



CalfMan Japan 9

DUATHLON GRAND PRIX SEASON



2011-2012

www.calfman.jp

最新情報は
こちらから

最新情報をご覧になるには「ウォール」をクリックしてください



Facebook
CALFMAN
JAPAN

RUN:5km
BIKE:30km
RUN:5km

2012.2.5 Sun HIGASHIOUGIJIMA

カーフマンジャパン デュアスロングランプリ・シーズン9

主催：社団法人 日本トライアスロン連合・カーフマンジャパン実行委員会



ALANTI

ZXU

GNLab

STRICHUP

JBJA

SPORTS
ASSIST

NEWTON
running

TRI-X

TYR

ゴクゴク 飲んでる ヒマなど ないんだ!

運動中に必要な量のエネルギーが、ひと握りで瞬間補給できる。小容量で携帯にも便利なパワープロダクション〈ワンセコンド〉が新登場!

NEW!



CCD クリアレモン
ENERGY GEL 86g
エネルギー165kcal クエン酸 770mg
200円 (メーカー希望小売価格・税込)



CCD ピーチクール
ENERGY GEL 86g
エネルギー165kcal クエン酸 660mg
200円 (メーカー希望小売価格・税込)



BCAA グレープフルーツ
JELLY 72g
BCAA 2000mg クエン酸 780mg
229円 (メーカー希望小売価格・税込)



HCA オレンジ
JELLY 72g
HCA 500mg カルニチン 250mg
229円 (メーカー希望小売価格・税込)

POWER PRODUCTION ワンセコンド ONE SECOND

ごあいさつ



社団法人 日本トライアスロン連合会長
岩城 光英

東日本大地震で被害に遭われた多数の選手そして関係者におかれましては、復旧に向けて大変な状況であると存じます。ご家族・ご友人たちに心からのお見舞いを申し上げます。

「カーフマンジャパン・デュアスロングランプリ/シーズン9」が開催されるにあたり、トライアスロン・デュアスロンファミリーを代表して、皆様を歓迎申し上げます。

日本全国の選手・役員そして多数の大会主催者により、トライアスロンはその社会的な評価が毎年のように上がっています。世界的には2000年シドニーから数えて4度目となるオリンピックが来年はロンドンで開催されます。そして2016年リオデジャネイロでのパラリンピックでパラトライアスロンの実施が決まりました。

国内では、1981年、鳥取県の皆生温泉で最初の大会が開かれ今年が30年目となります。発展を続けるなか、2016年岩手国体での正式競技化そして2010年アジア競技会広州大会でのメダル独占の栄誉を賜りました。今後とも全国の大会主催者そして選手・役員など、関係者とともに国内はもとより世界のトライアスロンの普及と発展に尽力する覚悟であります。

トライアスロンと同じく、デュアスロンにつきましても全国的に開催される大会数が年々増加しており注目度は高まっております。そのような背景の中、今年度も国内唯一のデュアスロンシリーズレースが全国各地で開催されます。これらの大会を通じデュアスロンの普及と強化が促進され、世界への挑戦の第一歩となることは大きな楽しみです。

カーフマンジャパン・デュアスロングランプリシーズン9の開催にあたりましては、多くの企業・団体からのご協力を頂きました。そしてボランティアの皆様にも心からのお礼を申し上げます。結びに、本大会がデュアスリートの目標として末永く開催されることをお願いし、大会の成功をお祈りいたします。

ごあいさつ



**大会副会長
日本学生トライアスロン連合会長
宇佐美 彰朗**

「2012 第 8 回日本学生デュアスロン選手権」が神奈川県川崎市川崎港東扇島でカーフマン第 4 戦南関東ステージ大会と併催にて開催されることは大きな喜びです。

首都圏から近く絶好のロケーションである川崎港東扇島をデュアスロンのチャンピオンシップレースのステージとしてご提供いただいたことに対し、厚く御礼申し上げます。

本大会は今年で 8 回目となりますが、デュアスロンの歴史はトライアスロンとほぼ同じ歴史を持つスポーツであり、毎年世界選手権も開催されています。この競技はトライアスロンとは異なり、スイムがなく、代わりにバイクを間にはさんでランニングを 2 回行うのが特徴です。マラソンの競技レベルの高い日本人にとっては、世界の舞台での活躍に希望を抱かせてくれるスポーツであるといえるでしょう。いずれはトライアスロンと並び、オリンピックの舞台に立つことも期待しております。

本大会では、参加する学生諸君が、個人的に素晴らしい競技を展開することはもちろん、各大学の名譽を背負って一杯戦い、その成果を見せて欲しいと強く願うしだいです。

最後になりましたが、本年も大会に多大なご協力をいただきます川崎市、川崎市体育協会をはじめ、関係各位の皆様に対し、心より感謝を申し上げまして、あいさつといたします。



CalfMan Japan 9

DUATHLON GRAND PRIX SEASON

南関東 Stage

川崎港東扇島大会

大会概要

開催期日	2012年2月5日(日)
開催場所	川崎港東扇島東公園と周辺道路 ※時程、ルール、表彰対象などにつきましては、次ページに記載しております
主催	Calfman Japan 大会実行委員会・社団法人日本トライアスロン連合
競技主管	神奈川県トライアスロン連合
競技協力	日本学生トライアスロン連合
後援	神奈川県川崎市、公益財団法人川崎市スポーツ協会、日刊スポーツ新聞社
協賛	江崎グリコ株式会社、TYR、株式会社アレッセコーポレーション、 有限会社スポーツアシスト、日本バナナ輸入組合、有限会社スタイルバイク、他
参加賞	①T R I - Xオリジナルハイパーソックス ②カップ麺、グリコCCDドリンク、他 ※①はエリートクラス、エイジクラス参加者のみ(リピーター割引対象者は除く)

大会役員

大会会長	社団法人日本トライアスロン連合会長	岩城 光英
大会副会長	神奈川県トライアスロン連合会長 日本学生トライアスロン連合会長	河野 太郎 宇佐美 彰朗
実行委員長	神奈川県トライアスロン連合理事長	渡邊 英夫
レースディレクター	ネオシステム株式会社	清本 直
大会技術代表	神奈川県トライアスロン連合	浅海 聡
審判長	神奈川県トライアスロン連合	小川 幸一
審議委員	渡邊 英夫(J T U / 神奈川県連合) 清本 直(大会実行委員会) 浅海 聡(技術代表)	
事務局	カーフマンジャパン・デュアスロングランプリ事務局	大友 淳一

大会事務局

〒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及び大会前日・当日のご連絡は TEL.090-4916-8885 まで
お願いいたします。

