

第10回京都丹波トライアスロン大会in南丹

J T UエイジN C S ランキング対象大会

スタンダード

スーパースプリント・スーパースプリントリレー

<大会概要>



大会概要

大会名称	第10回京都丹波トライアスロン大会in南丹
開催日程	2024年7月7日（日）
開催場所	京都府南丹市 桂川（大堰川緑地公園）及び周辺地域
競技距離	スタンダード SWIM 1500m / BIKE 38.08km / RUN 10km スーパースプリント SWIM 375m / BIKE 10km / RUN 2.5km
表彰	スタンダード 総合の部 男女 1位、2位、3位、4位、5位、6位 年齢別の部 男女 1位（U29/U39/U49/U59/U69/U79/080） ※総合表彰者の年代別表彰者除く スーパースプリント 総合の部（中学生除く） 男女 1位、2位、3位 中学生総合の部 男女 1位、2位、3位 第10回京都府中学生選手権 男女 1位、2位、3位 スーパースプリントリレー 1位、2位、3位
表彰補足	<u>スタンダードの年代別表彰について</u> 10歳刻みの表彰とします。 但し、JTUポイント付与については、JTUルールによるものとします。

大会概要

注意事項

競技中の負傷治療は大会保険の適用範囲です。
機材・備品の保証はありません。下記内容を確認のうえ、不足と思われる方は
ご自身で保険の加入をお願いいたします。

給付内容 / 原因	傷害（ケガ）	日射病・熱中症・ 細菌性ウイルス性食中毒	低体温症・疾病等
死亡保険金	1,500万円	1,500万円	100万円
後遺障害保険金	60万～1,500万円	60万～1,500万円	4万～100万円
入院保険金（180日まで）	5,000円	5,000円	3,000円
通院保険金（90日まで）	2,500円	2,500円	1,500円

その他

更衣室	男子	口丹波勤労者福祉会館 1F	第3会議室	スポーツフォーオール 3F
	女子	口丹波勤労者福祉会館 1F	第2会議室	スポーツフォーオール 3F
待機場所	口丹波勤労者福祉会館 体育館（終日解放）			
荷物預り所	大堰川緑地公園内テニスコート（テント設営）			
メカニックサービス	有り（有料） トランジションエリア付近			

大会に向けた準備・確認事項

大会当日までに行うこと

競技説明 視聴	動画配信（複数回視聴可）
健康チェック	当日朝の健康チェック

選手受付時持参物

参加決定通知	参加決定通知裏面の健康チェックシートに記入すること
--------	---------------------------

選手支給物配布時間

7/6（土）12:00～15:00 7/7（日）各カテゴリ受付時間
※但し、大会前日に支給物を受け取った方も当日受付は必須

レースナンバー	2枚（バイク：背面、ラン：前面）
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）
ボディーナンバーシール	2枚（両腕用） ※貼付け方説明書同封
スイムキャップ	1枚
トラバック	1袋

スタート前支給物

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、リタイヤ時要返却）
------------	--------------------------------------

大会に向けた準備・確認事項

試走・試泳について

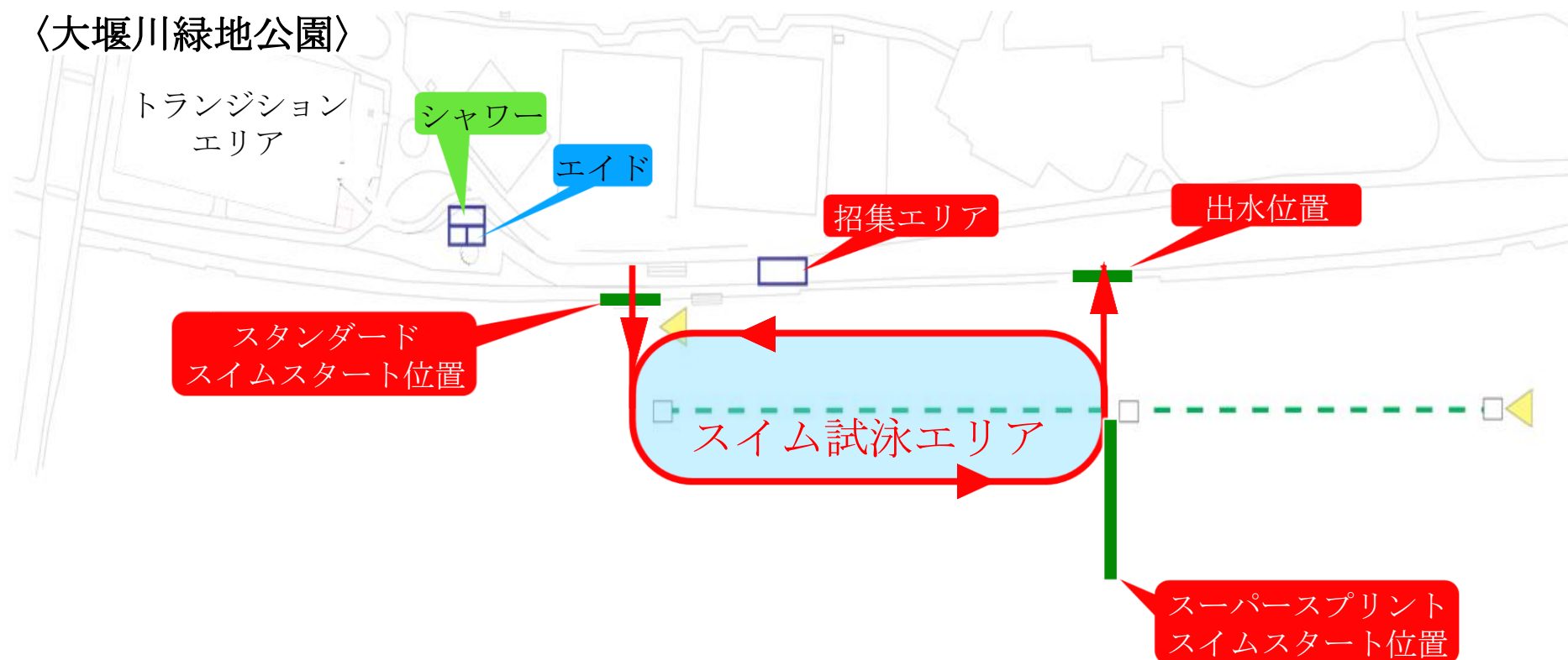
バイク・ラン

- 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のほどお願いいたします。
- ②バイク乗車時は、必ずヘルメットの着用をお願いいたします。

スイム

- ①大会前日試泳時間 7/6（土）大会前日 13:30～14:30
- 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。

