



おもてなし山形



Athlete's Guide

アスリートガイド

©Kenta Onoguchi / Lumina

おもてなし山形トライアスロンinZAO

2025NTTトライアスロンエイジグループ・
ナショナルチャンピオンシップシリーズ



レース速報は
← こちら

最新版は大会ホームページで
ご確認ください

8月31日版 →



変更・更新箇所

[illegible]

P 1	変更・更新箇所	P 1 8	5, 招集、制限時間
P 2	目次		6, 記録、計測、着順
P 3	参加における注意事項、お願い		7, 計測区間
P 4	大会概要	P 1 9	8, 着順
P 6	気象情報		9, 選手通過情報
P 7	コースMAP 全体図		10, 荷物預託（荷物預かり）
P 8	スイムコース		11, レスチューブ（膨張式緊急浮力体）
	トランジション 1		12, パラトライアスリートの参加
P 1 0	バイクコース		13, ウェア、ウェットスーツ
P 1 1	ランコース	P 2 0	14, 携行禁止品
P 1 2	トランジションエリア		15, スイム
P 1 3	公式スケジュール	P 2 2	16, トランジション
P 1 4	大会に向けた準備	P 2 3	17, バイク
	大会までの選手の動き		18, ラン
	バイク、荷物輸送受け取り	P 2 4	19, エイドステーション（給水所）
P 1 5	支給物・持参品・情報発信		20, フィニッシュ
P 1 6	レースナンバー、スイムキャップ		21, ペナルティとペナルティボックス
	受付時の本人確認	P 2 6	22, 緊急時の対応
	メンバー変更		リタイア、もしくはタイムオーバー
	試泳・スイムウォームアップ		した場合
	試走		リレー
P 1 7	レースナンバーの付け方	P 2 7	表彰・棄権・リザルト
	タトゥー	P 2 8	その他情報
P 1 8	競技規則		バイクメカニック
	1, 適用する競技規則	P 2 9	競技中に接触事故が発生した場合
	2, 審判		災害等への対策
	3, 大会側からの競技内容の		大会保険
	変更・中止、及び中断		ドーピングコントロール
	4, 選手自身の競技中止・棄権	P 3 0	盗撮防止へのご協力をお願い
	（リタイア）		落とし物、忘れ物
			諸注意
		P 3 1	選手駐車場、シャトルバス案内
		P 3 2	アクセス、交通規制



大自然に囲まれた蔵王で思い出に残る安全・安心な大会を、一緒に創りあげましょう！

☆**万全な体調で臨みましょう。**

- ・事故につながる主な要因：睡眠不足・過労・水分不足・飲酒
思い当たる方はいませんか？当日の朝、体調を確認しましょう。

☆**事故は初心者とは限りません。**

- ・実績十分な方でも、また、短い距離でも、体調が悪い場合は、勇気あるリタイアを。

☆**高原の気候を考慮し、衣類等柔軟な対策をしてきてください。**

- ・厳しい残暑が予想されます。十分な暑さ対策をしてください。
- ・急激に気温が下がる場合もあります。衣類など柔軟に対応できるようにしてください。
- ・標高880m前後の場所です。天候、時間帯により気温差がありますので考慮してご準備ください。

☆**十分なウォーミングアップで、急激に心拍数が上昇しないようにしましょう。**

- ・ウォーミングアップ時に一度心拍数を上げておくことが重要です。
- ・当日の試泳は、義務とします。

☆**ウェットスーツの着用が義務です。**

- ・ラッシュガードなどでは出場できません。

☆**バイクは、競技中はもちろん、移動時もヘルメット着用が義務です。**

- ・未着用の場合は、失格となります。十分ご注意ください。

☆**バイク移動時の交通ルール、マナーを守りましょう。**

- ・バイク移動時は、交通ルールを守り、集団にならないなど周囲への配慮をお願いします。

☆**免許証など顔写真付きの身分証明書をご持参ください。**

- ・代走（替え玉出場）は、万一の場合に対応ができず、命に関わる重大なルール違反です。

☆**バイクは大会前に自分で整備を行ってください。**

- ・前日、当日のバイクメンテナンスブースは緊急に対応したい方のためのご用意です。安易なメンテナンスブースのご利用はお控えください。バイクの整備は大会前に、サイクルショップやご自分でおこなってください。メンテナンスブースは有料で基本料金2000円+部品代が必要です。

☆**競技中はカメラ、ビデオ等の撮影はできません。**

- ・競技中に撮影はできません、撮影機材を持ち込むことも禁止されています。
※大会広報のために特別に許可をするケースがありますが、許可を受けていることが分かるように表示をします

大会名称	おもてなし山形トライアスロンinZAO 2025NTTトライアスロンエイジグループ・ナショナルチャンピオンシップシリーズ対象大会
開催日程	2025年9月20日(土)
主 催	おもてなし山形トライアスロンinZAO大会実行委員会
共 催	山形市
後 援	山形県、公益社団法人トライアスロンジャパン
競技主管	一般社団法人山形県トライアスロン協会
特別協賛	おもてなし山形株式会社
協賛	調整中
協 力	蔵王温泉旅館組合 蔵王温泉観光協会、ONSEN & STAY OAKHILL、 蔵王アストリアホテル、蔵王国際ホテル、蔵王ライザウッディロッジ、 堺屋森のホテルヴァルトベルク、JURIN、たかみや瑠璃倶楽リゾート、 BED'n ONSSEN HAMMOND、名湯舎 創 名湯リゾート ホテルルーセントタカミヤ、吉田屋、ラ・ルジャン蔵王、ル・ベール蔵王、 若の宿わかまつや、蔵王ベースセンタージュピア、山形市医師会、 公益社団法人トライアスロンジャパン東北ブロック協議会
トライアスロン ジャパン パートナー	日本郵政、ローソン、HUUB、フォトクリエイト
大会事務局	〒990-2221山形県山形市大字風間字地蔵山下2068 株式会社KOEI内 おもてなし山形トライアスロンin Z A O実行委員会事務局 TEL 090-2277-6828 E-mail yta2023triathlon@gmail.com

部門 距離 制限時間	部門	種目	周回数	制限時間※	制限時刻
	スタンダード	スイム	3周	60分	12:00
		バイク	4周	3時間50分	14:50
	リレー	ラン	4周	5時間10分	16:10
		スイム	1周	25分	13:25
	スプリント	バイク	2周	1時間50分	14:50
		ラン	2周	2時間40分	15:40

※第1ウェーブスタート時刻より

エントリー 数	部門	人数・組数	総人数
	スタンダード	214人	309人
	スプリント	77人	
	リレー	6組	

表彰	部門		区分			表彰
	スタンダード	年代別	総合			男子・女子 1～3位
			18-19歳	40-49歳	70-79歳	男子・女子 1～3位
	スプリント		20-29歳	50-59歳	80歳以上	
	30-39歳		60-69歳			
	リレー		総合			1～3位

※年代別表彰は、総合での表彰対象者を除いた、各年代上位が対象です
※表彰は10歳刻みの大会カテゴリーで行います。

参加資格	・制限時間内に完走できる各種目の技術と体力を有する健康な方で、大会が設定する制約や規則を遵守できる方。 ・スタンダード、スプリント部門は、2025年度都道府県トライアスロン競技団体会員・学連登録者。未登録選手は、参加費+4,500円で、本年に限り山形県協会に登録できます。リレー部門は登録を推奨します。登録者は保険適用が大会保険とは別に、原則として競技団体保険と重複して適用されます。（保険約款に従う） ・2025年12月31日において18歳以上の者。（高校生を除く） ・本大会のアスリートガイドを熟読いただける方。 ・正確な住所、連絡先を大会に提供できる方。 ※事務局から発送物があります ・リレー対象者は上記に加え、3名または2名で編成したチーム。チーム全員がアスリートガイドを熟読の上、全員が受付を行うことができること。（3名同時でなくても可）
------	---