スケジュール&ルール

時刻	内容	TOTAL	人数	NO.	ドラフティング ※1	DH ハンドル	競技 制限時間	BIKE LAP OUT	バイク セットアップ	トランジション 解放
8:00	開 門									
8:30～9:30	受 付 (エリートは引続 11:00 まで本部にて受付)									
8:30～9:30	試走可能時間 (全クラス)									
9:35～9:50	開会式・競技説明会									
9:50	ビギナー&ジュニア&キッズ召集									
10:00	ビギナー (男・女) スタート	72	60	1 - 60	×	○	-	-	9:30まで	11:00～
	1		72							
	ジュニアスタート		11	61 - 71	×	×	-	-	9:30まで	11:00～
10:00	エイジ男子①&学生 OPEN 男子召集									
10:07	キッズスタート	47	47	74 - 120	×	×	-	-	9:30まで	11:00～
10:15	学生 OPEN 男子スタート	265	55	501 - 555	×	○	-	-	9:30まで	13:45～
	エイジ男子 29 歳以下スタート		41	556 - 596						
	エイジ男子 40 歳代スタート		169	597 - 765						
11:00	エイジ男子②&エイジ女子& 学生 OPEN 女子&シチズン男女召集									
11:15	エイジ男子 30 歳代スタート	282	134	121 - 254	×	○	-	-	9:30まで	13:45～
	エイジ男子 50 歳代スタート		38	255 - 292						
	エイジ男子 60 歳以上スタート		10	293 - 302						
	エイジ女子スタート		56	312 - 367						
	学生 OPEN 女子スタート		5	368 - 372						
	シチズン男女スタート		1	411						
11:30～	ビギナー&ジュニア&キッズ 表彰式									
13:00	エリート男女召集 ※4									
13:10	エリート女子 (含学生) スタート	113	16	101 - 117	○	○	105 分	あり	※随時	-
13:12	エリート男子 (含学生) スタート		97	1 - 98	○	○	100 分	あり	※随時	-
14:55	全競技終了									
15:00～	表彰式&閉会式									

※エリート (学生選手権) のバイクセットアップは、キッズ、ジュニア、ビギナーズのバイク撤収後となります。開始時刻はアナウンス致します。

【競技距離及び表彰対象一覧】

クラス	競技距離			表彰対象 ※2、※3
	第1ラン	バイク	第2ラン	
エリートクラス男女	5 km	28.8 km	5 km	男女別各1位～6位
学生選手権男女（宇佐美彰朗杯）	5 km	28.8 km	5 km	男女別各1位～3位 ※学連登録者
学生OPEN男女	5.4 km	28.8 km	5.4 km	男女別各1位～3位
エイジクラス男子	5.4 km	28.8 km	5.4 km	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	5.4 km	28.8 km	5.4 km	39歳以下、40歳以上 各1位～3位
シチズンクラス	5.4 km	28.8 km	5.4 km	男女別各1位～3位、川崎市特別表彰
ビギナークラス	2 km	9.6 km	2 km	男女別各1位
ジュニアクラス	2 km	9.6 km	2 km	男女別各1位～3位
キッズクラス	1 km	4.8 km	1 km	学年別各1位～3位
学連大学対抗男子	学生選手権上位3名の合計タイム			1位～5位
クラブ対抗	所属クラブごとの合計ポイント制			1位～3位

※1 エリートクラス以外はドラフティング禁止レースですので、自力で走行してください。

※2 エイジクラス年齢は世界戦選考基準の2012年12月31日現在の表記となります。

※3 クラブ対抗：1～3位（所属クラブの合計ポイント制）その他に特別表彰やプレゼントもございますので、最後までお楽しみください。

※4 エリートクラスのスタート時間に関しましては、エイジクラスのレース状況で安全性が確認され次第となります。アナウンス致しますので多少の前後をご了承の上、ウォーミングアップを行っていただきたいと思います。

●エイジクラス・シチズンクラスに関しましては競技制限時間を特に設定致しておりませんが、安全管理上危険と判断した場合は、バイク周回途中であっても第2ランへ進んでいただく場合がございます。

●大会スケジュールに沿った進行管理ができますよう準備しておりますが、安全性の確保を第一に進めて参ります。スケジュールのズレが生じた場合はご承りいただきたいとともに、説明会や召集時間の厳守をお願いいたします。

●ペナルティを決して受けないよう、ご準備をお願いいたします。

① 違反や危険が予想されるときは注意を受けます。

② 注意に従わないと警告がでます。

③ 悪質な違反行為やマナー違反は失格を宣言する場合があります。

※罰則の種類は、指導・タイムペナルティ・失格・資格停止及び追放となります。

受付・配布物

8:30 より受付を致します。貴方のレース NO が宛名ラベルに記載されている封筒には、このプログラム（最終要項）と NO カード類、誓約書（WEB 申込み以外で未提出の方）、駐車証（お申込者の方）が同封されています。**誓約書には署名・捺印・レース NO の記載をお忘れ無いようご提出ください。**スムーズな受付にご協力をお願いいたします。受付時には協賛各社からの品物などが入ったトランジションバッグもお受け取りください。参加賞受領対象者の方は、物販・バイクメカニックエリアにある「BACK UP」ブースにてお受け取りください。**※ J T U 登録者は受付時に会員証をご提示ください。提示がない場合は割引が適用になりません。（差額 1000 円徴収致します）**
※安全ピン（ゼッケン用）は同封されておりませんので、必要な方は受付にてお受け取りください。

計測用タグ

召集時にお渡しするアングルバンドにはタグが挿入されており、こちらで皆さんのタイム計測を行っております。フィニッシュするまでは絶対に外さないでください。また、同時にお渡しするゴムも落下防止の為お付けいただくようお願いいたします。正確な計測を行うため、タグの性質を理解されレースに臨んでください。レース中以外で計測場所に近づくと反応し、集計時のチェックに大きく時間を割かれてしまいます。尚、今回のレースにおける 2 回のトランジションタイムは、全クラス共バイクタイムに含まれます。

競技内容の変更及び中止

気象状況などにより大会開催が危険と判断される場合は、大会当日 7:00 に主催者によりコース・距離などの変更、または中止を決定いたします。雷など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いたします。

大会公式フェイスブックページ（下記 URL 参照）で周知いたします。※表紙に QR コードもございます。

<http://www.facebook.com/pages/CALFMAN-JAPAN/228374383894901>

尚、中止・変更があった場合でも参加費の返還はいたしかねます。また、会場までの交通費の補償なども行いかねますのでご了承ください。

スポーツ保険

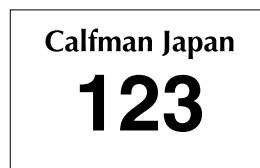
大会保険に基づき大会中の事故を補償いたします。ただし故意、犯罪行為、麻薬などの使用、精神障害、他覚症状のない“むちうち症”または腰痛、大会直前 12 ヶ月以内の既往症と因果関係のある疾病による身体障害、地震、噴火、津波、戦争や他の争乱などは対象外となります。