〈大堰川緑地公園〉



大会に向けた準備・確認事項

レースナンバー貼り付け位置

ボディナンバー

貼り付け位置：左右の上腕部

但し、袖付きウェアの場合は前腕部に貼り付け

※レースナンバーが全て見えるように貼り付けすること。

＜上腕部＞



＜前腕部＞

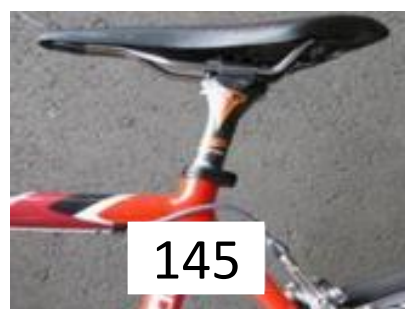


レースナンバー

貼付け位置

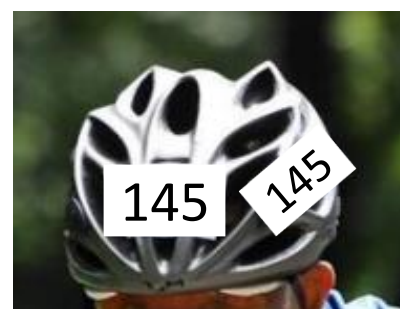
＜バイクシール 大1枚＞

左側面



＜ヘルメットシール 小2枚＞

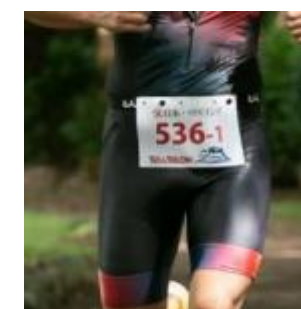
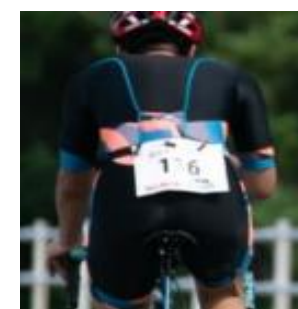
正面・左側面



＜レースナンバー＞

バイク：背面

ラン：前面



※安全ピンの使用は出来る限りお控えください。

安全ピンを使用しないナンバーベルトの使用を推奨いたします。

大会に向けた準備・確認事項

計測用アンクルバンド取り付け位置

取り付け位置：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り外さないでください。
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、その限りではありません。
- 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（T0）へ渡してください。取り付けのまま大会会場及びコースを移動しないでください。
- 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になりますので、ご承知おき願います。

大会に向けた準備・注意事項

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	①競技に関係がない物 ②トラバックに入らない物
トラバックに収納 しなくて良い物	①地面に置ける物 ・トラバック（本大会支給のトラバック） ・ランニングシューズ、バイクシューズ ・ランニングキャップ、ヘルメット ・ウエットスーツ ※自身のエリアからはみ出ないように置く事 ②地面につかなければ良い物 ・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
※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。	

大会に向けた準備・注意事項

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
違反事例



大会に向けた準備・注意事項

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

- ・ バイクラックに貼り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

- ・ 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してください。
- ・ 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。

〈乗車〉



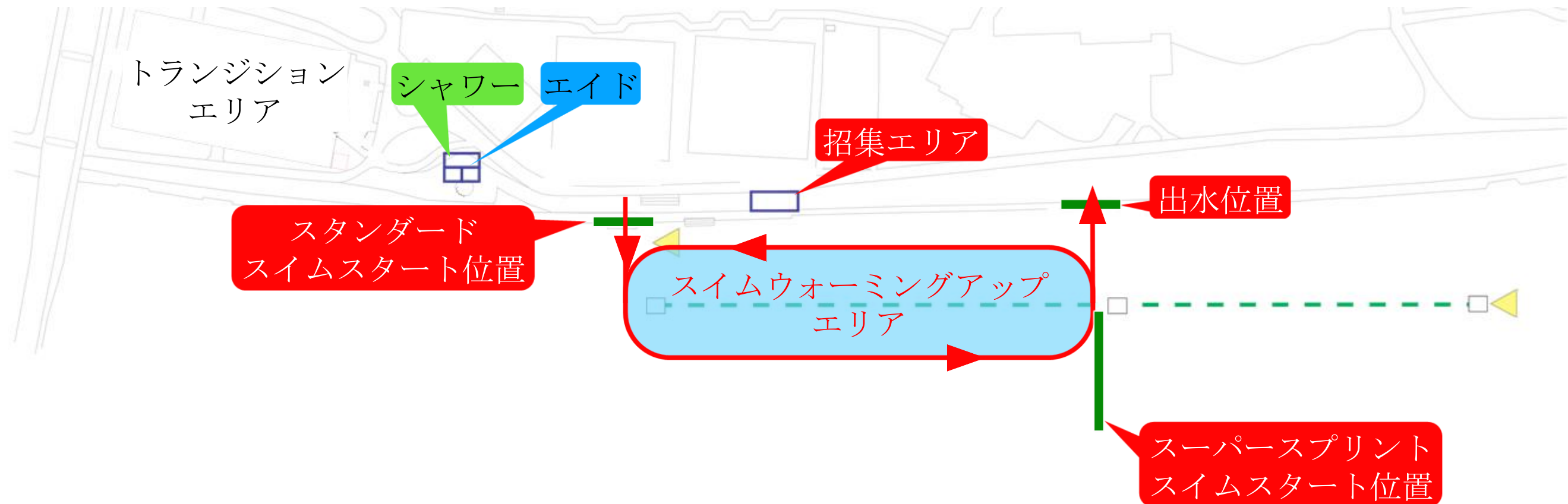
〈降車〉



スケジュール

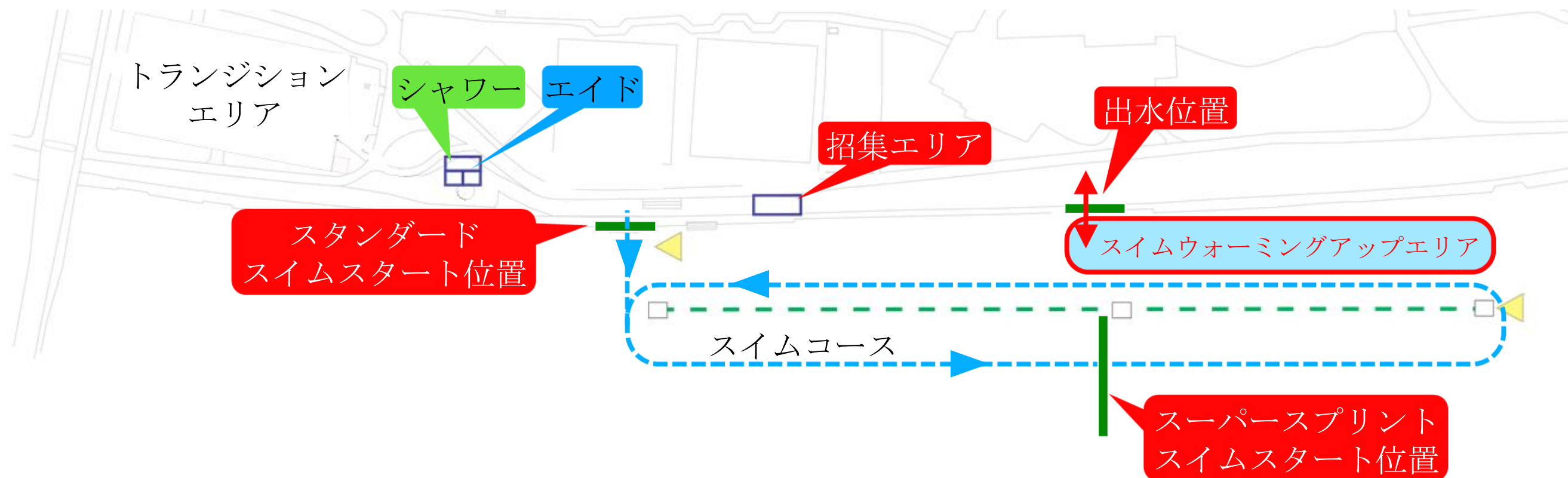
7月6日(土)	大会前日
12:00～15:00	大会支給物配布 ※選手受付ではありません。受付は当日のみとなります。 (レースNo.、バイク・ヘルメットステッカー、ボディーナンバーシール、スイムキャップ、トラバック)
13:30～14:30	試泳
7月7日(日)	大会当日
5:30～6:30	選手受付 (大堰川緑地公園内 大堰橋下左岸)
5:30～7:10	トランジションエリア オープン
6:40～6:55	スタンダード スイムウォームアップ
7:05～7:15	スタンダード アンクルバンド配布 (スイム招集エリア)
7:15～	スタンダード スタートセレモニー (スイム招集エリア)
7:30～	スタンダード スタート ※ローリングスタート
8:05～8:15	スーパースプリント・リレー アンクルバンド配布 (スイム招集エリア)
8:15～8:20	スーパースプリント・リレー スイムウォームアップ
8:25～	スーパースプリント・リレー スタート ※一斉スタート
10:00～(予定)	スーパースプリント・リレー 表彰式 (大堰川緑地公園内)
12:15～(予定)	スタンダード 表彰式 (大堰川緑地公園内)
12:15～14:00	トランジションエリア バイクピックアップ

