第1ランと同じシューズを使用したい場合、トランジションエリアの用具入れに入れる必要はない。
 - ・ラン用シューズ1組は、用具入れではなく地面に置いてよい。
 - ・ラン用シューズは用具入れの0.5m以内に置かなければならない。
- ※強風により用具入れを設置できない場合があります。その場合は用具入れの位置にテープなどでマーキングします。詳細は競技説明会で説明するので、必ず参加するようお願いします。

【諸注意】

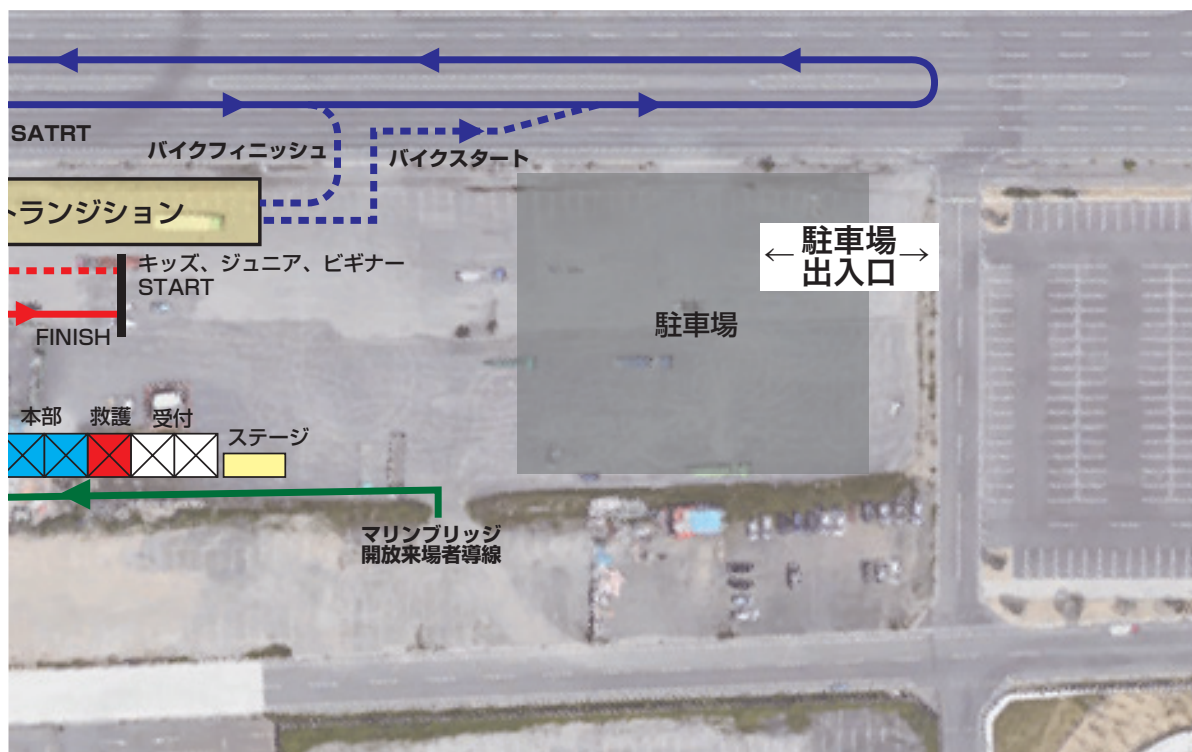
1. 会場までの交通機関

- ①常磐自動車道「いわき勿来IC」より 約30分
- ②「JR上野駅」→（特急スーパーひたち：約2時間15分）→「泉駅」下車、タクシーで約20分

2. 入場・受付

- ①駐車場への入場は、7時00分からとなります。

※詳しくは下図をご確認ください。9:30の交通規制以降は⑤交通規制中の車両出入り図参照



- ②受付は8時00分より行います。受付にスタートリストをご用意いたします、ご自分のレースナンバーをご確認ください。**(スタートリストは、事前に公式ホームページに掲載いたします。)**

- ③受付の際に、以下の書類をご提出ください。代表の方がまとめて受付される場合、必ず全員分の書類をご提出ください。

☐誓約書（署名捺印されているもの）※詳しくは、項3.「誓約書について」をお読みください。

- ④受付完了後、以下の物品をお渡しします。

- レースナンバー（ゼッケン）：2枚 ●大会パンフレット：1冊 ●トラバック及び参加賞
 - ナンバーシール（バイク用：2枚、ヘルメット用：3枚） ●大会オリジナルグッズ引換券（対象選手のみ）
- ※ナンバーシールはバイク用とヘルメット用（計5枚）が1枚のシートに印刷されています。
- ※バイク用は両サイド、ヘルメット用は正面及び両サイドに貼り付けてください。