- ・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

ナンバーカード・ナンバーシール

ナンバーカードはウェアの前面・背面に取り付けてください。ゴムやレースベルトの使用も可能です。（レースベルト使用の際も必ず 2 枚使用して、前面・背面につけてください）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。

※安全ピン（ゼッケン用）が必要な方は、受付にてお受け取りください。



（前）



（後）



車検

車検はとり行いませんので、安全に走行できる状態をご準備の上、参加してください。会場内にはバイクメカニックサービスの用意がございます。心配な方はご利用ください。

トランジション

エリア内は競技者と特別に許可を受けた者以外は立入りできません。エリア内はペダル片足走行も含め乗車禁止です。

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、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。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」を守ってください。エリア内でのルール遵守にご協力ください。バイクの設置方法が守られていないバイクは、選手への了承を得ずに直しますのでご了承ください。

競技規則

http://www.jtu.or.jp/marshal/pdf/jtu_competition_rules_2006.pdf

上記のJTU 競技規則におけるランおよびバイク部分をよくお読みになり、デュアスロンの競技特性を理解した上でレースに臨んでください。

バイクに関し、特にご理解いただきたい項目を下記に記します。

試走も含め、規定のヘルメットの着用が義務付けられています。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。コース右側は追い越しスペース。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。ドラフティングと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（エリートクラス以外）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、同一速度での走行を続ける事等）を「ブロッキング」として禁止している。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。ドラフトゾーンへ入れるのは15秒以内に追い越せるとき。危険回避の為やむを得ないときやトランジション出入り口付近。

バイク周回チェック

周回不足と判断した場合は非完走（DNF）となります。スタッフが周回数を数える事はありません。自己責任において規定の周回をカウントしてください。周回数が正しいかどうかの判定は①周回チェックの計測（その場でお答えするものではありません）②各選手のタイム③サイクルコンピューターの距離 ①～③を総合的に判断し、選手が正しく周回したかを判断いたします。

折角のレースで周回ミスは残念でなりません。周回数の多いクラスは、メーターのご準備をお願いいたします。

※バイクフィニッシュで周回不足とわかった場合、周回コースへの合流地点まで、審判の指示に従いバイクを押しコースに復帰してください。第2ランスタート後に気付いてもバイクには戻れません。

水分摂取

冬の大会でも体内の水分は確実に失われています。ランコース上のエイドステーション、バイク競技中のボトルで十分な水分摂取を行って、脱水に関して防衛してください。

リタイア（DNF）

大会において選手の安全を確保は最も優先する事項です。万一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」も選択のひとつです。安全に楽しくレースを行ってください。

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（タグ）をお渡しください。

ドラフティング禁止ルールとドラフティング許可ルールについて

今回の大会は、エリートと学生選手権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）、それ以外のレー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ので、エリートレースの方は第3節を、それ以外の方は第2節を熟読してください。特にエリートレースに出場する選手で、規定外のハンドルの自転車を持ち込まれた方は出場できなくなる場合も考えられますので、ご注意ください。

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げる。
- 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 第1ラン、第2ラン共にキープレフト（左側）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。
-

エリートクラス・学生選手権男女ハンドル規定

エリート、学生選手権男女は、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。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。

下記ハンドル規定外のバイクでは参加できません

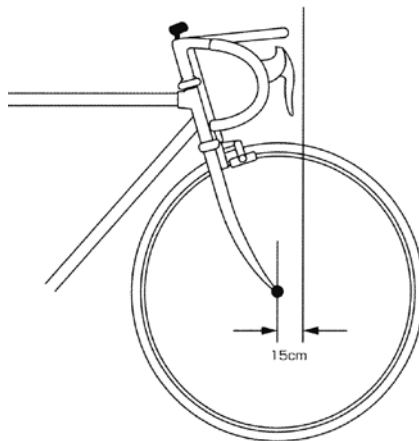
(JTU 競技規則【第8章 バイク(自転車)】より該当部分抜粋)

□エアロバー

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

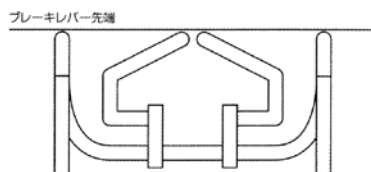
(1) エアロバーの先端は、前輪ハブ軸より15cm以上、前方に出てはならない。

(図A)



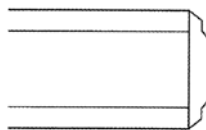
(2) エアロバーの先端は、左右のブレーキレバーの最前部を結ぶ直線より前に出てはならない。

(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。

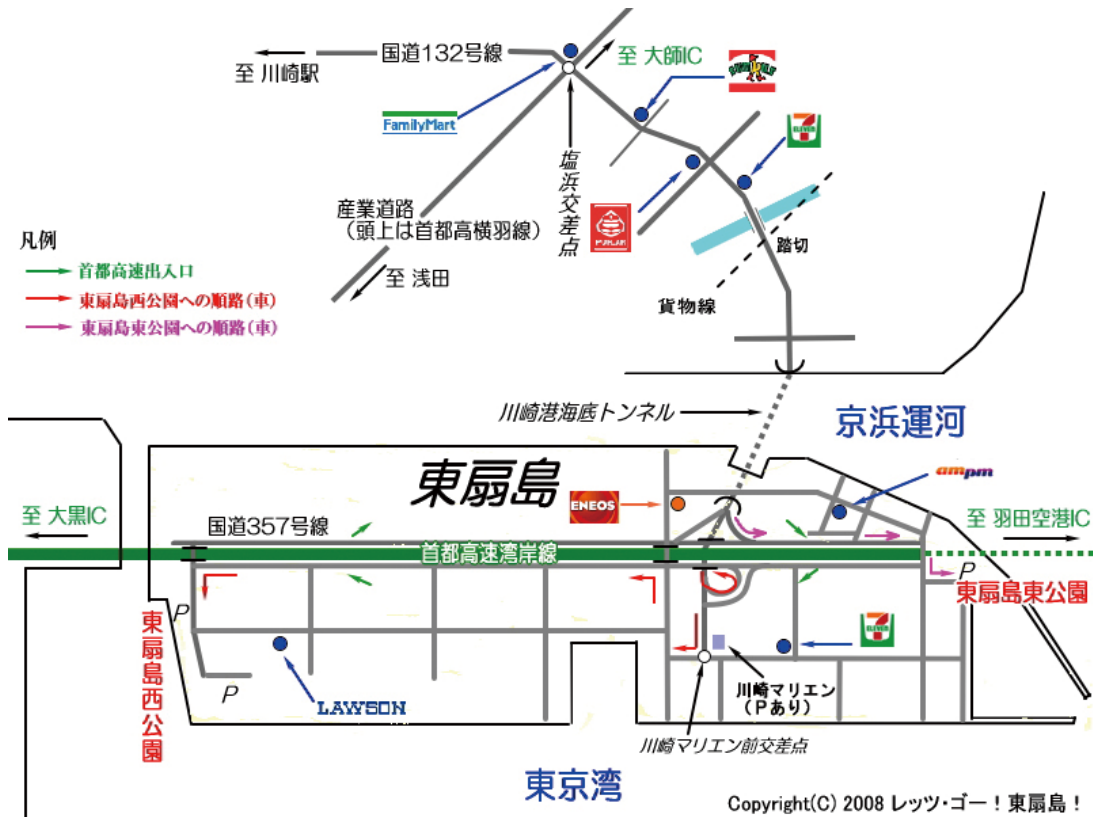
(図C)