スタンダード 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、スタンダード 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、スタンダードスタート位置からスーパースプリントスタート位置までの間で往復する。
3. コースを跨いで、反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、スーパースプリントスイムスタート位置の沿岸にある出水位置から出水する。

スーパースプリント スイムウォーミングアップ

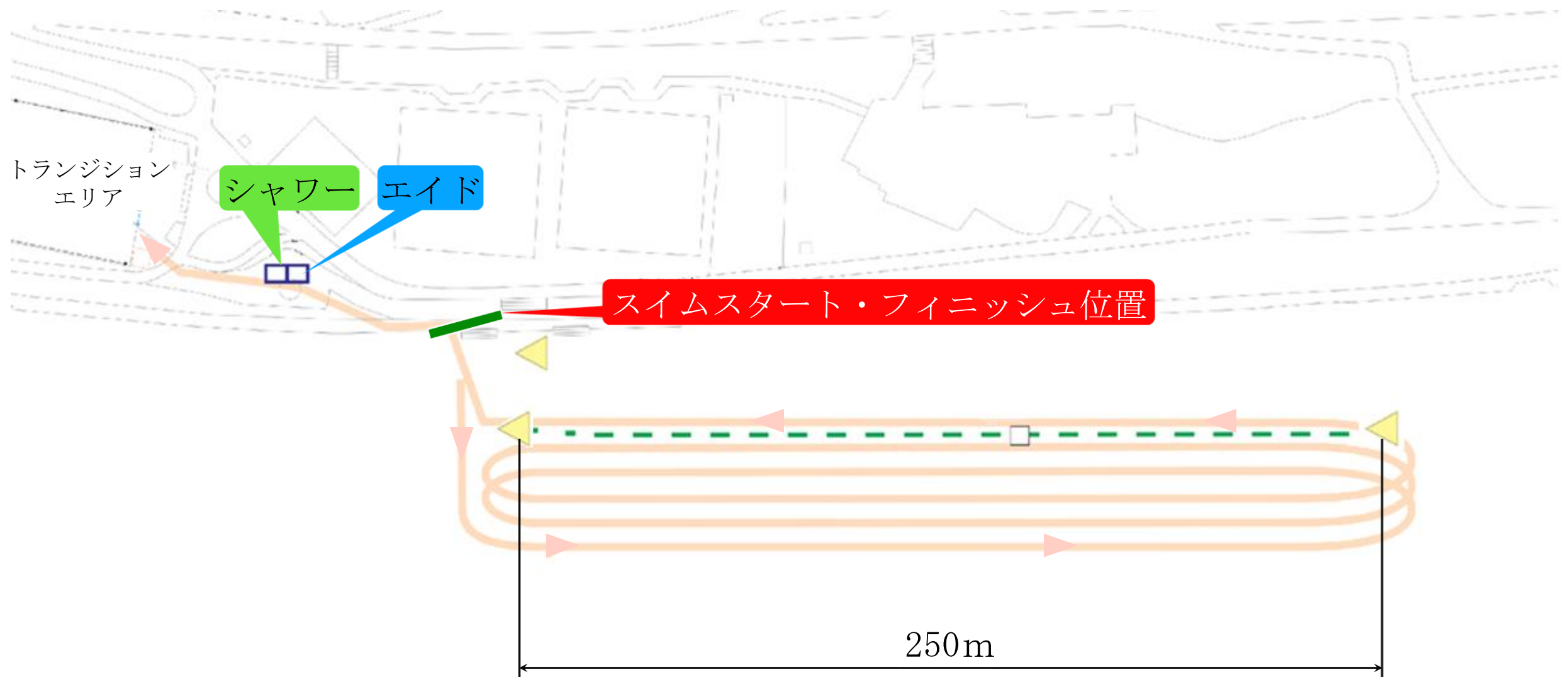


1. スイムウォーミングアップは、スーパースプリントスタート位置の沿岸にある出水位置から入水する。
2. スイムウォーミングアップは、スーパースプリントスタート位置からスーパースプリント折返し位置までの間の沿岸側で往復する。
3. スイムウォーミングアップ終了時は、スーパースプリントスイムスタート位置の沿岸にある出水位置から出水する。

注意事項：スタンダード選手が競技中の為、スタッフの指示に従い、沿岸側で注意してアップをすること。

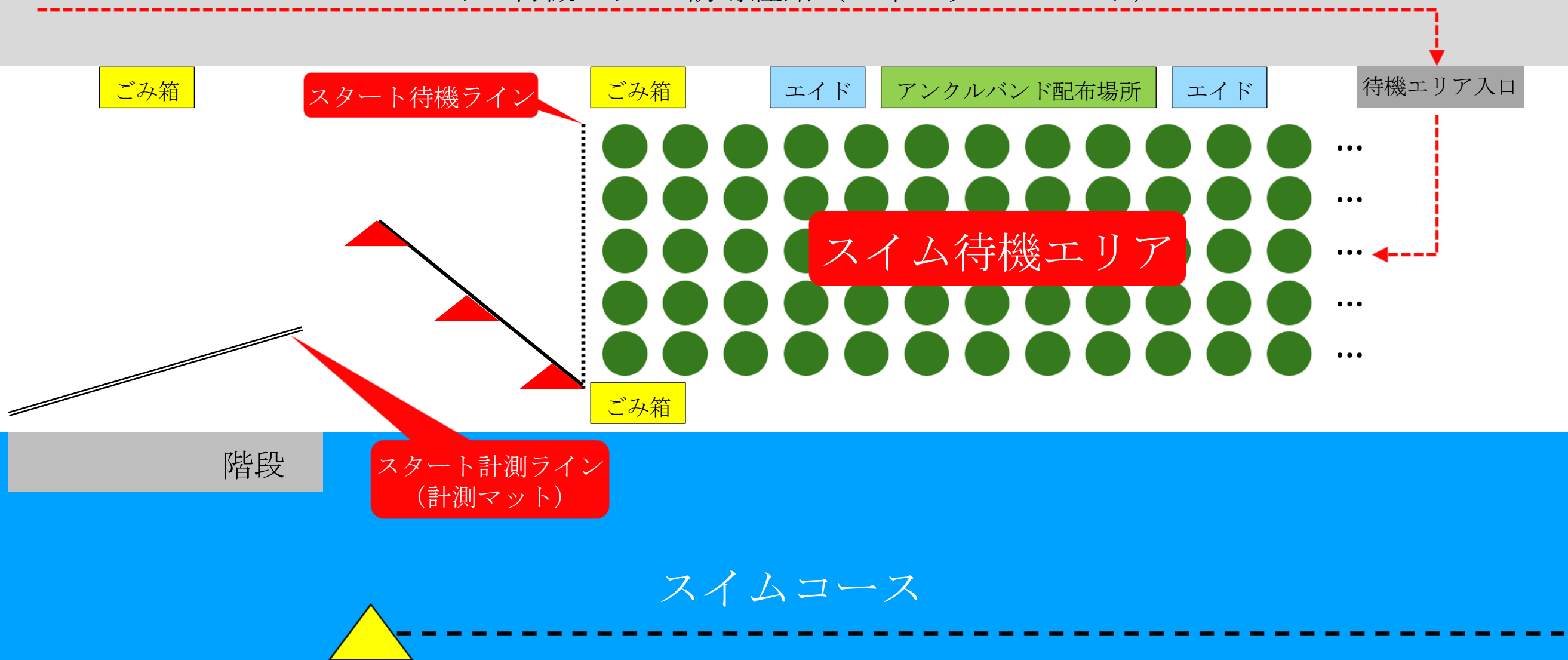
スタンダード スイムコース

1500m (500m×3周)