注意事項	・参加料振込後のキャンセル（返金対応）は2025年7月31日まで受け付けます。その場合、参加料より2000円を差引き指定口座に振り込み致します。（9月末予定） ・天候・競技環境の変化により、競技種目を変更・短縮・中止する場合があります。その場合の返金はいりません。 ・大会会場付近の道路はコースとなるため通行止めなど交通規制がかかります。会場前までの車での送迎はできません。 ・お申し込み後に住所の変更がある場合は、大会ホームページのお問い合わせよりメールで旧、新住所をお知らせください。 ・最新の大会情報は必ず公式ホームページから確認してください。 ・リレーのエントリー後のメンバー変更はやむを得ない場合に限り、9月10日(水)までに、大会事務局にメールでご連絡ください。登録済みメンバーの担当種目の変更は前日までで、受付会場の総合案内でも変更申請が可能です。
------	---

競技概要

競技役員	実行委員長	船橋 吾一	株式会社KOEI 代表取締役
	実行副委員長	荒木茂	一般社団法人山形県トライアスロン協会専務理事
	技術代表（TD）	加藤 豊	一般社団法人山形県トライアスロン協会
	審判長（HR）	荒木茂	一般社団法人山形県トライアスロン協会専務理事
	審議委員	高橋伊万夫	一般社団法人山形県トライアスロン協会副会長（競技団体）
	審議委員	船橋 吾一	おもてなし山形トライアスロンinZAO大会実行委員長（主催者）
	審議委員	加藤 豊	一般社団法人山形県トライアスロン協会（TD）

気象情報

<9月20日 山形市 気象情報>							
項目	単位	最近5年平均		最近5年最大値		平年値	
		山形市	換算値※ 1	山形市	換算値※ 1	山形市	換算値※ 1
最高気温	℃	27.9	23.4	30.2	25.7	24.7	20.2
最低気温	℃	17.2	12.7	13.1	8.6	15.5	11.0
平均湿度	%	73.4		89.0			
平均風速※ 2	m/s	2.0		2.9			
降水量	mm	9.0		37.0		4.6	

※ 1 山形蔵王の標高は約880m。秋の高原の環境であることを考慮してください。
気温は一般に100m高くなるごとに0.6℃ずつ下がります。上の表は山形市のもとにしたもので、標高を鑑みて、開催地での換算値を出しています。

