



# EXCITING DUATHLON GRAND PRIX CalfMan Japan

近畿 Stage グリーンピア三木公園大会  
併催 第8回ひょうご生涯スポーツデュアスロン大会

## 大会最終要項

開催期日

2013年11月3日(日)

※ 選手受付時間は、8:00~8:30です。

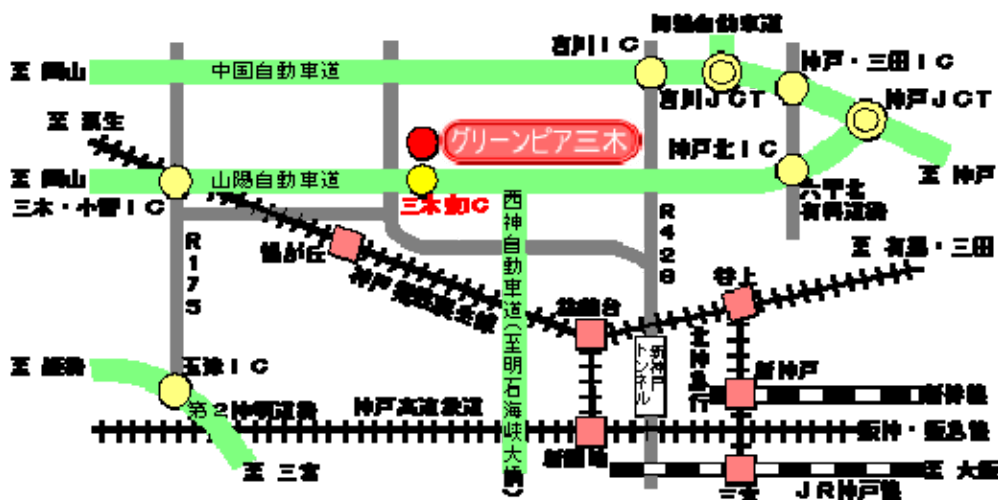
誓約書未提出の方は、後述の誓約書をお持ちの上、時間に余裕を持ってお越しください。

開催場所

グリーンピア三木公園内特設コース

〒673-0703 兵庫県三木市細川町槇山 894-60

山陽自動車道(三木東IC)より約2km・約2分



|             |      |                                                                            |
|-------------|------|----------------------------------------------------------------------------|
| <u>競技内容</u> | 競技種目 | ①エリート男子 ②エリート女子 ③エイジクラス男子<br>④エイジクラス女子 ⑤リレークラス⑥ビギナークラス<br>⑦ジュニアクラス ⑧キッズクラス |
|-------------|------|----------------------------------------------------------------------------|

競技距離

|     |                                  |
|-----|----------------------------------|
| ①～⑤ | 第1ラン5 km → バイク29.1 km → 第2ラン5 km |
| ⑥   | 第1ラン2 km → バイク9.7 km → 第2ラン2 km  |
| ⑦、⑧ | 第1ラン1 km → バイク4.85 km → 第2ラン1 km |

|           |          |                                     |
|-----------|----------|-------------------------------------|
| <u>表彰</u> | エリート男女   | 総合1位～6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<br>1位～3位 |
|           | エイジクラス女子 | 39歳以下 40歳以上 各1位～3位                  |
|           | リレークラス   | 1位～3位                               |
|           | ビギナークラス  | 男女別各1位                              |
|           | ジュニア     | 男女別1位～3位                            |
|           | キッズ      | 学年別1位～3位                            |
|           | クラブ対抗    | 1位～3位（所属クラブごとの合計ポイント制）              |

※年齢は、2014年12月31日の年齢を基準とする

『第8回ひょうご生涯スポーツ大会デュアスロン大会』

（エイジクラスで兵庫県在住者、兵庫県協会登録者のいずれかを満たすもの）

|          |          |
|----------|----------|
| 35歳～44歳  | 男女各1位～3位 |
| 45歳～54歳  | 男女各1位～3位 |
| 55歳以上    | 男女各1位～3位 |
| 会長賞 楯 1名 |          |

|            |                                            |
|------------|--------------------------------------------|
| <u>参加賞</u> | ①～⑤のシーズン初回参加者にカーフマンオリジナル参加賞<br>カップ麺、グリコCCD |
|------------|--------------------------------------------|