受け取り後、必ずレースナンバーが選手ご自身のものであるか、確認してください。

なお、レースナンバーは、当日受付にご用意されているほか、インターネットでもご確認頂けます（<http://www.calfman.jp/>）。

⑤交通規制中（競技中含め）の車両出入り

- 下記図のルートより駐車場の出入りが可能となります。赤丸枠内は小名浜マリブリッジが使用不可となった場合、ランコースとの交差となります。係員の指示に従って通行してください。



3. 誓約書について

- ①電話申込者は大会ホームページより誓約書を印刷、もしくは当日受付場所にある誓約書に必ず署名捺印の上、受付へご提出ください。忘れずに印鑑をお持ちください。
- ②未成年者は、保護者の署名・捺印がないと、出場できません。

4. コース確認

- ①8：00～9：20の間に必ずバイクでコースの確認を行ってください。十分な安全走行をお願いいたします。
- ②全てのクラスで**係員がコース誘導をすることはありません**。各自が自己責任で決められたコースと周回数を競技できるよう準備をお願いいたします。
- ③エリート部門に参加の方のコース試走は、エイジクラスのバイク競技に影響が出なくなった時点で行っていただきます（ご案内いたします※ 10:40～10:55を予定）が、エイジクラスの試走と同じ時間帯に行っていたとしても構いません。

5. 車検

車検・メカニックサービスはありませんので事前に整備点検を行ってください。

6. レースナンバー（ゼッケン）の取り付け

レースナンバー（ゼッケン）は、必ず上半身のウェア前面、背面にリレーは（第1ラン（前）、バイク（後）、第2ラン（前）に装着）ナンバーが確認できるよう取り付けてください。バイク用のナンバーシールはヘルメットの前面及び両サイド（小：3枚）、バイクの両サイド（大：2枚）に貼ってください。

7. アンクルバンド

- ①スタート15分前になりましたら、スタート地点横で計測用のアンクルバンドを受け取り、必ず足首に装着してください。その際、アンクルバンドに書かれたナンバーが、選手ご自身のレースナンバーと一致しているかを確認してください。
- ②他の選手と絶対に交換しないでください。
- ③アンクルバンドは競技中ははずさないでください。
- ④装着後は、競技開始までスタートエリア内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。
- ⑤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。

8. 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。
大会本部にてアンクルバンドを返却した時点で、棄権とします。

9. 荒天の場合

荒天の場合は、中止、または距離、内容の変更を実行委員会で決定し、大会ホームページにて発表します。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。

10. 総成績表の発行

カーフマン公式ホームページで結果を閲覧・ダウンロードしていただけます。 <http://www.calfman.jp>

11. 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 1,000 万円 ・入院日額 5,000 円 ・通院日額 2,500 円 ・賠償責任 1 億円 免責 1 万

12. お湯のサービスについて

参加賞としてカップ麺が支給されます。大会会場で、このカップ麺を食べるためのお湯のサービスをさせていただきます。持込によるカップスープ・コーヒー等にご利用いただけます。

13. お問い合わせ・ご連絡先

カーフマンジャパン大会事務局 TEL 042-379-5201 (受付時間 月～金 10:00～18:00)