※ 2 「10 分間平均風速」の最大（最大瞬間風速ではありません）

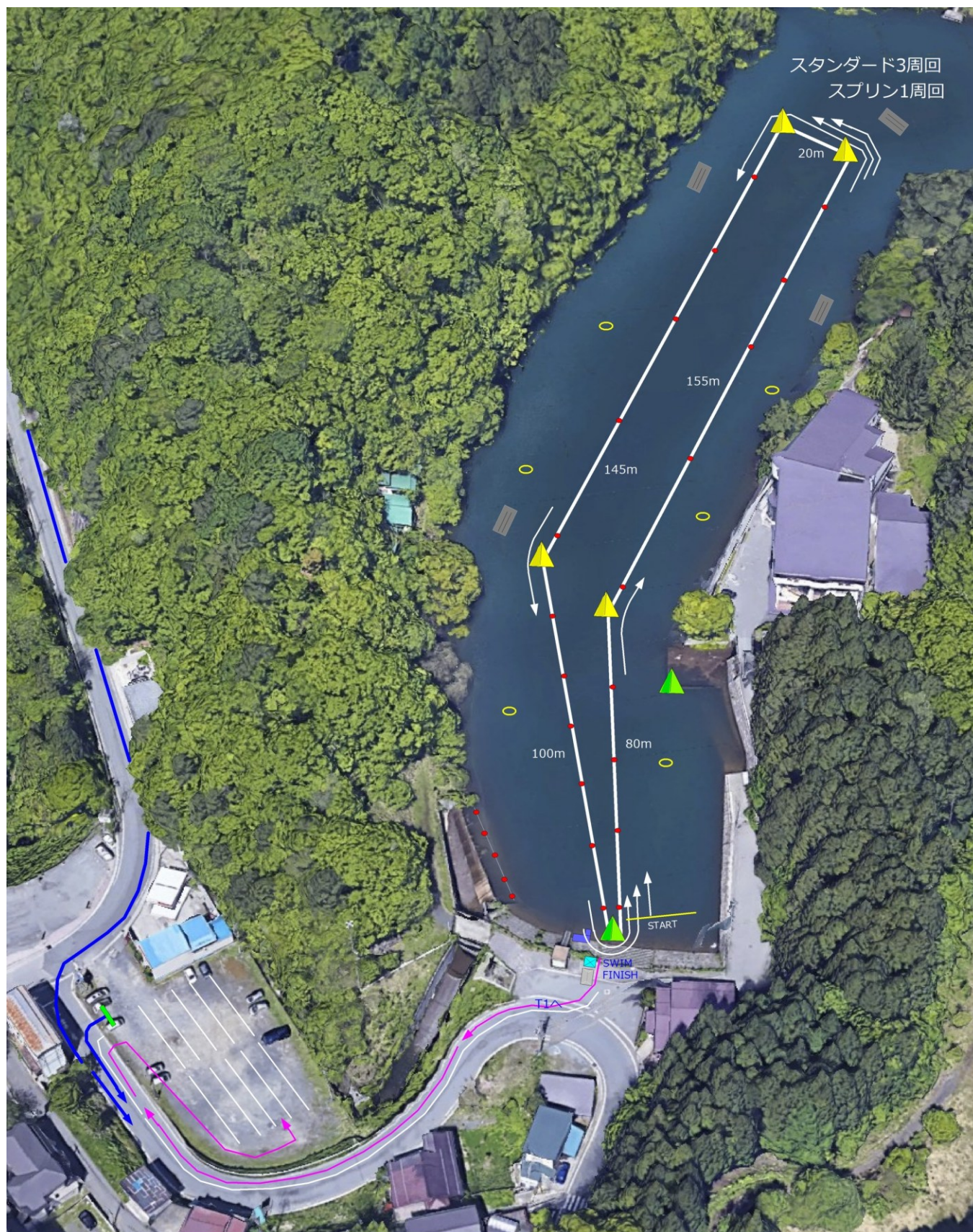
★年により、大きく気温が変わります。柔軟な対応ができる服装をお選びください。

★水温
2024年同時期調査で20℃。17℃～22℃程度を想定しています

全体図

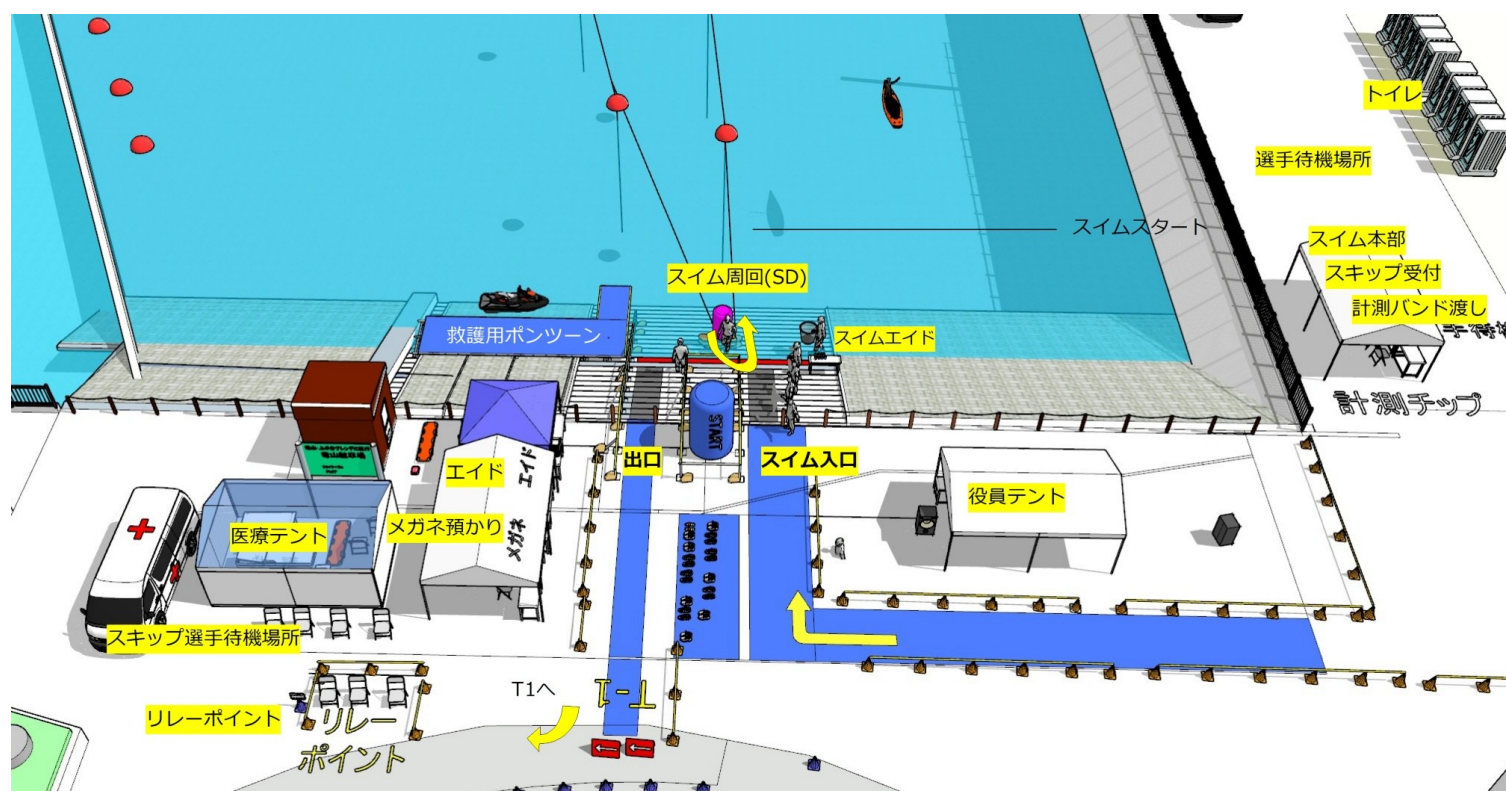


スイムコース・トランジション1

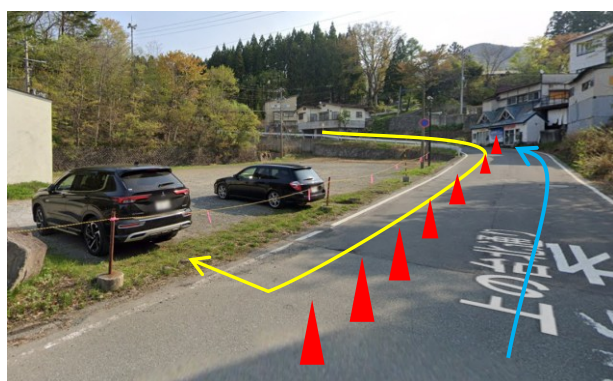


スイムコース・トランジション1

■スイム会場

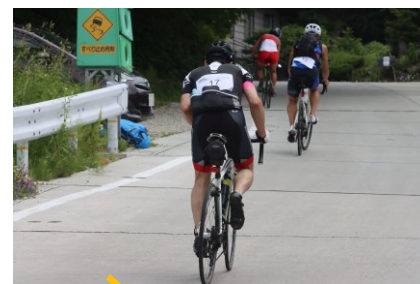
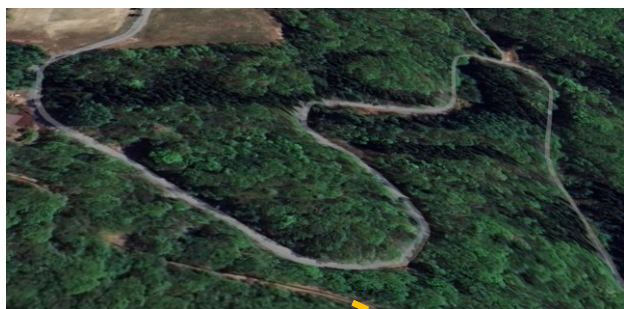


入退水時(周回時、フィニッシュ時)に階段があります。十分ご注意ください。



スイムフィニッシュからT1までは、舗装路を約100m下ります。養生はしていないので、足元は十分ご注意ください。また、バイクコースの一部にもなっています。特にスプリント競技中は、スタンダードの競技中と重なりますので、十分ご注意ください。

バイクコース



■バイクコース対面部分は 右側車線通行です



右側車線内で キープレフト センターライン側を 通行ください

【注意】

- * 下り区間、**路面が悪い**ところがあります。前方、路面をよく見て走行してください。
- * DHポジション禁止区間に関わらず、**スムーズなハンドリング、ブレーキング**ができるようにしてください。