## 大会スケジュール

|       |                  |                                     |
|-------|------------------|-------------------------------------|
| 11月3日 | 午前 8:00 ~ 8:30   | ①~⑧受付                               |
|       | 午前 8:30 ~ 9:00   | バイクコース試走（必須）                        |
|       | 午前 9:00 ~        | 開会式・競技説明会                           |
|       | 午前 9:15 ~        | ビギナー・ジュニア競技開始                       |
|       | 午前 9:18 ~        | キッズクラス競技開始                          |
|       | 午前 10:10 ~       | エイジ男女・リレークラス競技開始<br>（順次ウェーブスタートを予定） |
|       | 午前 11:30 ~ 12:00 | エリート男女受付                            |
|       | 午後 0:10頃~        | エリート男女競技開始                          |

※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。

※エリートクラスのコース試走、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。当日の場内アナウンスに従ってください。

※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のバイクラックに準備してください。（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.会場までの交通機関

- ①山陽自動車道（三木東IC）より約2km ・ 約2分
- ②神戸電鉄（緑が丘駅）より神姫ゾーンバスで21分

### 2.選手受付・入園

- ① 大会当日は、グリーンピア三木のゲートで駐車料（500 円）を払って入場してください。入園は、7時30分から、受付は8時00分からとなります。時間に余裕をもってお越し下さい。入園後第1駐車場方面にお進み下さい。
- ② 第1駐車場に駐車後、バイクを組み立て、必要品を持って、徒歩で受付（芝生広場）までおいでください。グリーンピア三木内のバイク走行は指定場所以外禁止されています。バイクでの走行は指定時間内においてのバイクコース試走、及び競技中のみ許可されています。
- 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。

【受付にて渡されるもの】

レースナンバー（ゼッケン）2枚、大会パンフレット1冊

ナンバーシール（バイク用、ヘルメット用 各1枚）、参加記念引換券 ※左記2点は1枚のシートに印刷

トラバック及び参加賞

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、当日受付ヨコのパネルに記載されているほか、インターネットでもご確認頂けます（<http://www.calfman.jp/>）。

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。当日の署名捺印になります。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.会場内（公園内）での注意事項

- ①**競技のメイン会場（スタート地点）は、【芝生広場】**です。  
第1駐車場より徒歩で10分程度要しますので、受付時間に遅れないようにお願いします。
- ②**公園規則により、自転車はレース時・コース試走時以外、園内では必ず押して歩いてください（失格の対象となります）。**
- ③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。
- ④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。
- ⑤競技中に飲食した補給食等のごみ、会場内で生じたごみは、指定の場所に捨てるか、できれば各自が持ち帰るようご協力をお願いします。
- ⑥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貴重品、所持品のお預かりは出来ません。各自の責任において管理願います。

5.コース試走

公園内特設バイクコースは、カーブ、起伏に富んだテクニカルなコースです。8：30～9：00の間に必ずバイクでコースの試走を行ってください。試走の際は十分な安全走行をお願いいたします。

エリート部門に参加の方のコース試走は、エイジグループ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）が、エイジグループの試走と同じ時間帯に行っていただいても構いません。

## 6.車検

車検等はありませんが、各自の責任において点検整備を行うほか、バイクショップ等での整備をお薦めします。会場内のメカニックサービスを受けることも可能です。

## 7.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、背面にナンバーが確認できるよう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、バイク右側側面に貼ってください。

## 8.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、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。

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。

## 9.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。

## 10.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。

## 11.総合成績表の発行

有料にて郵送希望を申し込みされている方には、後日総合成績表を郵送いたします。インターネットでお申込みいただいた方は、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>

トライエックス(TRI-X) ホームページ <http://info.tri-x.jp/>

## 12.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 万円

## 13.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・ステージ横の売店で、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・コーヒー等にも対応させていただきますので是非ご利用ください。

## 14.入浴について

大会会場のグリーンピア三木では日帰り入浴が可能です。(大人600円、子供300円)