(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。

会場までのアクセス方法

会場は、川崎市の一帯東京湾よりにある因り人工島、扇島の東端にある**東扇島東公園**です。



1. 会場への交通機関

●公共交通機関の場合

川崎駅東口 12 番乗り場、市バス「川 05 系統・東扇島循環」に乗り、30～40 分で「東扇島東公園」下車。降車地点の歩道の足下に案内が出ています。バスの進行方向最初の交差点に東公園の正面入口があります。公園内の【渚の休憩所】が大会本部となります。

●お車の場合

○首都高利用の場合は、東扇島出口を出て、国道 357 号線を東進して下さい。

つきあたりの T 字路が東公園です。

※東京方面から首都高を横浜方向に利用して東扇島ランプを出ると、国道 357 号線を西進する方向に出ますので、約 500m 直進（西進）して最初の信号のある交差点で右折、首都高をくぐって、反対側にある国道 357 号線の東進路に入り東向きに戻して下さい。

○川崎市街地方向から川崎港海底トンネルを利用する場合は、海底トンネルを抜け出た最初の分岐点を左に入り、左カーブの坂道を上って行くと国道 357 号線東向きに合流します。

T 字路まで直進して下さい。その T 字路を右折し、最初の交差点を公園に沿って左折すれば、すぐに駐車場のゲートが見えます（ここは一般車両の「出口」になります。）

さらに 300m ほど進むと【選手駐車場】がありますので、係員の誘導に従って下さい。

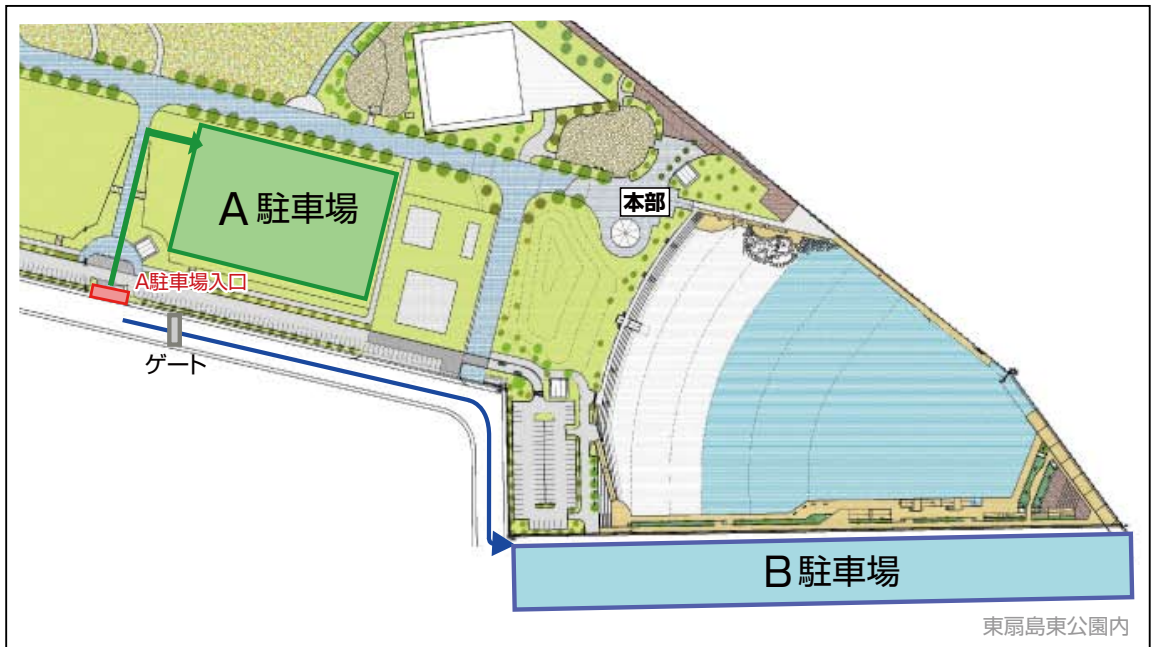
●輪行の場合

川崎駅等の最寄駅から**会場まで自転車でのご来場（自走）は、お勧めいたしません。**

自転車通行不可の海底トンネルがありますので、歩行者専用トンネル（人道）を自転車から降りて移動していただきます。

2. 駐車場について

- 大会会場に自動車でお越しになる場合、**同封されている「駐車許可証」**をご提示いただきます。
大会指定駐車場をご利用頂きますので、警備員の許可に従って入場をお願いいたします。公道及び港湾道路などへの不法駐車・迷惑駐車はされませんようお願いいたします。
- 駐車料金を未払いの方は、本部受付にて 500 円をお支払い下さい。
- 原則的に事前に申請され、駐車許可証のある車両しか駐車場をご利用いただけません。当日急遽車両でお越しになった方は、B 駐車場をご利用いただきますので駐車料金（500 円）を係員にお支払い下さい。
- 駐車場のご案内



※駐車場にはA、Bございます、駐車許可証をご確認ください。

○選手用「A 駐車場」についての注意事項

- ・入退場についての時間制限はございませんが、公園内の運転はくれぐれもご注意ください。
- ・公園内は徐行、芝生への車両の立ち入りは厳禁です。

○選手用「B 駐車場」についての注意事項

【入場時の注意点】

バイクコース設営のため、**9:15** にゲートが閉まります。
ゲート閉門後の入場は出来ませんので、早めの入場をお願いします。

【退場時の注意点】

エリートクラスのバイク競技終了まで移動は出来ません。

競技終了後の退場の際には、係員の指示に従ってください。

スタイリッシュスポーツ

スタイリッシュフルーツ

B

A

N

A

N

A

スポーツをする人にとって、
バナナは、おすすめの食品です。

1

エネルギーに変わりやすい、
しかも持続する
(多様な糖類)

2

筋肉の
ケイレンを防ぐ
(豊富なカリウム)

3

疲れに強い
(豊富なビタミン、ミネラル)

4

消化に良い

5

携帯に便利

多様な糖類

バナナには、ブドウ糖、果糖、ショ糖などの多様な種類の糖質が含まれています。糖質の種類によってエネルギーに変わる速さが異なるため、バナナは即効性と持続性に優れた食品といえます。さらに、バナナと一緒にオレンジやレモンなどに含まれるクエン酸をとることで、体内のグリコーゲンの蓄積を促し、スタミナをアップできます。