* 下りコース指定箇所はDHポジション禁止とします。常にブレーキを掛けれるようにブラケットを握ること



× DHポジション禁止エリア内

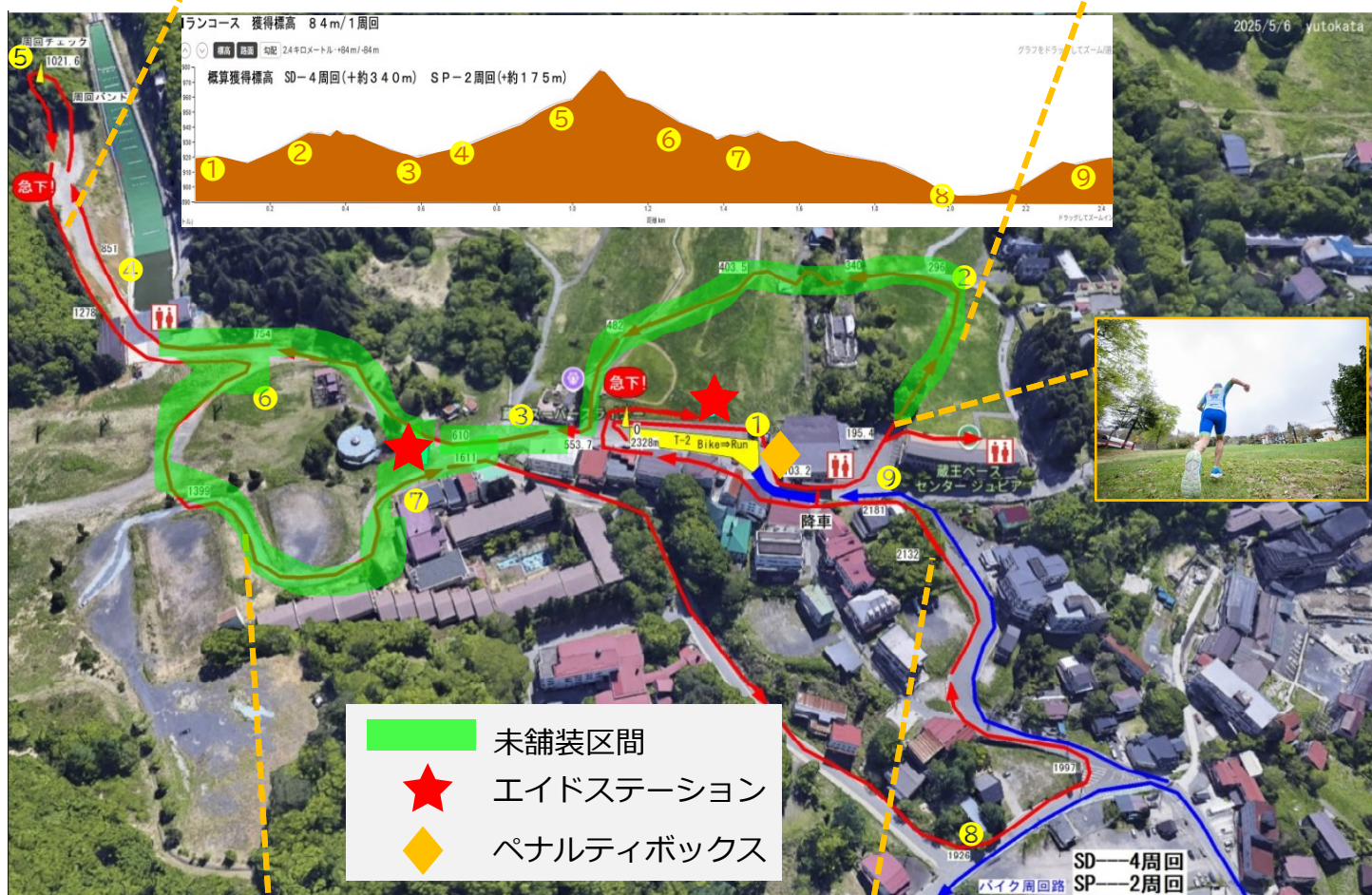


× DHポジション禁止エリア内

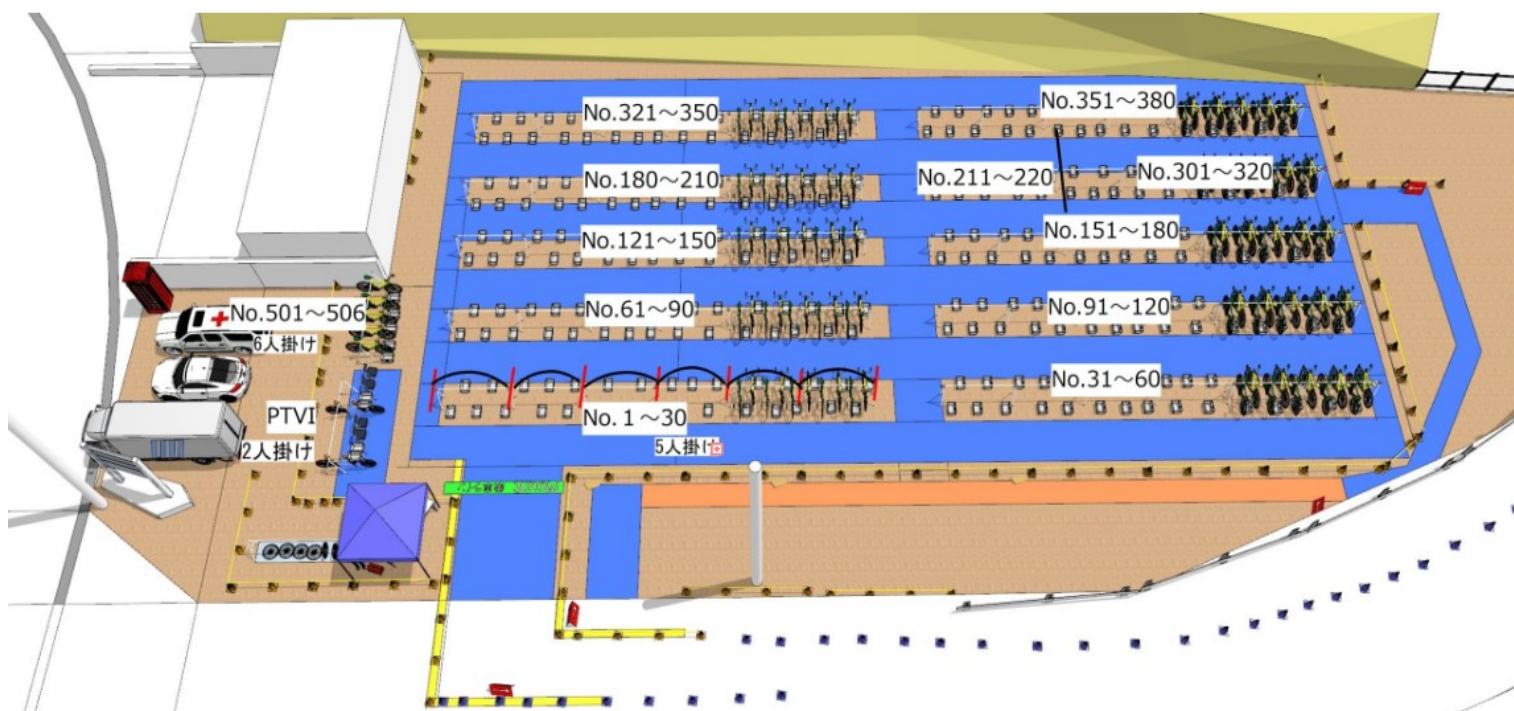


ランコース

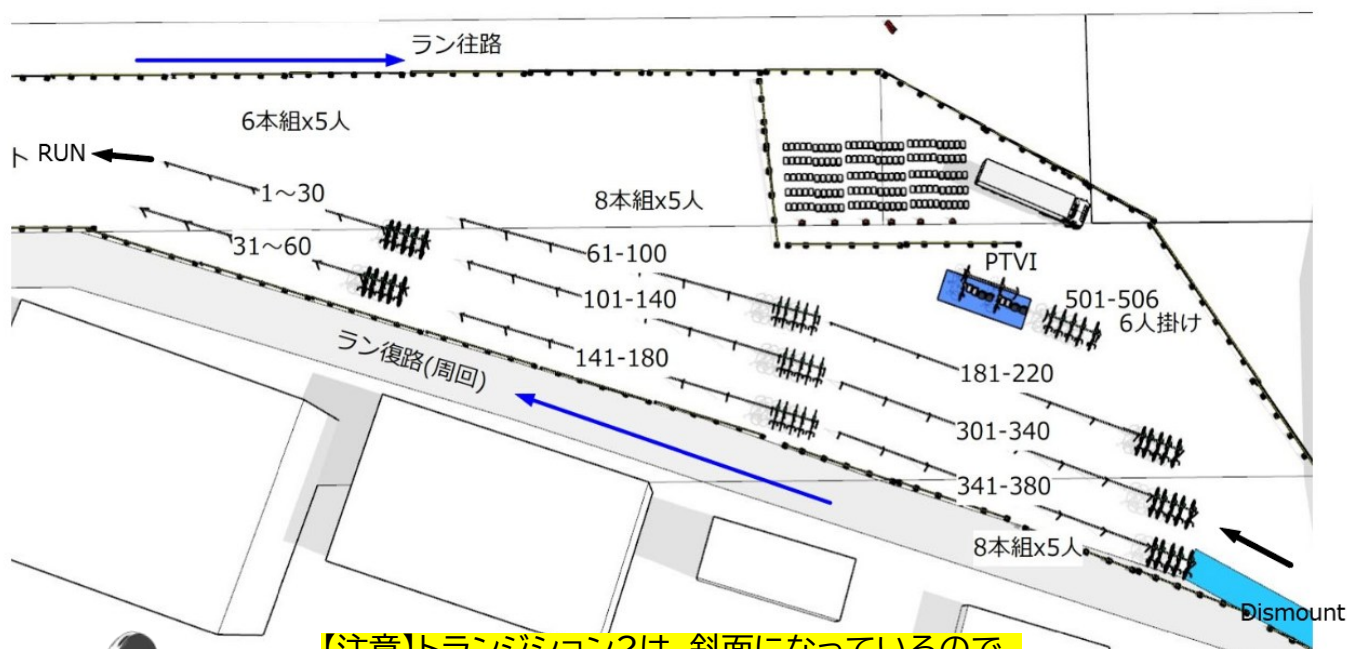
1周2.5kmの周回コースです（SD－4周回 SP－2周回）
ランコースの半分が スキーグレンデのアップダウン不整地です。



トランジション1 (T1)



トランジション2 (T2)



【注意】トランジション2は、斜面になっているので、上から下に向くようにバイクをかけてください。



T1 : トランジション 1 (スイム→バイクのトランジション) 、 T2 : トランジション 2 (バイク→ランのトランジション)