## 15.お問い合わせ・ご連絡先

カーフマン・ジャパン・デュアスロン大会事務局

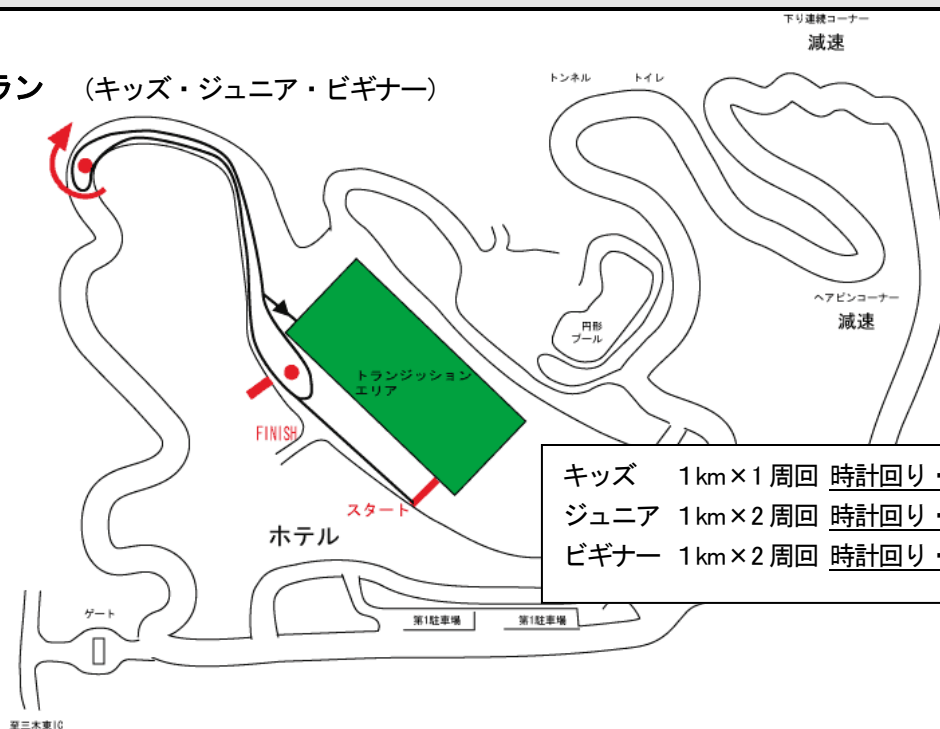
TEL 042-379-5201 (受付時間 月～金 10:00～18:00)    FAX 042-379-1992

※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 090-8779-2730    までお願い致します。