豊富なカリウム

バナナに多く含まれるカリウムには、筋肉のケイレンを防ぐ働きがあるので、ケガから身を守ってくれます。

豊富なビタミン、ミネラル

運動をして代謝が活発になると、大量の汗といっしょにビタミンやミネラルが失われます。これらが不足すると体力が落ち、疲れやすくなります。それを補うには、ビタミンB群、カリウムやマグネシウムなどのミネラルを豊富に含むバナナが効果的です。

▼メイン会場案内図(東扇島東公園内)と注意

□公園内では利用ルールとモラルを守り、一般来園者(サッカー場・ドッグラン等)にご迷惑をおけないようお願いいたします。※公園内は喫煙を含め、火気厳禁となっています

□本部周辺に受付・ステージ・ショップ・更衣テント等の機能を集約しています。来園後、まずは本部のある渚の休憩所(ドームテント)までお越しください。

□ほとんどの選手が車で会場入りされます。会場付近の道路混雑や渋滞をさけるため、時間に余裕をもって来園してください



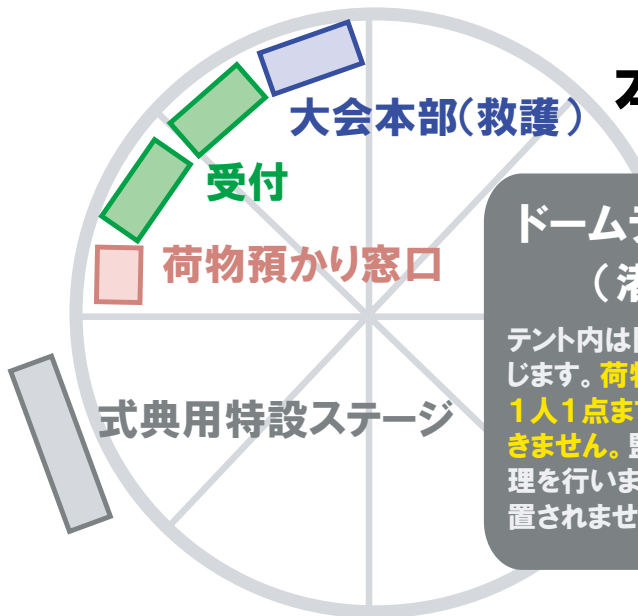
駐車場への入庫について

○事前に送付された駐車券を警備員に提示の上、駐車場Aまたは駐車場Bにご入場ください。各駐車場における注意事項については駐車券の文面をご確認ください。

○**駐車券の申込みをされていない方は、駐車場Bをご利用ください。**駐車券Bの料金は入庫時に精算いたします。公園内の一般有料駐車場もご利用いただけますが費用は一般駐車場の料金規定に準じます。

注意事項

本部周辺図



ドームテント内案内図 (渚の休憩所)

テント内は関係者以外の立入を禁じます。荷物預かりは選手に限り、1人1点まで。貴重品はお預かりできません。監視カメラにて保安・管理を行います。専用の警備員は配置されませんのでご了承ください。

物販・バイクメカニックエリア (芝生の上)



START

折返し地点

WC 更衣テント

本部 FINISH

立入禁止

TA(キッズ・ジュニア・ビギナー・学生選手権・エリート)

WC

2 1 TA(エイジ・シチズン・学生OPEN)

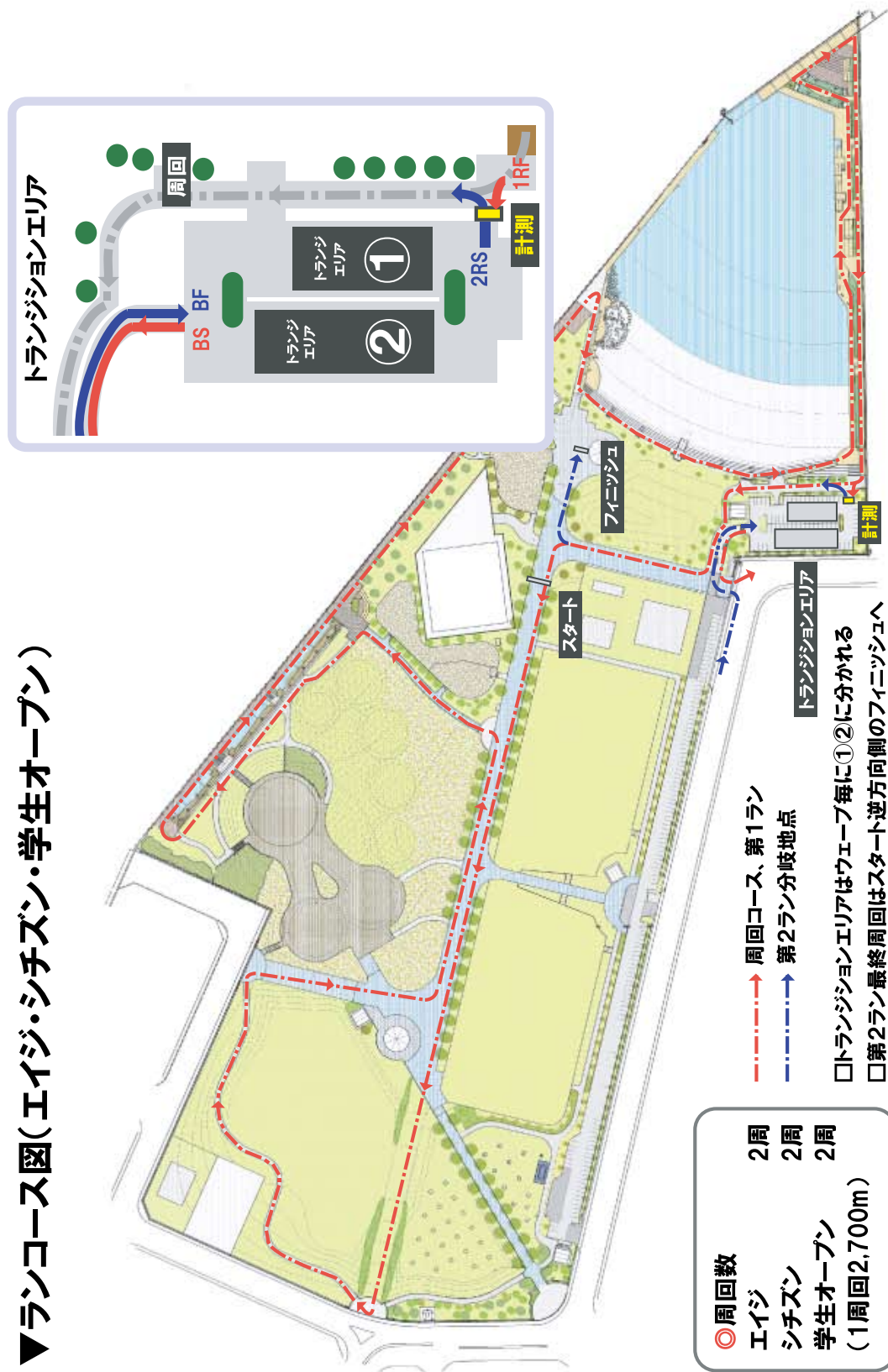
駐車場B

駐車場B入口

▼ランコース図(キッズ・ジュニア・ヒギナー・エリート)