時間	内 容		場所・備考
9月19日(金)			
14:00-18:00	前日受付		ジュピア1階
14:00-18:00	EXPO		ジュピア1階
14:00-18:00	事前発送バイク渡し		ジュピア1階
9月20日(土)			
7:00	駐車場 オープン		
9:00-10:30	受付		前日受付された方は不要
9:00-10:40	トランジションオープン：スタンダード/リレー		【注意】 T1,T2の2か所あります。
9:00-12:40	トランジションオープン：スプリント		
9:00-12:00	バイク・メカニックサービス		ジュピア1階
9:00-12:00	荷物預託		T 1 の各自のボックス
9:00-18:00	EXPO		ジュピア1階
10:00	コース規制開始		
10:00	準備運動（MEKIMEKI体操）		スイム会場付近
10:00-10:30	スタンダード リレー	スイムチェックイン （アンクルバンド配布）	スイム会場（盃湖）
10:00-10:35		試泳	スイム会場（盃湖）
10:30		スキップ申告締め切り	スイム本部
10:40		集合	
10:40-10:50		競技説明会	
10:50-10:55	オープニングセレモニー		
11:00	スタンダード	第1ウェーブ スタート	
11:02		第2ウェーブ スタート	
11:04	スタンダード リレー	第3ウェーブ スタート	
11:30		スイムスキップ・スタート	
12:00-10:35	スプリント	スイムチェックイン （アンクルバンド配布）	スイム会場（盃湖）
12:00-12:40		試泳	スイム本部
12:30		スキップ申告締め切り	
12:40		集合	
12:50-12:55		競技説明会	
13:00		第4ウェーブ スタート	
13:02		第5ウェーブ スタート	
13:15	（トップ選手・フィニッシュ）		
14:00-17:00	バイク・ピックアップ		
14:00-19:00	荷物発送受付		ジュピア1階
15:00	バイクコース交通規制解除		
16:20	（最終選手・フィニッシュ）全競技終了		
16:30	ランコース交通規制解除		
17:00-19:00	アワードパーティー 表彰式		ジュピア2階、または屋外
19:00	全日程終了		

- ※ バイク預託 前日からの預託はありません。当日、ご持参ください。
- ※ バイク・ピックアップ 競技の進行状況により、変動する場合があります。会場内のアナウンスに従ってください。
バイク・ピックアップの際には、トランジションエリア入口で必ずレースナンバーを示してください。

大会までの選手の動き

◆ 9月2日(火)

アスリートガイド（初版）公開予定	競技規則、注意事項を本紙、大会ホームページで熟読してください。アスリートガイドは随時更新します。最新版を大会ホームページでご確認ください。
------------------	---

◆ 9月19日(金)・20日(土) 受付

【受付】 9/19(金)14:00～18:00 9/20(土)8:00～12:00 ・ 出場確認 ・ 支給物の受け取り 【バイク輸送受け取り】	● 参加者本人以外の受け付けはできません。 ● 本人確認のため免許証等、写真付き身分証明書を持参してください。 ● 受付前に自分のレースナンバーを必ず確認してください。 ● リレーチームはメンバー個別での受付が必要です。 3人同時に揃わない場合も、それぞれが受付してください。 ● 各カテゴリー スタート時間の1時間前に受付を終了します
--	--

◆ 9月20日(土) 競技

トランジションオープン	バイクの前日預託はありません。 トランジション内には、競技に必要なものしか持ち込めません。 【注意】T1/T2の2か所の準備が必要です。（T1⇔T2間、約750m） *ランシューズ・ラン用品はT2へ！
荷物預け	受付時にレースナンバーのついた白のトランジションバッグに、スイム前に着用の衣類等を、T1の各自のボックスにいれてください。ボックスは、大会側でT2に移動します。バイクピックアップ時に持ち出してください。
準備体操	選手の皆さんはスタートに向けて準備をしているところですが、スプリントの選手もできる限りご参加ください。
待機・招集	招集時間を確認して、遅れないようにご集合ください。
スイムチェックイン (アンクルバンド配布)	レースナンバーを申告し、自分のアンクルバンドであることを確認して受け取り、左右どちらかの足首に装着してください。
試泳	スタート前の試泳は義務です。計測用アンクルバンドを着用ください
オープニングセレモニー	スプリントの選手もお集まりください。
スタート（スタンダード、リレー）	フローティングスタート（水中に入った状態でのスタート）です。 慌てずにスタートしてください。
スタート（スプリント）	フローティングスタート（水中に入った状態でのスタート）です。 慌てずにスタートしてください。
バイクピックアップ 荷物受け取り	必ずレースナンバーをご持参ください。

支給物・持参品・情報発信

★事前発送物はありません。

事前配信（情報は随時発信しますのでホームページでご確認ください）

アスリートガイド	更新版が配信される場合がありますので、随時最新版をご確認ください。
スタートリスト	ご自身のレースナンバーをご確認ください。

大会受付

レースナンバー	1枚／裏面の個人情報欄をご記入ください。
ステッカー	一体型1枚 = バイク（大1）、ヘルメット（中2）、荷物預け用（小2）
ボディナンバーシール	2枚(両腕)／会場に来る前につけてきてください。（貼り付け方説明書同封）
スイムキャップ	1枚
参加賞、提供品	
トランジションバッグ① 大（白）	1枚。スイム前の荷物、スイム後のすべての荷物をいれてください。濡れているスイム後荷物と分けたい方は、ベツトビニール袋を各自で用意し、スイム後にボックスの中に納めてください。
トランジションバッグ② 小（青）	1枚。支給物等をいれてお渡しします。
各種ご案内	各種ご案内、写真販売案内等

大会への持参品についての注意

本人と確認できるもの	運転免許証等、写真付きのもの。（提示を求める場合があります）
バイク	事前に各自で整備をして持ち込んでください。[P28参照]
ウェットスーツ	トライアスロン用で体に合ったサイズのもの。
アスリートガイド	プリントアウトするか、タブレット、スマホ等で最新情報を随時確認できるようにしましょう。

大会当日

計測用アンクルバンド	スイムエリア入場時にお渡しします。（フィニッシュ後、リタイア時要返却）
------------	-------------------------------------

レース後支給物

飲料水	ペットボトル水配布
フィニッシャータオル	リレーはフィニッシュの際にチーム分お受け取り下さい

レースナンバー、スイムキャップ

	レースナンバー	スイムキャップ	部門
1W	NO. 1 ~ 70	ブルー	スタンダード
2W	NO. 71 ~ 140	ピンク	スタンダード
3W	NO. 141 ~ 214	イエロー	スタンダード
	NO. 501 ~ 506	オレンジ	リレー
4W	NO. 301 ~ 340	レッド	スプリント
5W	NO. 341 ~ 377	ホワイト	スプリント

★障がいをお持ちの選手（ガイド含む）

・グリーンのスイムキャップ、レースナンバーを着用します。スイムキャップ レースナンバー
周囲の選手も配慮をお願いします。



受付時の本人確認

受付では、必ず顔写真付きの身分証明書（運転免許証、マイナンバーカード等）をご持参ください。本人確認を行う場合があります。確認できない場合、出場できません。

※他の大会で替え玉出場がありました。登録会員としての1年間の資格停止となりました。代走（替え玉出場）は、事故時等の対応に混乱を招き選手の命にも関わりかねず、競技規則でも禁止しています。保険適用もできません。絶対におやめください

メンバー変更

- 1) 個人については、参加権利の譲渡、名前の変更はできません。
- 2) リレーのオーダー変更（種目変更）についてのみ変更ができます。事前に大会事務局にメールでご申告ください。もしくは、前日までに総合案内で申告し手続きしてください。
- 3) リレーにおいて、登録メンバーの変更、新たなメンバーの追加はできません。
- 4) リレーのメンバー減少で1人になっても、個人（エイジ）部門への変更はできません。競技はできますが、表彰対象から除外となります。

試泳・スイムウォームアップ

- 1) スイムコースの試泳は、当日の指定場所、指定時間を除き、年間を通じてできません。
- 2) スタート前に必ずスイム・ウォーミングアップをしていただきます。
身体を水に慣らし、心臓に急な負担をかけないように、しっかり体を動かしてください。
- 3) 必ず、指定のスイムキャップを被り、ウェットスーツを着用してください。