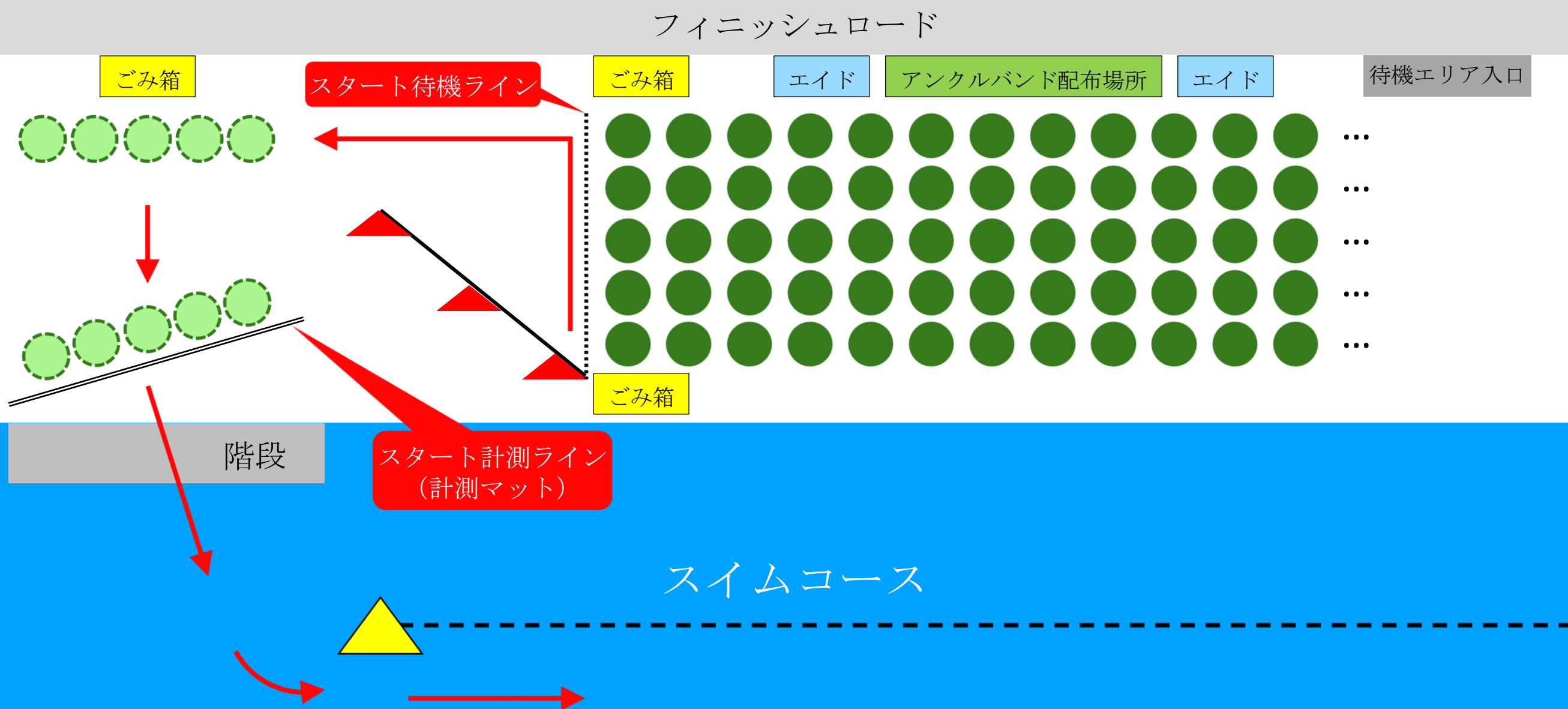
スタンダード スイム待機エリア

スイム待機エリア 誘導経路（フィニッシュロード）



- ・フィニッシュロードを通り、スイム待機エリアに入る。（待機エリア入口より）
- ・スタート待機ラインを先頭に1列5名毎に整列する。

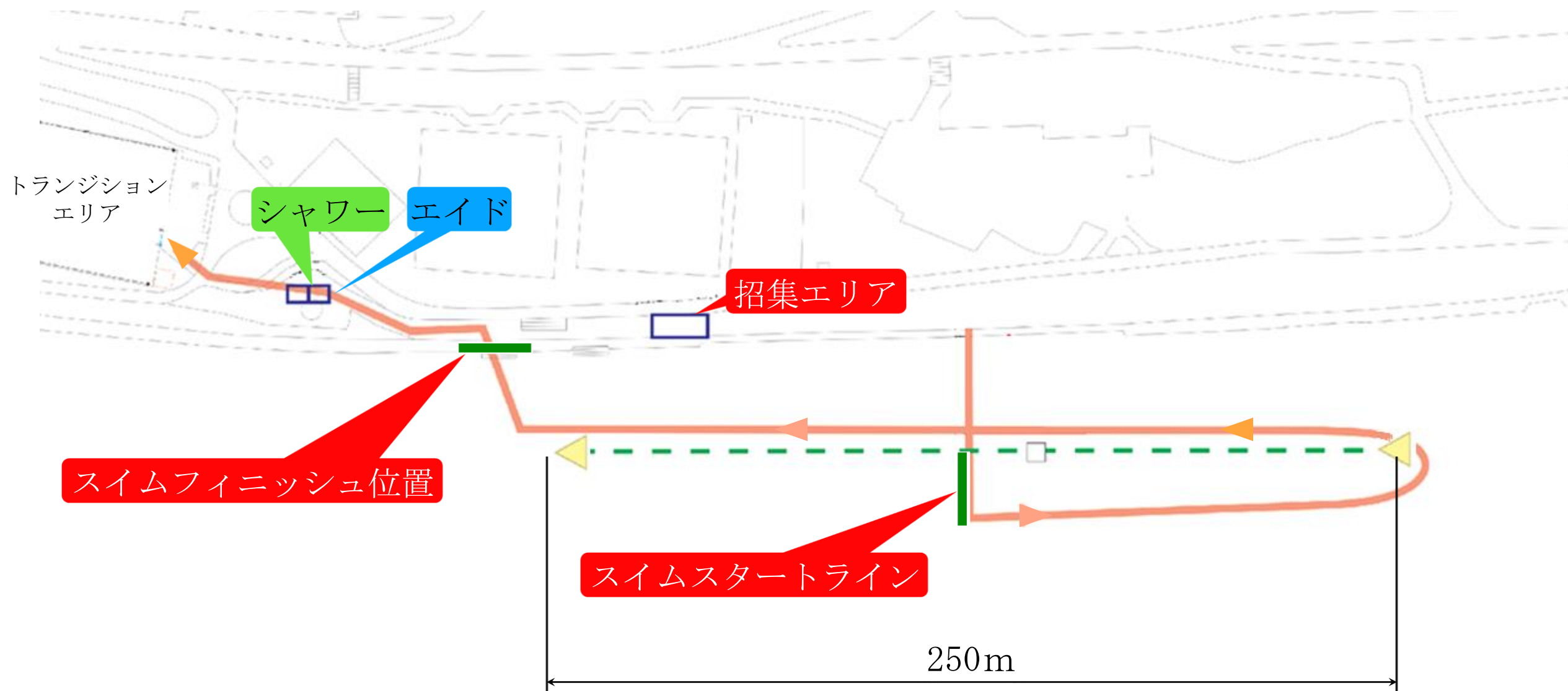
スタンダード スイムスタート方法



- ・最前列（1列目）の選手は「オン・ユア・マーク」後のホーンでスタートする。
 - ・2列目以降は、電子ホイッスルの合図で5名/列毎に5秒間隔でスタートする。
- 注意 1) 計測マット通過後に計測が開始されるため、慌てずにスタートすること。
- 注意 2) スタート後、直ぐに階段となる為、足元を十分に確認して入水すること。