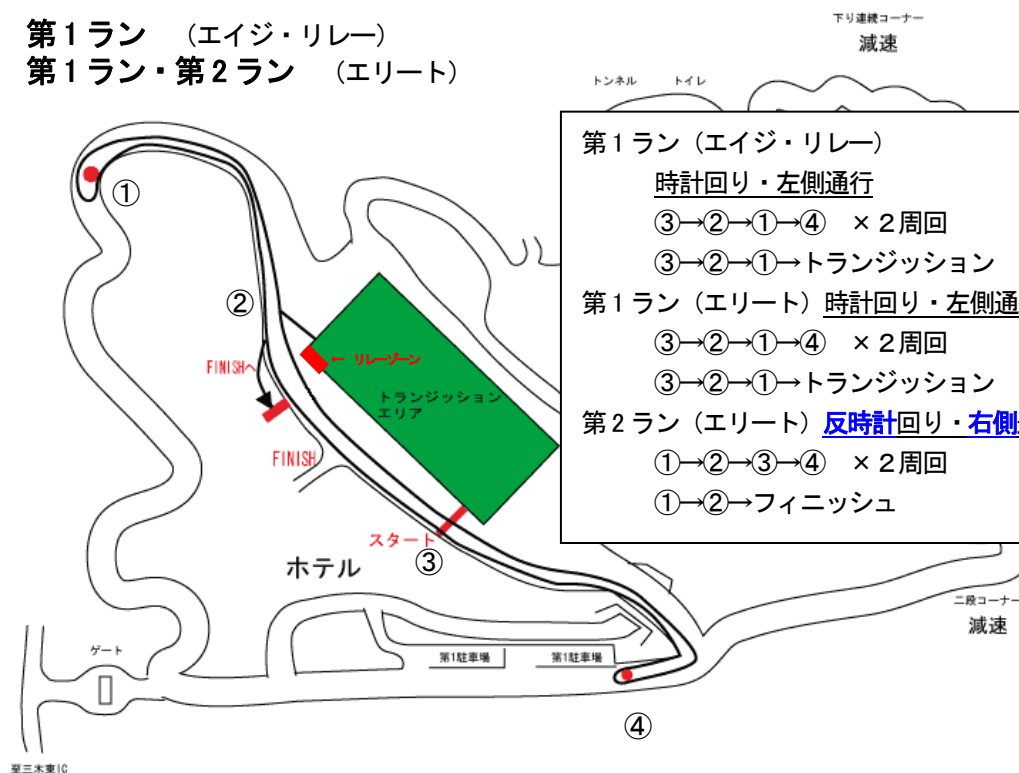
# コースマップ

## 第1ラン (キッズ・ジュニア・ビギナー)



キッズ 1km×1周回 時計回り・左側通行  
 ジュニア 1km×2周回 時計回り・左側通行  
 ビギナー 1km×2周回 時計回り・左側通行

## 第1ラン (エイジ・リレー) 第1ラン・第2ラン (エリート)



### 第1ラン (エイジ・リレー)

時計回り・左側通行

③→②→①→④ × 2周回

③→②→①→トランジション

### 第1ラン (エリート) 時計回り・左側通行

③→②→①→④ × 2周回

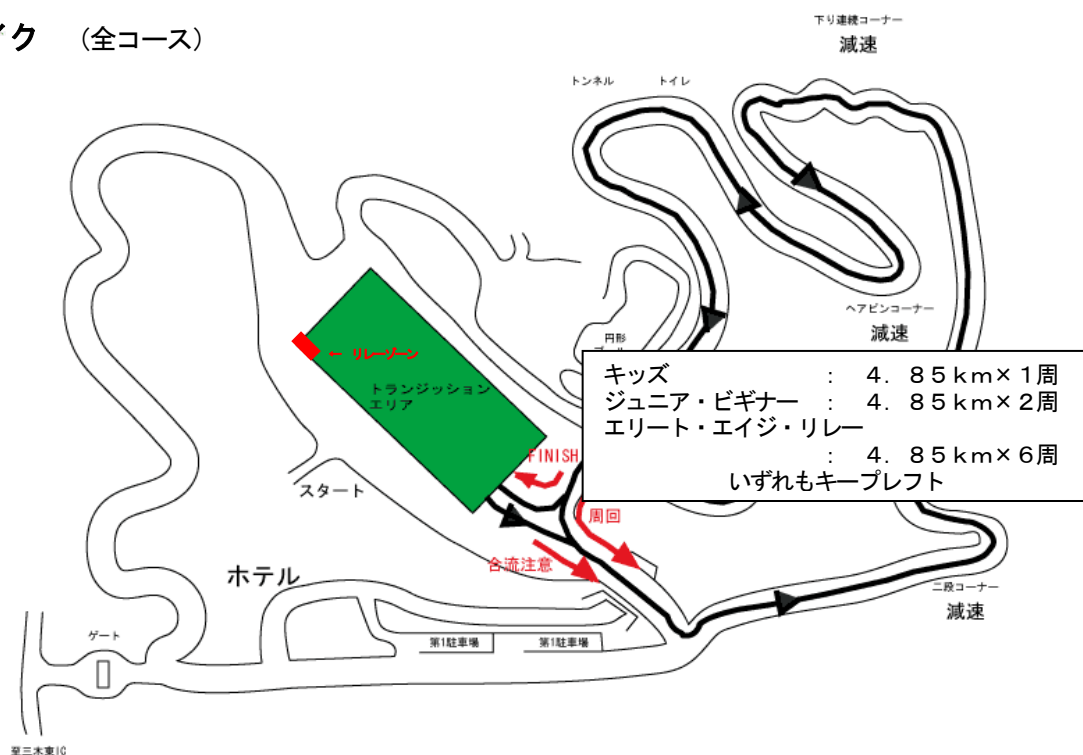
③→②→①→トランジション

### 第2ラン (エリート) 反時計回り・右側通行

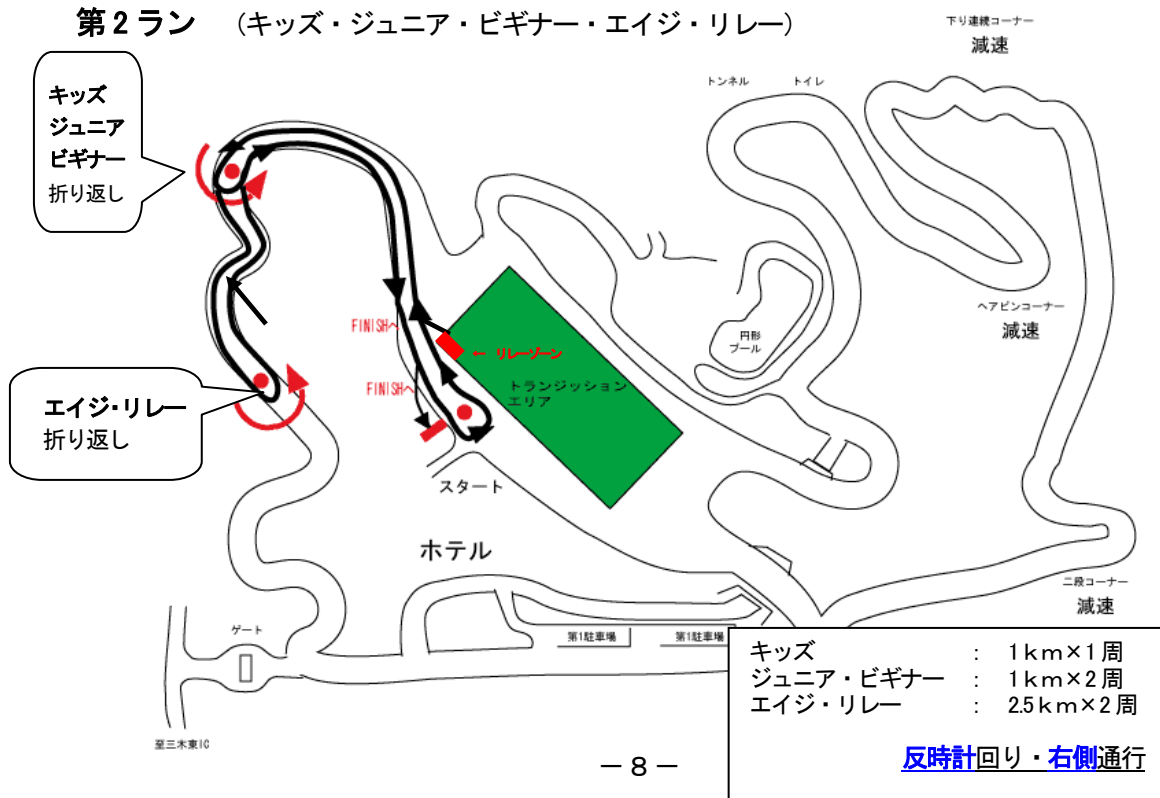
①→②→③→④ × 2周回

①→②→フィニッシュ

## バイク (全コース)



## 第2ラン (キッズ・ジュニア・ビギナー・エイジ・リレー)



## 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 前輪の最前部が、「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。
- 8 キッズ・ジュニアクラスのDHハンドルの装着禁止。

#### <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ト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、《追い抜く意志を持って、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 前輪最前部が、先行する前輪の最前部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ません。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 7m まで下がる。

#### ■ ラン（ランニング）

- 1 第1ラン、（左側通行）第2ランは（右側通行）で走る。マイペースで、一休みもできる。
- 2 追越しは前走者の外側から。

#### ■ エイドステーション

今大会の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。  
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、本部前及びトランジションエリアにあります。