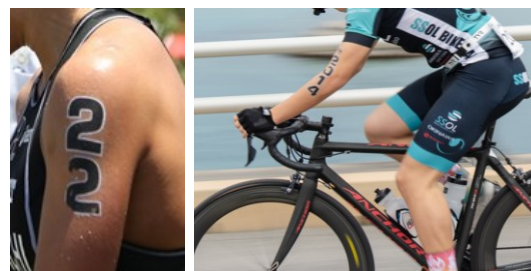
試走

- 1) バイク、ランについて、大会公式試走はありません。
- 2) 大会当日以外の試走は、各自の責任において試走してください。
大会当日のレース以外での怪我等については、保険の適用はできませんのでご了承ください。
- 3) バイク乗車時は、必ずヘルメットを着用してください。

レースナンバーの付け方

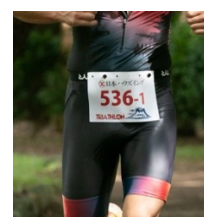
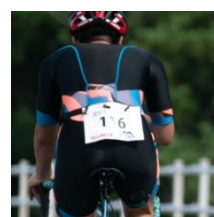
1、ボディナンバー

- ◆ボディナンバーシールを配布します。
- ・貼り付け位置 → 左右の上腕部
ただし、袖付きウェアの場合は、前腕部（例：右写真）
※長袖の場合は下腿に、番号が周囲からすべてみえるようにつけてください。
- ※長袖/ロングパンツ着用の場合も必ず前腕部へ貼り付け、レースナンバーを必ず周囲から見えるようにしてください。
- ・貼り付け方法注意 ※配布する説明書をよく読んでください。
 - ①透明保護フィルムをはがす。
 - ②貼付け場所が乾いていることを確認しシールを台紙ごと貼る。
 - ③水を含ませたタオルでシール台紙を十分濡らす。
 - ④絵柄が付着していることを確認してゆっくり台紙をはがす。
- ・破損した場合等は、当日、アングルバンド配布時にマジックで記入します。
アングルバンド受け取り時、申告してください。



2、各種レースナンバーの付け方について

- ◆バイクシール 大1枚 ◆ヘルメットシール 小2枚 ◆レースナンバー
- (シートポストに折り返して左右) (正面・右側面)
- 「バイクの時は後ろ」「ランの時は前」
から見えるようにしてください。



◆レースナンバー取り付け方法

↓ナンバーベルトをご用意ください。(前日・当日販売あり)



▶ 緊急時の迅速な対応のために活用します。以下に記入をお願いします。	
氏名(フリガナ)	
緊急連絡先	
緊急連絡先(フリガナ)	
性別	
所属団体	
所属地(〒)住所(〒)	
その他(緊急連絡先に記入できない内容)	

裏面に、緊急情報を記入
もしものときにいち早く情報が入手できるよう、ご協力ください。
※個人情報ですので、紛失、脱落にご注意ください。

3、レースナンバーのルール等

- ①トランジションエリア内で、ウェアとレースナンバーを整えてからスタートしてください。
- ②ウェアやレースナンバーがめくれあがったまま競技したり、変形させることは禁止です。競技をとめて直していただく場合があります。
- ③トランジションエリアの出入りにも必要です。バイク撤収時にはレースナンバーと持ち出す荷物の照合を行いますので、必ずご持参ください。[P22競技規則16、トランジション参照]

タトゥー

原則として参加に問題はありませんが、他者に威圧感を与える、レースナンバーがわかりにくい等の場合はテープで覆う等の措置をお願いする場合があります。

競技規則

1、適用する競技規則

- 1) トライアスロンジャパン競技規則に準じ、一部ローカルルールを適用します。
※ 競技規則は以下のpdfまたは右下のQRコードをご参照ください。
https://archive.jtu.or.jp/jtu/pdf/JTU_COMPETITIONRULES_20190207.pdf



2、審判

テクニカルオフィシャル（TO）として表記します。右写真のようなウェアを着用しています。



3、大会側からの競技内容の変更・中止、及び中断

- 1) 気象状況等により、大会開催が危険と判断される場合は、大会当日9：00にジュピア（受付会場）にてコース・距離等の変更、または中止を発表します。（状況により遅れる場合があります。）
2) スイム競技のみ中止の場合、トライアスロンからバイク・ラン（T1スタート）に変更します。
3) 雷等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決定します。
4) 天候の急変等で、レース中に中断や中止の判断をした場合は、審判団、主催者で協議の上、表彰対象の有無等を決定します。
5) 天候等により中止になった場合でも、参加費の返金はいたしません。

4、選手自身の競技中止・棄権（リタイア）

- 1) 大会スタッフは、選手が過度の疲労、競技力不足又は事故等により競技の続行に支障があると判断した場合、選手に対し、競技の中止を指示することができます。
2) 大会スタッフに競技の中止を指示された場合、これに従わなければなりません。
3) 選手は、競技続行に不安があると感じた場合、自らの意思で競技を棄権するものとします。
4) 競技を棄権した場合、大会本部・審判にその旨を必ず申告して、指示に従ってください。
5) 大会スタッフは、体調不良、飲酒状態と判断した場合、出場を取りやめさせる権限を持ちます。
（「誰でも」飲酒は死亡事故のリスクが「確実に」高まります。特に前日の過ごし方にご配慮ください。）

5、招集、制限時間

- 1) 招集時刻に間に合うようにスタート地点に集合してください。いない場合失格となる場合があります。
2) 以下の通り、制限時間を設けます。（スイムスタートからの累計時間）
3) 関門で新しい周回に入れなかった選手は、健康上問題ない場合に限り、次の種目（ランはフィニッシュ）に向かうことができます。（スイムは医師の判断を仰ぎます）

種目	部門	制限時間	関門（指定時刻を過ぎたら、新しい周回に入れません）	場所、備考
スイム	スタンダード/リレー	60分	11:40	入水計測地点
	スプリント	25分		
バイク	スタンダード/リレー	3時間50分	14:20	蔵王体育館前
	スプリント	1時間50分		
ラン	スタンダード/リレー	5時間10分	15:50	ジュピア前
	スプリント	2時間40分	15:20	

6、記録、計測、着順

- 1) アンクルバンド（スタート1時間前より配布。試泳から着用。）
① スイム本部テントで、自分のレースナンバーを確認して受け取ってください。
② どちらかの足首につけ、競技終了まで外さないでください。



7、計測区間

スイムスタート地点	スイム	
トランジション入口地点		
トランジション入口地点	バイク	トランジション1（スイム→バイク）は、バイクタイムに含みます。
ランフィニッシュ		
	ラン	トランジション2（バイク→ラン）は、バイクタイムに含みます。

8、着順

- 1) 計測は、アンクルバンドがマットを通過した時点の計時で行い、着順を決定します。

9、選手通過情報

- 1) 選手の通過情報、結果はこちらからご覧いただけます。
システムウェイ→ https://systemway.jp/25omotenashi_yamagata



10、荷物預託（荷物預かり）

- 1) スイム前衣類等：受付で支給の白のトラバグの中に入れ、T1の各自のボックスに預けてください。宿泊荷物など大型のものはお預かりできません。空気入れなど長尺のものは、先端がはみ出すこと前提で本体を袋の中に入れ、口を縛ってください。
- 2) スイム後荷物等：ウェットスーツ、ゴーグル、スイムキャップなど、スイムで使ったすべての道具は白のトラバグの中に入れて上、ボックス内に入れて下さい。濡れるのを避けたい場合は、各自でビニール袋を用意し、白のトラバグの中に仕分けして入れてください。
- 3) T1でお預かりした荷物：T2に大会側で移動します。レースナンバーで管理します。
- 4) 返却の際は、レースナンバーと照合して荷物をお渡しいたしますのでレースナンバーをご持参下さい。

11、レスチューブ（膨張式緊急浮力体）

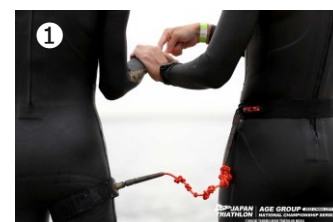
- 1) 使用する方は、ご自分で事前に準備をしてください。
「レスチューブ」ホームページからお申込みください。
- 2) EXPOでは購入、レンタルはありません。
- 3) レスチューブ使用のルールについては、「P20競技規則15 スイム」を参照してください。