▼ランコース図(エイジ・シチズン・学生オープン)



- ◎ 周回数 2周
- エイジ 2周
- シチズン 2周
- 学生オープン 2周
- (1周回2,700m)

- 周回コース、第1ラン
- 第2ラン分岐地点

□トランジションエリアはウェーブ毎に①②に分かれる
 □第2ラン最終周回はスタート逆方向側のフィニッシュへ

▼ バイクコース図(全クラス共通)

- ◎ 周回数
キッズ 1周
ジュニア・ヒギナー 2周
エイジ・シチズン 6周
学生オープン 6周
エリート (1周回4,800m) 6周



- 最終周回後、折返地点②を折返してからトランジションへ
- 乗車ライン・降車ラインを順守し、カーブでは減速

エリートクラス有力選手 (QF 係数保持者) のご紹介

年齢は 2012 年 12 月 31 日現在

エリート男子		エリート女子	
	<p>Ranking 1st QF=0.35 深浦 祐哉 (33) 所属：ハリアーズ / 新宿パークホテル 第 11 回世界デュアスロン選手権日本代表 カーフマンシーズン8 グランドチャンピオン カーフマンシーズン7 グランドチャンピオン</p>		<p>Ranking 1st QF=0.35 大松 沙央里 (30) 所属：トヨタ車体 第 15 回日本ロングディスタンストライアスロン選手権佐渡大会第 1 位 カーフマンシーズン8 グランドチャンピオン</p>
	<p>Ranking 2nd QF=0.25 森 正 (39) 所属：宮川医療少年院デュアスロンクラブ 第 11 回日本デュアスロン選手権優勝 カーフマンシーズン8 近畿ステージ優勝 第 26 回全日本マウンテンサイクリング in 乗鞍</p>		<p>Ranking 2nd QF=0.25 沢田 愛里 (32) 所属：JR 北海道 2010 世界デュアスロン選手権日本代表 カーフマンシーズン8 グランドチャンピオン カーフマンシーズン7 グランドチャンピオン</p>
	<p>Ranking 3rd QF=0.17 栗原 正明 (25) 所属：BODY TUNE・HEAD・/ 国士舘大学大学院エース 2010 世界デュアスロン選手権 U23 日本代表 カーフマンシーズン8 東海ステージ第 2 位 第 11 回日本デュアスロン選手権第 3 位</p>		<p>Ranking 3rd QF=0.17 宮沢 恵理 (26) 所属：SQUAD TAKUYA 2010 世界デュアスロン選手権 U 23 日本代表 第 11 回日本デュアスロン選手権第 2 位 カーフマンシーズン8 チャンピオンシップ第 2 位</p>
	<p>Ranking 4th QF=0.11 高橋 泰夫 (45) 所属：Team-Win-NOZAKI・BOMA 第 11 回日本デュアスロン選手権第 3 位 カーフマンシーズン7 北関東ステージ優勝 カーフマンシーズン8 近畿ステージ 2 位</p>		<p>Ranking 4th QF=0.11 配島 亜美 (23) 所属：日本大学 2010 世界デュアスロン選手権 U23 日本代表 カーフマンシーズン8 北関東ステージ第 3 位 第 10 回日本デュアスロン選手権第 4 位</p>
	<p>Ranking 5th QF=0.07 藤崎 直哉 (28) 所属：SBCsports/AVANTI カーフマンシーズン8 近畿ステージ第 4 位 カーフマンシーズン8 東海ステージ第 5 位 第 11 回日本デュアスロン選手権第 5 位</p>		<p>Ranking 5th QF=0.07 菊池 日出子 (26) 所属：村上塾・ブレイブ ソウル ITU アジアカップ優勝 アジア選手権チャイニーズタイペイ第 7 位 第 11 回日本デュアスロン選手権優勝</p>
	<p>Ranking 6th QF=0.05 立花 勝 (30) 所属： カーフマンシーズン8 南関東ステージ第 6 位 カーフマンシーズン8 北関東ステージ第 8 位 カーフマンシーズン8 チャンピオンシップ 5 位</p>		<p>Ranking 6th QF=0.05 栗原 知美 (24) 所属：筑波大学 カーフマンシーズン8 南関東ステージ第 5 位 カーフマンシーズン8 チャンピオンシップ第 3 位 関東学生トライアスロン選手権那須塩原第 2 位</p>

エリートクラスポイントランキング



- カーフマン・ジャパン・ランキングは、上位の 6 名に QF (Quality Field) 係数 (表 2 参照) を設定し、QF 係数保持選手の出場者数で大会ごとの獲得ポイントが変化するもの。
獲得ポイントは、大会出場 QF 係数保持選手の係数の合計プラス 1 を、上位 10 名に与えられるベースポイント (表 3 参照) に乗じたものとなる。
- もちろん、QF 係数保持選手以外の出場選手も、ポイントが獲得できる。
- 加算されるポイントは、予選 4 大会 + チャンピオンシップの 5 大会までとなります。(予選 5 大会以上の参加者は上位 4 大会が有効)
- シリーズ戦終了後・ポイントランキング男女 1 ~ 6 位、はシード選手として翌年シリーズ全戦参加費免除の特典が得られます。(※但し、エリートクラスへの参加に限る)

順位	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
通常ポイント	100	80	60	50	40	30	20	15	13	11
チャンピオンシップ	120	96	72	60	48	36	24	18	16	13
順位	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
通常ポイント	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
チャンピオンシップ	12	11	10	8	7	6	5	4	2	1

ベースポイント × (QF 係数保持選手の合計 + 1) ⇒ 獲得ポイント (小数点以下四捨五入)