※大会前日・当日のご連絡は TEL 090-3232-7445 までお願いいたします

5 会場案内・会場での注意事項

【会場案内】

アクアマリンふくしま隣接駐車場 〒971-8101 福島県いわき市小名浜字辰巳町50

■車でお越しの場合 常磐自動車道「いわき勿来IC」より約20分

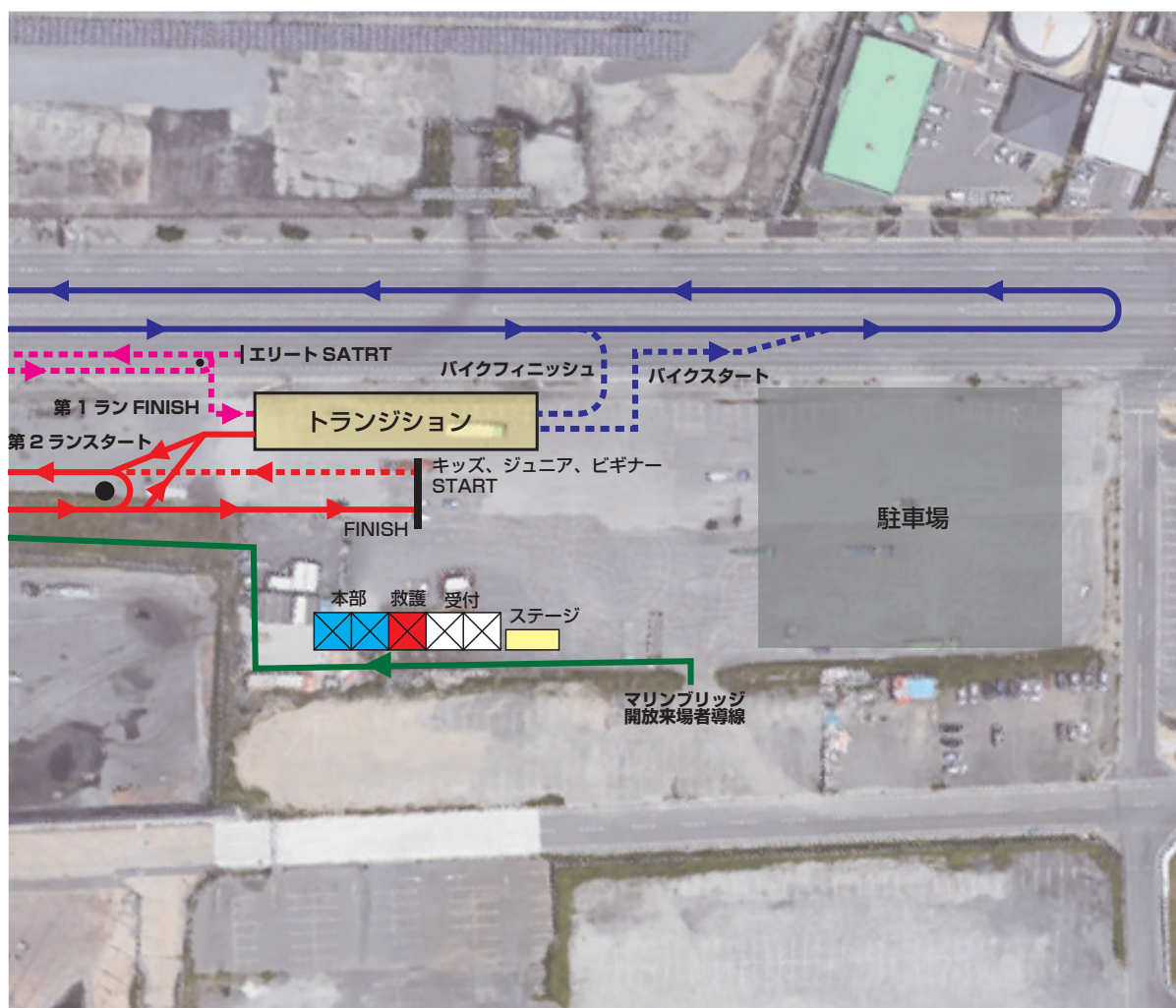
■公共交通機関の場合 「JR上野駅」→(特急スーパーひたち:約2時間15分)→「泉駅」下車
タクシーで約10分