レスチューブ <http://restube.jp/>



12、パラトライアスロンの参加

- 1) 障がいをお持ちの方が複数出場されます。違う機材の使用や走路が異なる場合があります。また、パラトライアスロンのルールを適用します。
ご理解、ご協力、注意をお願いします。
- 2) スイムキャップは、専用の大会指定色のものとなります。
- 3) スイムフィニッシュで、アシスタントが必要な選手がいる場合があります。
- 4) 視覚障がいの選手は、ガイドと競技します。スイムの際、ガイドロープ（写真①）でつながっています。間に入ったり、つかんでしまわないようご協力ください。
- 5) 視覚障がい選手が、タンデムバイク(2人乗り)で出場します。通常のバイクと違い、ホイールベースが長く、コーナー等の走行ラインも違うので、近い場所でする選手は、ご理解とご注意をお願いします。（写真②）



13、ウェア、ウェットスーツ

<1> レースウェア

- 1) バイク、ランにおいて、上半身裸で競技すると失格となります。
- 2) 前にファスナーがないウェアを推奨します。ファスナーがついている場合は、胸骨の下位置までファスナーを下げることはできません。また、フィニッシュ手前200mでは、必ずファスナーをあけてください。

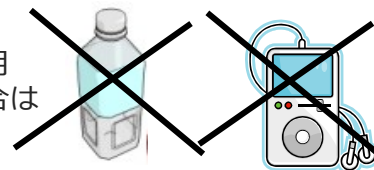
<2> ウェットスーツ

- 1) ウェットスーツ着用は義務です。
ウェットスーツは、ネオプレン(合成ゴム)で胴体が覆われているものに限り、トライアスロン用を推奨します。
- 2) ラッシュガード、スイムスキン等では出場できません。一部ダイビング用などにあるような浮力がない素材を使用しているものは安全面を考慮し避けるようにしてください。
- 3) 体形に合わないウェットスーツは事故の要因になる場合があります。ご注意ください。

14、携行禁止品

1) 各種目において、以下のものは携行できません。

- ・音楽等のプレーヤー
- ・通信機器（バイクでスマートフォンをサイクルコンピューターとして使用する場合は、バイクに固定して外さないこと。また、ランで使用する場合は計測機器としてのみ使用で、身体に固定して落ちないようにする）
[P23競技規則17バイク、P24競技規則18ラン参照]
- ・ガラス製品
- ・ペットボトル（ランの携行は可。ただしエイドステーションのゴミ箱以外で廃棄しないこと）
- ・カメラ



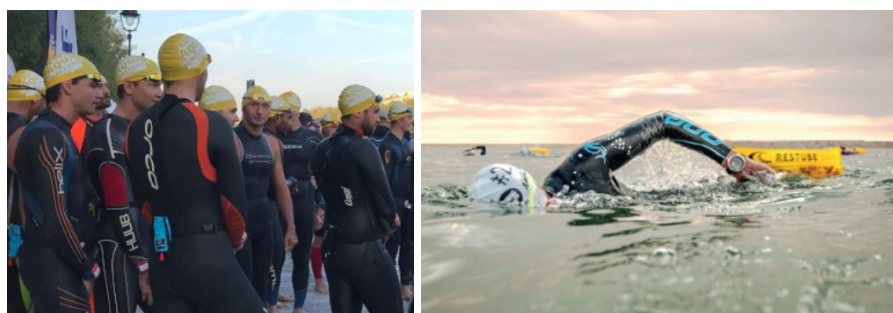
※大会の広報等のため、大会が特別に指定した選手のみ競技中のカメラ撮影を許可しています。

対象者には装着方法もバイクでは機材等に固定することを条件に装着。ランでは手に持ったの撮影を許可してます。（撮影の際は大会の撮影許可を示すリストバンド、ナンバーカードへの表示を行います）

15、スイム

<1> 用具

- 1) 受付時にお渡しする大会指定のスイムキャップを着用してください。
- 2) ウェットスーツ着用は義務です。[P19競技規則13ウェア、ウェットスーツ参照]
- 3) アンクルバンドを試泳前にどちらかの足首に着けてください。
- 4) 低水温（20℃未満）も予想されるため、保温用のキャップ、推進力を生まないマリンシューズ、靴下などの着用ができます。
- 5) レスチューブの装着を推奨します。ただし、膨らませた場合、競技は継続できません(DNF)。レスチューブの膨張行為を救助の要請とみなします。



6) スイムブイの使用について

スイムに自信のない選手はスイムブイの使用を認めます

* 使用する選手は **ポイント.順位の対象外とします(DNF)**

* スイム本部への事前申請が必要です(スタート30分前まで) * ブイにマーキングします

使用するスイムブイを持ってスイム本部に申請してください

申請しないで使用した場合 失格 (DSQ)とします



<2> スタート方法

- 1) 階段を下りて入水した状態での フローティングスタートです。
- 2) スタート順は、第1ウェーブの一部を除き、年代別を基本としています。

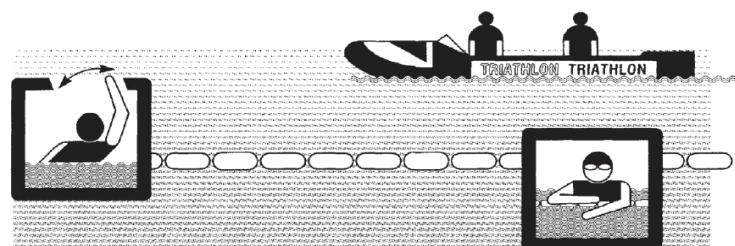
<3> スイムスキップ

- 1) 以下の条件でスイムをスキップし、バイクに移行することができます。
 - ・各部門スタート30分前までに、スイム本部のスキップ受付で、申告があった場合。
 - ・周回途中（各周回上陸時）に、申告があった場合。
- 2) スタート前に申告した方は、アンクルバンドを指定時間内に受け取り、スイム本部のスキップ受付に指定時刻に集合してください。
- 3) スタート後に申告（周回途中）した方は、T Oに申告の上、改めてスキップ受付で申告をしてください。
- 4) スイムスキップした選手は、バイク競技開始の準備をして、スキップ受付で待機してください。
- 5) 救助された選手は、スキップできません。
- 6) スキップを申告した選手でも、メディカルから不可と判断された場合は、スキップでのスタートはできません。
- 7) リレーでスイムスキップまたは完泳できなかった場合(タイムオーバー含む)は、[P26競技規則・リレー]を参照してください。
- 8) スイムスキップした選手/チームは順位付けしません。記録は「SKIP」と表示します。

カテゴリー	スタート前申告期限	スタート後申告期限	スタート時刻
スタンダード/リレー	10:30	11:20	11:30
スプリント	12:30		13:15

<4> 競技中

- 1) スタート前に、スタート地点、上陸地点、周回方法等を必ずご確認ください。
1周500mで、スタンダードは一度上陸し周回、スプリントは階段を上がりフィニッシュです。
- 2) 大会当日のスイムウォームアップ(試泳)は、義務とします。スタッフの指示に従ってください。
- 3) ブイの外を回ってください。スイムコースは反時計回りです。直線コースではないので、ブイの位置を事前に確認してください。
- 4) ブイやコースロープ等につかまってもかまいません。ただし、それを伝って進むことは禁止です。
コース途中に、つかまって休むことができる浮力体を設置します。
- 5) 泳ぎがおかしい(方向が定まらない等)選手が
また、緊急時はご自身に余裕があれば、
安全を確保した上で救助を お手伝いいただければ幸いです。
- 6) スイム競技を途中棄権する場合、片手を
あげてスタッフに「リタイア」の意思表示
をしてください。
(右図) 救助された選手は、競技を再開することはできません。