エイジクラス有力選手のご紹介

年齢は 2012 年 12 月 31 日現在

エイジ男子	エイジ女子
 <p>Ranking 1st 鳥越 秀樹 (50) 所属：Team-Win-NOZAKI Class：age50 M</p>	 <p>Ranking 1st 瀬々井 ハル子 (62) 所属：チームルりん子 Class：age60 F</p>
 <p>Ranking 2nd 佐藤 光 (40) 所属： Class：age40 M</p>	 <p>Ranking 2nd 望月 美和 (48) 所属：チーム M&M Class：age40 F</p>
 <p>Ranking 3rd 前田 凌輔 (17) 所属：VERULIO ATHLETE CLUB Class：age10 M</p>	 <p>Ranking 3rd 赤塚 友梨恵 (26) 所属：みさかサイクル Class：age20 F</p>
 <p>Ranking 4th 川端 晃 (65) 所属：Team-Win-NOZAKI Class：age60 M</p>	 <p>Ranking 4th 野上 ジェラルディン (63) 所属：南蛮連合 Class：age60 F</p>
 <p>Ranking 5th 伊藤 寿 (30) 所属：三好 SATC Class：age30 M</p>	 <p>Ranking 5th 土井 寛子 (31) 所属： Class：age30 F</p>
 <p>Ranking 6th 新井 武志 (43) 所属：Mercoledì Ciucchi Class：age40 M</p>	 <p>Ranking 6th 木下 涼風 (18) 所属： Class：age10 F</p>

エイジ別ランキング

- カーフマン各ステージ男女年齢別 1～6 位に下記の表に基づきポイントが与えられる。
- 年齢区分は男女別 10 代～60 代以上までとする。(10 代男子、20 代男子、30 代男子、40 代男子、50 代男子、60 代以上男子、10 代女子、20 代女子、30 代女子、40 代女子、50 代女子、60 代以上女子)
- 年齢の基準はシリーズ最終戦の 12 月 31 日現在とする。
- ポイントランキングは年齢区分に関係なく総獲得ポイントにて推移する。
- 終戦終了時点で同ポイントの場合は、チャンピオンシップでの獲得ポイントの多い方が上位とする。
- 表彰：総合男女別 1～3 位、各クラス別男女 1 位

順位	1	2	3	4	5	6
通常ポイント	10	8	6	5	4	3
チャンピオンシップ	16	12	10	8	6	4

シーズン9 エイジランキングチャンピオンへのBIGな特典！

今シーズンのエイジランキング総合男女チャンピオンの方々には何と！
TRI-X オリジナル最新レースウェア一式（約 7 万円相当）を進呈致します！
※実際の商品は下記モデルと異なる事がありますので予めご了承ください。



エイジランキング年齢区分チャンピオンには、入賞者分しかオーダーしない
限定のチャンピオンウェアを進呈
※シリーズ 2 戦以上参加したポイント上位 1 位

好評レンタル中!!

TRI-X オリジナル

初心者にお勧め!! レンタルウエットスーツ

ロングジョン

使用素材 全身 2.5 mm のフルスキン
(S.C.S スーパーコンポジットスキン)

レンタル価格
(税込) **4,200円**

豊富な
全22サイズ

フルスーツ

使用素材 全身 2.5 mm のフルスキン
(S.C.S スーパーコンポジットスキン)

レンタル価格
(税込) **5,250円**



ご依頼、お問い合わせはこちら

<http://www.tri-x.jp/>



BACK UP

トライアスロンプロショップ

ウエットスーツ
ロードレーサー
好評レンタル中



**Calfman Japan
DUATHLON GRAND PRIX に
出店を予定しています!**

2012年2月より
営業時間が変わります。

営業時間

月曜・木曜・金曜・土曜日

13:00 ~ 21:00

日曜日・祝日

13:00 ~ 19:00

定休日: 毎週火曜・水曜日

※土曜・日曜・祝日でも大会やイベントにより
お休みする場合があります。
詳しくはお店のホームページをご覧ください。

<http://www.back-up.org>
info@back-up.org



京王相模原線
稲城駅南口
徒歩1分

BACK UP
※アクリル稲城隣り

〒206-0804 東京都稲城市百村 1624-3

TEL : 042-379-8775
FAX : 042-379-8776



www.newtonrunning.jp



REFRESH
PURE RECOVERY
ピュアリカバリー
運動後のリカバリー専用モデル。



XFORM
ACTIVE + RECOVERY
アクティブ+リカバリー
運動中・運動後どちらにも使える
オールマイティーモデル。



PERFORM
PURE ACTIVE
ピュア・アクティブ
運動中専用モデル。
トレーニング&レース。
ユニフォームのアンダーにお薦め。

**PREPARE
PERFORM
PREVAIL**



USING PWX®
COMPRESSION
TECHNOLOGY



THREE
NEW
CATEGORIES

新しい商品分類は、お客様がより詳しい商品知識に基づいて商品選択ができるよう配慮した系統だったアプローチです。

『アクティブユース』と『リカバリー』の観点から、商品を3つに明確に分類しました。また、商品はあらゆるスポーツのニーズに対応しています。

デュアスロンデビューからトライアスリートへ ホップ・ステップ・ジャンプ企画



【応募条件】 ※必ずお読みください

1. デュアスロン・トライアスロンに単独での参加経験が無い方。
2. バイク・ウエットスーツ・ヘルメットをお持ちでない方。
3. シーズン9のカーフマンシリーズに参加申し込みの方。(同時申し込みでもOK)
4. 2012年までにトライアスロン大会にデビューし、参加レポートを提出してもらえる方。
5. 上記 3と4 の大会参加にはスターターキットを必ず使用してもらおう事を受諾する方。
6. モニター企画参加者をカーフマンHPで写真付きで紹介する事を受諾される方。
7. 商品は無償で提供致しますが、組み立て料¥10,500、完組送料¥3,150を当選者負担とさせていただきます。

現状渡しも可能ですが、必ず専門店での組み立てをお願いいたします。

参加申し込みはオフィシャルWEBエントリー (エムスポ) のみです。

(自己PR入力必須: 初めてデュアスロン・トライアスロンに参加する熱い意気込みをお書きください)

大会ホームページより受付 <http://www.calfman.jp>

トライアスロン スターターキット

価格 **102,900円** 税込み
(¥98,000税抜)



【セット内容】

- バイク: AVANTI SPRINT
 - ウエットスーツ: blueseventy SPRINT
 - ヘルメット: AVANTI RAZOR2
 - バイク修理セット: Outland
- (セット内容: ボンプ、サドルバッグ、コンパクトツール、タイヤレバー、グルー、パッチ)
 ■ 予備チューブ: KENDA
 ■ 社団法人日本トライアスロン連合発行 トライアスロン入門書「トライアスロンをはじめよう」

スターターキットの商品案内はアレッセアバンティーサロンで対応致します。
 商品のご購入はバックアップブースにて承ります。

<開催日程>

2011年

11月13日 近畿ステージ
(兵庫県・グリーンピア三木)

11月27日 東海ステージ
(岐阜県・国営木曾三川公園)

2012年

1月22日 北関東ステージ
(埼玉県・国営武蔵丘陵森林公園)

2月5日 南関東ステージ
(神奈川県・川崎市東扇島)

4月1日 チャンピオンシップ
(岐阜県・国営木曾三川公園)