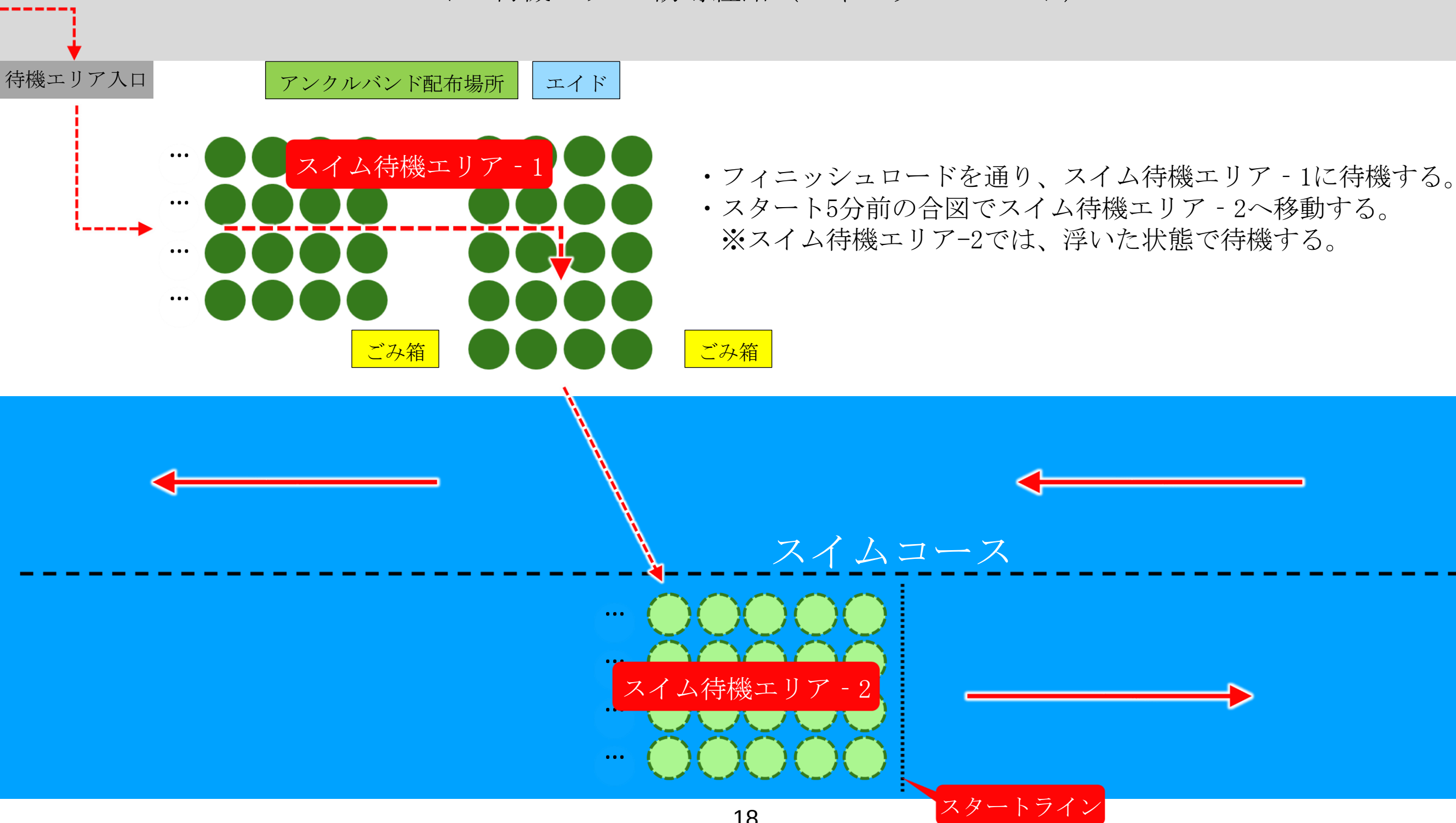
スーパースプリント スイムコース

375m (500m×0.75周)