【会場での注意事項】

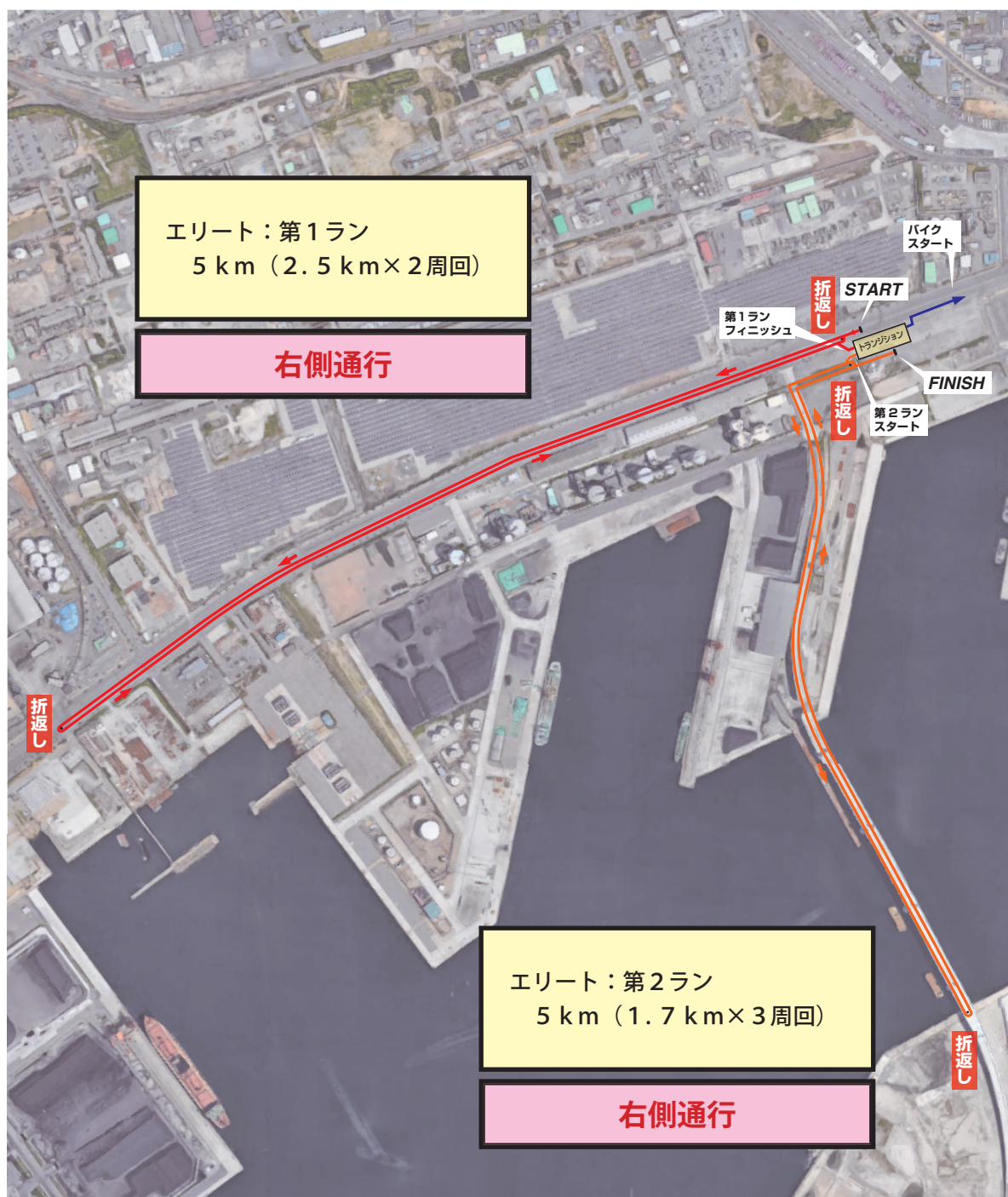
- ① エイドステーションでの紙コップ等は、所定の場所、もしくはエイド付近に捨てるよう心掛けてください。
- ② 競技中、緊急車両が通行する場合があります。その場合は速やかに道をお譲りください。
- ③ 競技コースは、交通規制されていますが、一般車両が進入する場合があるので充分ご注意ください。
- ④ 事前に競技コースを試走、ご確認ください。（交通法規遵守願います）レース前は交通規制がされていますので、充分ご注意ください。
- ⑤ 貴重品、所持品のお預かりはいたしません。各自の責任において管理願います。
- ⑥ 周回完了の誘導は行いません。各自サイクルメーターでチェックしてください。
- ⑦ 大会競技中は車両の移動ができません、ご協力をお願いいたします。
- ⑧ 自動計測システムを導入していますが、レースナンバーを目視で確認する場合があります。ナンバーベルトの使用は認めますが、ナンバーが見えない場合、徐行しての確認を求める場合があります。

【会場図】



6 コース図

ランコース (エリート)



ランコース (エイジ・リレー)



ランコース (キッズ・ジュニア・ビギナー)



バイクコース (共通)



全カテゴリー共通

- キッズ: 5 km (5 km × 1 周回)
- ジュニア・ビギナー: 10 km (5 km × 2 周回)
- エイジ・リレー: 30 km (5 km × 6 周回)
- エリート: 30 km (5 km × 6 周回)

9:30 までは交通規制されています。一般車両や歩行者に十分注意し、安全な速度で試走してください。キッズ・ジュニアクラスの選手は保護者または監督責任のある成人の方が同伴してください。マナー違反者は失格（競技に出場できません）の対象となります。

7 その他

■シーズンチャンピオン副賞

Calfman シーズン 16 ポイントランキング上位者（エイジクラス男女年代別各 1 位）には、副賞として「ALTRA」シューズを進呈いたします。

LEARN TO RUN.
LOVE TO RUN.
LIVE TO RUN.

ALTRA
ZERO DROP™ FOOTWEAR

www.altrazerodrop.jp



カーフマンジャパン大会事務局

〒206-0802 東京都稲城市長沼 2120-6 グラン・ヴェルジェ 104

TEL 042-379-5201 (平日 10:00 ~ 18:00)

大会ホームページ <http://www.calfman.jp>

メールアドレス info@calfman.jp