## 誓 約 書

私は、カーフマン・ジャパン デュアスロングランプリの各大会への参加にあたり、下記のことを誓います。

- 1. [規則の順守義務と自己管理責任]** 私は、大会が一般公道・施設などを利用して行われるため、一般交通法規などはもとより大会主催者（以下、主催者と略す）が設けたすべての規約・規則・指示及び旅行主催者が設定した旅行日程・内容を順守し、私個人の責任において安全管理・健康管理に十分な注意をはらい大会に参加し、万一、体調などに異常が生じた場合はすみやかに競技を中止することを誓います。
- 2. [競技特性の理解と参加適正]** 私は、デュアスロンおよびこれに関連するスポーツ経験があり、大会の変化の激しい環境のなかで行われる複合競技であり、競技者の体調は急激に変化する特性があることを認識しております。また、大会会場は、不安定な要素の多い野外あるいは施設などの広い範囲に特設されるため、緊急時の救護あるいは対応に支障をきたす可能性が高いことを良く理解しております。現在、私の健康状態は良好であり大会の参加になんら問題を生じることは予想されません。さらに私は、大会日より1年以内に医師の健康診断の結果健康であることが確認されています。また、アレルギー体質、過敏症などの特異体質や既往症など、さらには宗教上その他の理由などにより、大会医療班が緊急医療のために知っておいてほしいことがある場合には、事前に大会主催者に書面で申告いたします。なお、大会主催者からの要請があれば、健康診断書・負荷心電図証明書などを提出いたします。
- 3. [競技の中止勧告順守と応急処置]** 私は、主催者により競技続行に支障があると判断された場合、主催者の競技中止勧告を受け入れます。また、大会開催中に私が負傷したり、事故に遭遇し、あるいは発病した場合には、医師および主催者が私に対し応急処置を施すことを承諾し、その応急処置の方法および結果に対しても異議を唱えません。
- 4. [負傷・死亡事故の免責]** 私は、競技中および付帯行事の開催中に負傷した場合、またはこれらに基づいた後遺症が発生した場合、あるいは死亡した場合においても、その原因のいかんに関わらず、大会に係わる全ての大会関係者に対する責任の一切を免除致します。また、私に対する補償は大会に掛けられた傷害保険の範囲内であることを確認し承認します。  
従って、私はここに、私自身、私の遺言執行人、管財人、相続人、近親者などのいずれから、私が被った一切の傷害について賠償請求、訴訟の提起およびそれらのための弁護士費用などの支払請求を行わないことを誓います。
- 5. [不可抗力事項の免責]** 私は、気象状況の悪化および競技環境の不良など大会主催者の責に帰すべからざる事由により、大会が中止になった場合、または競技内容に変更があった場合、さらには競技用具の紛失・破損などにより競技あるいは競技参加に支障が生じた場合においても、主催者に対してその責任を追求しないこと並びに大会への参加のために要した諸経費（参加費を含む）の支払い請求を一切行わないことを誓います。
- 6. [肖像権などの広報使用と商業的利用]** 私は、私の肖像・氏名・住所・年齢・競技歴などが、大会に関連する広報物全般および報道・情報メディアなどにおいて使用されることを了承し、これらに附随して主催者・管轄競技団体が制作する印刷物・ビデオ・情報メディアなどによる商業的利用を承諾致します。
- 7. [親族の参加承諾と専属管轄権]** 私は、私の家族・親族または保護者が、本誓約書に基づく大会内容を理解し承認し、私の大会参加を承諾していることを誓います。万一、大会に関する争いが生じた場合、その第一審の専属管轄権は、東京地方裁判所とし、準拠法は日本法とすることに同意いたします。

### カーフマンジャパン大会実行委員会 御中

私は、大会への応募用書類のすべての記載事項が真実かつ正確であることを誓います。

また、私および私の保護者(未成年の場合)は、大会の誓約書および大会傷害保険を含む大会の内容を良く理解し承諾したことを誓い、下記に必要事項を明記し署名します。

|           |          |
|-----------|----------|
| 参加者自筆署名捺印 | 保護者署名捺印  |
| 印         | 印        |
| 20 年 月 日  | 20 年 月 日 |

※未成年者は、保護者の承諾を示す署名捺印が必要です。