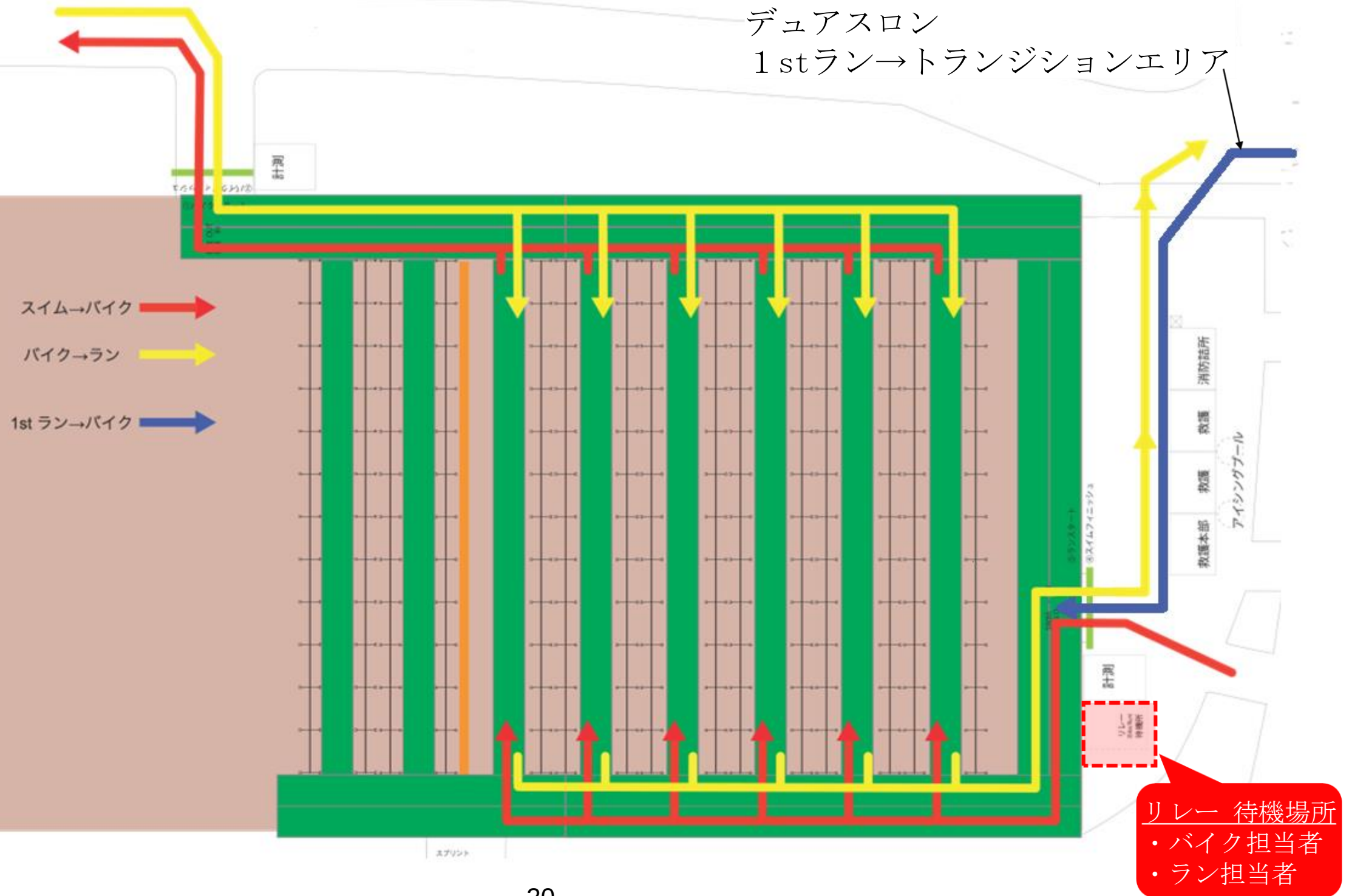


スーパースプリント スイム待機エリア

スイム待機エリア 誘導経路（フィニッシュロード）



トランジションエリア



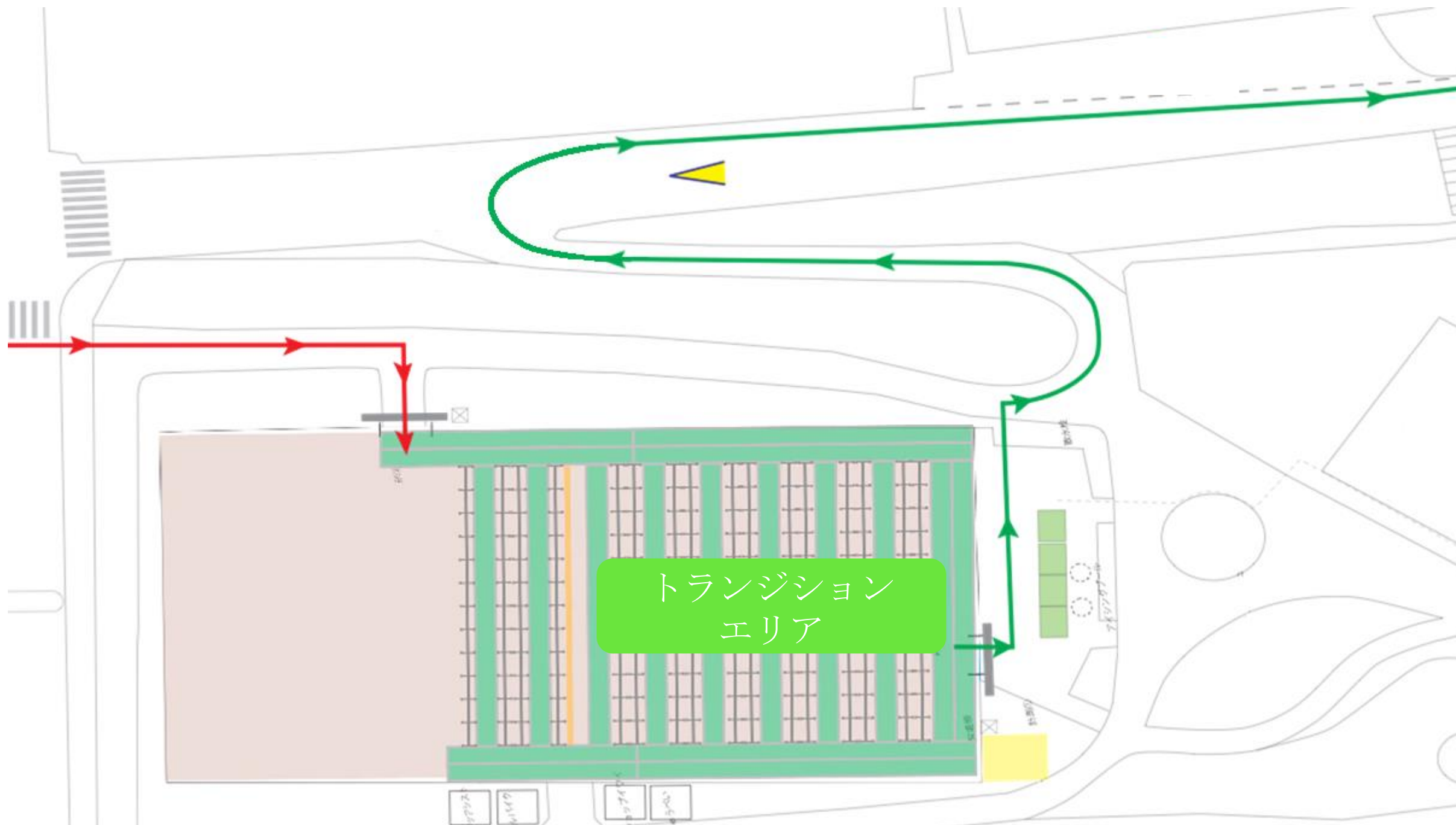
ランコース

スタンダード 10km (2.5km × 4周)
 スーパースプリント／リレー 2.5km (2.5km × 1周)