5月中旬 日本デュアスロン選手権

カーフマンジャパン デュアスロングランプリ シーズン9の5ステージ(近畿・東海・南関東・北関東・東北)に参加するビギナークラス、エイジクラスの中から抽選で男女各1名に(合計10名)に社団法人日本トライアスロン連合

公認グッズ「トライアスロンスターターキット」をプレゼント致します。

提供: 株式会社アレッセコーポレーション

<http://www.alesse.jp/>

遂に!!
日本
上陸

スポーツ・ニュートリションの最終形 プロテオミクス・アミノ酸サプリメント

GNLab

Genetic Nutrient Laboratories



既存のサプリメントを使用して「効果が実感できない」「清涼飲料水との違いが分からない」と感じているハードコア・アスリートに。プロテオミクス*研究を基に開発された究極のアミノ酸サプリメントです。

自転車ロードレースやトライアスロンのTOP選手、米国のトラック自転車ナショナルチーム所属選手の協力を得て開発されました。医薬品グレードのアミノ酸を原料に、サプリメント先進国アメリカの厳しい製造基準・製造設備(21CFR/cGMP) 下でつくられています。

*プロテオミクス(Proteomics): ゲノム情報を基に、細胞や生体の全たんぱく質のカタログ化を目指す研究分野

Featured Products



Essential Square / エッセンシャル・スクエア

GNLabのフラッグ・シップ製品。必須アミノ酸に数種類の非必須アミノ酸を配合する、リカバリー用製品です。骨格筋の疲労回復だけでなく、代謝系、免疫系の補強、改善にも有効です。BMI(ボディ・マス指数)、年齢、性別、体脂肪率に加え、消費カロリーから計算するプログラムを使用することで最適摂取量を算出することが可能です。製品形態: 白色粉末

包装サイズ: 90g包装(28回分) & 192g包装(60回分) & 384g包装(120回分)

標準小売価格: 90g包装 ¥2,900(¥3,045 税込) 192g包装 ¥5,400(¥5,670 税込) 384g包装 ¥9,800(¥10,290 税込)



Performance Cube / パフォーマンス・キューブ

BCAA(Branched Chain Amino Acids)を主成分とするレース中のパフォーマンス強化用製品です。この分野で初のサステインド・リリース(徐放性剤: 時間をかけて主要成分を放出する)を採用しています。血中のBCAA濃度を約2時間安定して保ち、競技中のパフォーマンスを高いレベルで維持します。

製品形態: 白色錠剤

包装サイズ: 100錠(25回分)

標準小売価格: ¥3,500(¥3,675 税込)



Amino Skincare Cube / アミノ・スキンケア・キューブ

ハードコア・アスリートに多い関節や腱の故障の予防および改善を促進する製品です。紫外線、汗、海水、乾燥などの過酷な環境から女性アスリートのお肌を守ります。コラーゲン合成に動員されるプロリン、グリシン、アラニン、リジン、アルギニン、補酵素のビタミンCを配合し、体内でコラーゲンの迅速な再合成を促進します。

包装サイズ: 180カプセル(30回分)

標準小売価格: ¥3,600(¥3,780 税込)

Information

製造販売者: Genetic Nutrient Laboratories

www.geneticnutrientlaboratories.com または www.gnlab.net 米国/カリフォルニア州

日本国内販売者: TRI-X

www.tri-x.jp 〒206-0804 東京都稲城市百村1624-3 info@tri-x.jp

桑原寛次選手
(チームゴヤー)
Essential Square
愛用中!

特に「追い込むトレーニング」を行ったときの効果が抜群です。これまで使用していたサプリメントと比較しても、次の日の朝に残っている疲労感がまったくちがいました。ハードなトレーニングの翌朝でも「今日も行ける!」と感じるようになりました。

入門者のための トライアスロン スターターキット

女性に対応したサイズも揃っています！

価格¥102,900(¥98,000税抜)

スターターキット6点セット内容

1 バイク：AVANTI SPRINT



カラー：1色展開ホワイト×ブラック×ブルー
変速：16スピード

*AS、EN、規格取得済 *バイクのパーツなどの詳細はやむを得ず画像の仕様から変更になる場合がありますので、ご了承くださいませようお願いします。

AVANTI

NZで25年もの歴史があるスポーツバイク総合ブランド。アテネオリンピックと北京オリンピックのトライアスロン競技で連続してメダルを獲得している実績がある。NZの世界チャンピオン ビヴァン・ドカティー選手を始め南半球の出身の世界のトップ選手が使用している有名ブランド。2010年シーズンからは日本人エリートアスリートもこぞって使用し連勝中。



バイクサイズ：5サイズ展開
500 (身長155cm~165cm)
520 (身長160cm~175cm)
535 (身長170cm~180cm)
550 (身長175cm~185cm)
565 (身長180cm~190cm)

AVANTIヘルメット

2 ヘルメット:AVANTI RAZOR2

サイズ：S/M(頭周囲長54cm~58cm) M/L(頭周囲長58cm~62cm)
カラー：1色=ブラック×グレイ×ブルー
※ダイヤルアジャスト機能付き

*AS、CE、CPSC規格取得済。
*ヘルメットには取り外し可能なバイザーが付いています。トライアスロン競技に参加される場合には取り外すことをお勧めいたします。



サイズ：男女共に5サイズ
カラー：ブラック×ブルー×オレンジ

3 ウェットスーツ:blueseventy SPRINT



NZ発祥の歴史のある人気ウェットスーツブランド。世界中で発売されて圧倒的人気を誇る。特に同社のスピードスーツはハワイアイアンマンチャンピオンシップでは7割近い使用率を誇る。泳ぎやすさと速さがトッププロから支持されている。

MEN'S	SM	M	ML	L	XL
身長(cm)	160~170	165~175	170~180	175~185	180~190
体重(kg)	50~65	60~70	60~75	75~85	85~95
胸囲	80~90	88~100	90~107	97~110	100~115

WOMEN'S	WXS	WS	WMS	WM	WML
身長(cm)	139~150	147~158	152~165	160~175	167~180
体重(kg)	43~48	46~52	48~56	54~62	60~68
ウエスト	56~62	60~66	62~66	64~70	68~74

*まず身長を基準にして、もしも体重が上のサイズの項目に近い場合にはひとつ大きいサイズを選ぶことをお勧め致します。たとえば、男性の場合身長が170cmで体重が85kgの方の場合にはMよりもMLとなります。女子の場合身長が160cmで体重が62kgの方の場合にはWMSよりもWMとなります。

4 パンク修理セット Outland

(セット内容:ポンプ、サドルバッグ、コンパクトツール、タイヤレバー、グルー、パッチ)



5 予備チューブ KENDA



6 社団法人

日本トライアスロン連合発行トライアスロン入門書
「トライアスロンをはじめよう」



2010年トライアスロン日本選手権チャンピオン AVANTI契約ライダー・山本良介選手(トヨタ車体)