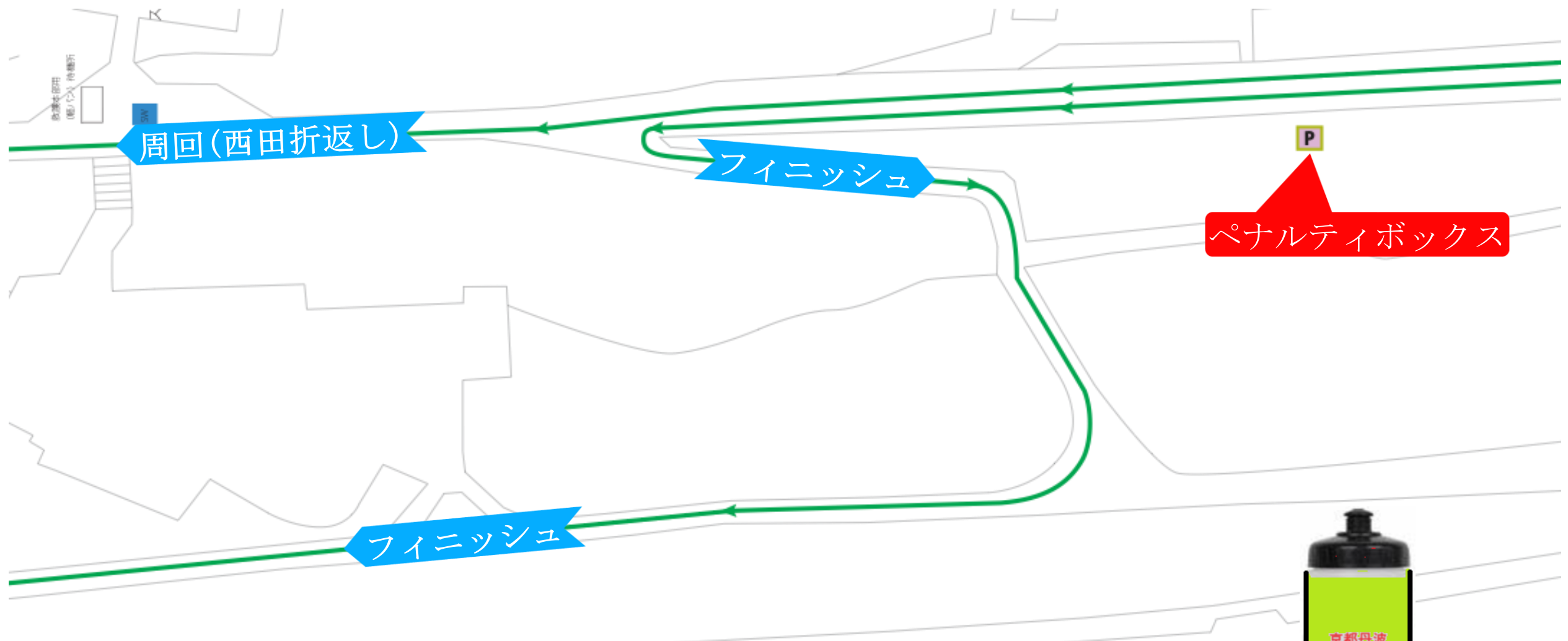
ランコース

トランジションエリアから坂を上り公園外ランコースへ



ランコース

スタンダードは4周回、スーパースプリントは1周回し、公園内フィニッシュエリアへ



※ランコースに於ける携帯ボトル・携帯コップ使用推奨について

目的：エイドステーションの紙コップ削減

環境問題、ECOについて一緒に取り組んでみませんか！



ペナルティボックス・ボード（表示）

項目	内容
表示方法	レースナンバー × ペナルティ回数 ・ ペナルティコード 例1) レースナンバー 89の選手が、降車違反 ➡ 「89D」 例2) レースナンバー 89の選手が、用具の収納違反、乗車違反 ➡ 「89×2EM」
ペナルティコード	D = 降車違反 (Dismount line violation) E = 用具の収納違反 (Equipment outside box) S = スイムでの違反 (Swim conduct) L = 用具、ゴミ等の不当投棄 (Littering) M = 乗車違反 (Mount line violation) V = その他の違反 (Other violation) B = バイクでの違反 (Bike Behaviour) R = ランでの違反 (Run Behaviour)
ペナルティタイム	10秒／件

ドラフティング違反	・ 1回目の違反で2分のタイムペナルティ (ランコース上のペナルティボックスでタイムペナルティを受けること) ・ 2回の違反で失格
-----------	--

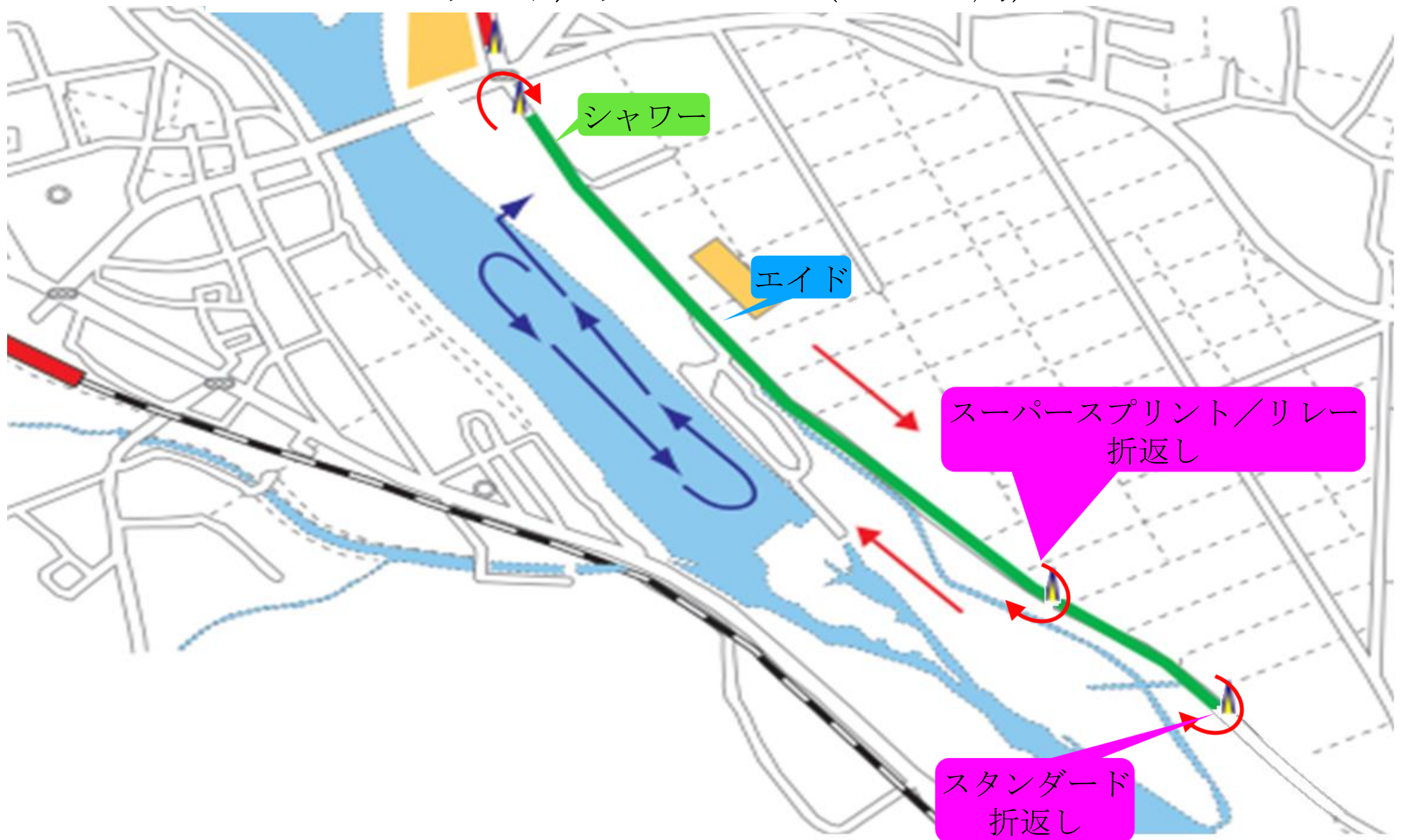
デュアスロン スケジュール

7月7日(日)	大会当日
5:30～6:30	選手受付（大堰川緑地公園内 大堰橋下左岸）
5:30～7:10	トランジションエリア オープン
7:30～7:40	スタンダード アンクルバンド配布（トランジションエリア付近）
7:45～	スタンダード スタートセレモニー（トランジションエリア付近）
7:55～	スタンダード 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
8:00～8:10	スーパースプリント・リレー アンクルバンド配布 （トランジションエリア付近）
8:25～	スーパースプリント・リレー スタート（デュアスロンスタート位置） ※一斉スタート
10:00～(予定)	スーパースプリント・リレー 表彰式（大堰川緑地公園内）
12:15～(予定)	スタンダード 表彰式（大堰川緑地公園内）
12:15～14:00	トランジションエリア バイクピックアップ

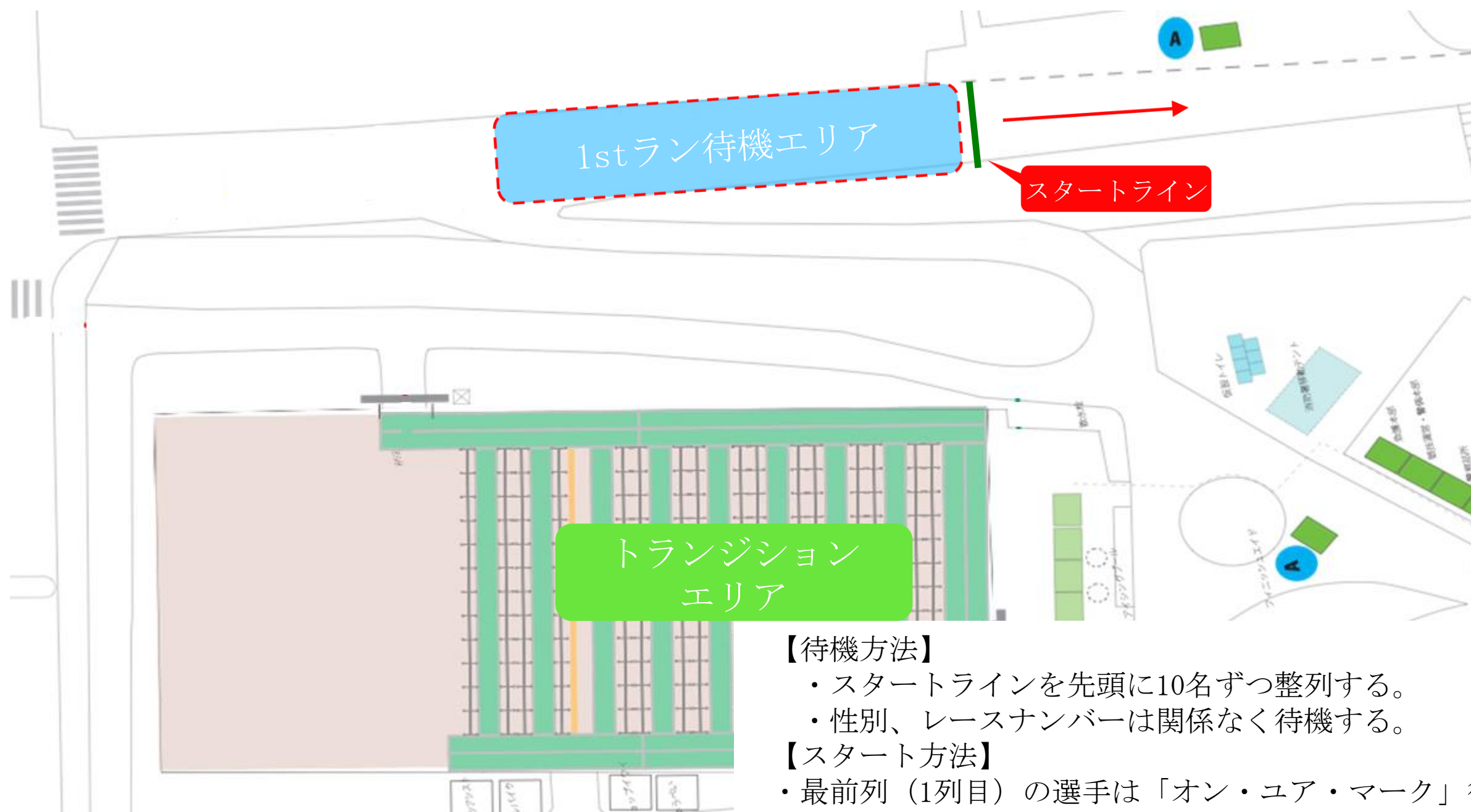
デュアスロン 1stランコース

スタンダード 3km (3km × 1周)

スーパースプリント／リレー 2km (2km × 1周)



デュアスロン 1stラン待機エリア



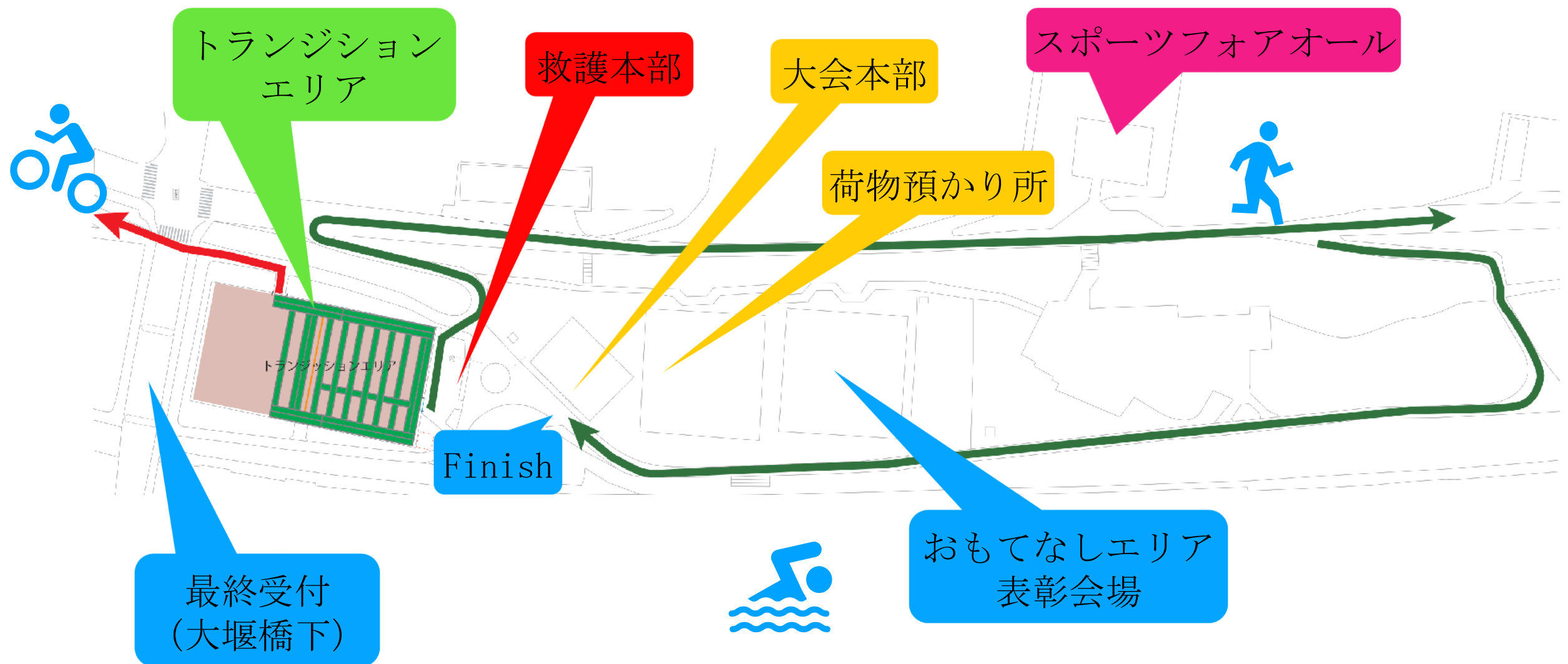
【待機方法】

- ・ スタートラインを先頭に10名ずつ整列する。
- ・ 性別、レースナンバーは関係なく待機する。

【スタート方法】

- ・ 最前列（1列目）の選手は「オン・ユア・マーク」後のホーンでスタートする。
- ・ 2列目以降は、電子ホイッスルの合図で10名/列毎に5秒間隔でスタートする。

大会会場周辺詳細



アクセス・駐車場



電車で
お越しの方

JR山陰本線（嵯峨野線）
八木駅下車 徒歩約15分

車で
お越しの方

京都市内より
・ 京都縦貫道
八木東ICより約10分
・ 国道9号線で約40分

臨時駐車場開場時間
7月7日 4:00～

7時30分から交通規制が開始されるため、
**臨時駐車場をご利用になる全選手7時20分ま
でに各駐車場へ入庫をお願いいたします。**
また、第2臨時駐車場以外は7:30～12:30の間、
車両の出入りは不可となりますので、ご承知
おき願います。

住所：
〒629-0134
京都府南丹市八木町西田愛染嶋57