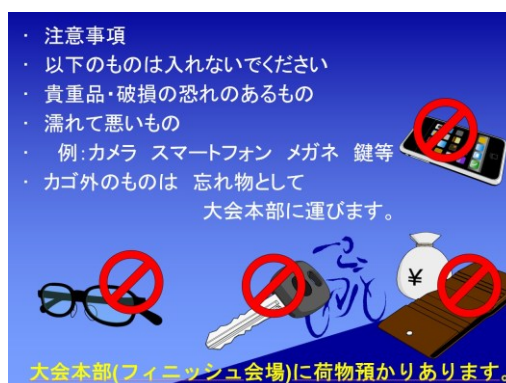
<5> その他

- 1) めがね置き場をスイムフィニッシュ地点に設置しますが、取り間違い、紛失、破損等があっても、自己責任とします。トランジションエリアに置くことを推奨します。
- 2) 視力が弱い方は、度付ゴーグルをご用意ください。
- 3) スイムフィニッシュ後、シャワー等はありません。

16、トランジション

<1> 準備

- 1) トランジションエリアには、競技中及び競技前後に関わらず、選手及び許可された大会スタッフ以外は入れません。ただし、やむを得ない理由がある場合に限り、TOの許可を得て入ることができます。
- 2) 棒状のバイクラックに添付してある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。
- 3) 競技に必要な物以外を置くことはできません。トランジションボックス（買い物かご相当）がありますので、以下のように荷物をいれてください。
 - ① スイム前衣類等：受付で支給の白のトラバッグの中に入れ、T1の各自のボックスに預けてください。宿泊荷物など大型のものはお預かりできません。空気入れなど長尺のものは、先端がはみ出すこと前提で本体を袋の中に入れ、口を縛ってください。
 - ② スイム後荷物等：ウェットスーツ、ゴーグル、スイムキャップなど、スイムで使ったすべての道具は白のトラバッグの中に入れた上、ボックス内に入れて下さい。濡れるのを避けたい場合は、各自でビニール袋を用意し、白のトラバッグの中に仕分けして入れてください。
 - ③ ボックスに入る範囲で、クーラーボックスなどを持ち込むことができます。
- 4) リレーも、預ける荷物がある場合は同様とします。
- 5) 指定時間以内にトランジションのセット場所で余裕をもって行ってください。
- 6) トランジションエリアを囲むフェンスにバイクを立てかけないでください。
- 7) セッティングが守られていないバイクは、選手の了承を得ずに大会スタッフが直します。



ボックス内イメージ
袋の口は閉じてください



<2> 競技中

- 1) トランジションエリアは、ペダルに片足を乗せての走行も含め乗車禁止です。
- 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てください。バイクフィニッシュ後は、バイクを掛けてからストラップを外してください。バイクをバイクラックから降ろした状態で、ヘルメットのストラップを外している場合、TOが是正勧告します。**TOの是正勧告に従わない場合は、ペナルティボックスでのタイムペナルティ(スタンダード15秒、スプリント10秒)が科されます。**
- 3) 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。また、乗車ラインを通過してからも押すことはでき、ライン通過直後に乗車しなくてもかまいません。混雑時等ご検討ください。
- 4) 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。また、降車ライン付近が混雑する場合は、安全な場所での降車もご検討ください。特に、本大会の降車付近は狭いため、周囲を確認の上、安全な場所で余裕をもって降車してください。
 - ★降車の場所を、コースMAP、現地で必ずお確かめください。
- 5) レースナンバーの向きを確認して、次の種目に移ってください。
 - ★バイクは腰側（後から見える位置）、ランは腹側（前から見える位置）



《降車》



《乗車》

<3> 撤収

- 1) T1でお預かりした荷物は、T2の各自のバイク付近に大会側で移動します。
- 2) 競技終了後のバイク等、及び1)の荷物は、公式アナウンス後、指定出入口から順次撤収ができます。競技中にバイクを取り出せるアナウンスがあった場合でも、状況により撤収できない場合もあります。
- 3) 返却の際は、レースナンバーと照合して荷物をお渡しいたしますのでレースナンバーをご持参下さい。
- 4) トランジションエリアを囲むフェンス外から荷物を取り出すことはできません。
- 5) 17時00分までに撤収してください。

★トランジションの方法を動画でもご覧いただけます。 ((QRコード) : 7分33秒)

<https://www.youtube.com/watch?v=8ZcTY2ctNso>

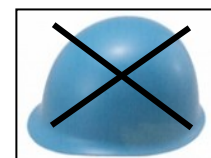


17. バイク

<1> 用具

① ヘルメット

- 1) 自転車競技用ヘルメットを着用してください。
- 2) レース中、コース試走、トレーニング等でのバイク乗車時には、常にヘルメットを着用しなければなりません。



X : 工事用

X : ストラップがゴム製

② 使用バイク

- 1) ロードバイクを推奨します。
- 2) 時速60km/h以上でアップダウンの激しいコースです。ブレーキ、変速機など、十分に整備された状態でご出場ください。
- 3) スタンド、前照灯、泥除け等競技に無関係なものは、取り外してください。



X	ミニベロ
X	シティサイクル(俗に言うママチャリ)
X	電動アシスト付き

- ・いずれにも当てはまらない場合は事前にお問い合わせください。
- ・パラトライアスロンの方は別途対応します。

③ 装備品等 (◎必須 ○あるとよい X携行禁止)

◎	パンク修理セット	X	ペットボトル
◎	バイク用ボトル	X	ヘッドホン、イヤホン等
○	サイクルコンピューター	X	ガラス製品
X	カメラ	X	通信機器



④ レースナンバー 後ろから見える位置(背中、又は腰)につけてください。

- 1) バイクコースには、エイドステーションはありません。しっかりドリンクを入れ、ダブルボトル仕様等も検討してください。
- 2) ディスクホイールは使用できます。
- 3) ディスクブレーキ装着車で参加することも可能です。
- 4) パンク修理セットは必ず携行してください。また、パンク修理はひとりでできるように、練習しておくことが必須です。(人の手を借りての修理は失格です。T Oを除く。)
- 5) 音楽プレーヤー等、ヘッドホンをつけての走行、及び機器の携行は禁止です。
- 6) 通信機器がついているサイクルコンピューターは、第3者と通信をしないことを前提として装着を認めます。ただし、バイクに固定して外さないこと。
- 7) DHバーの装着は認めます。ただし、多くが坂道で、下りは適切なブレーキング、ハンドリングが必要で、上りはダウンヒルポジションでの効果は薄く、お勧めはしません。

<2> 競技

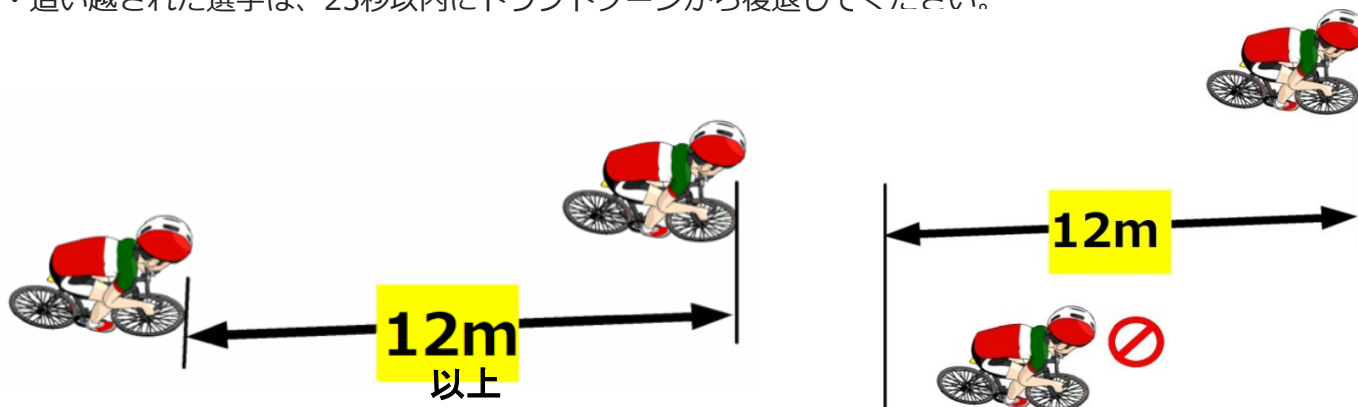
- 1) 車両規制はしますが、歩行者等がいる場合があります。充分ご注意ください。
- 2) スタンドは1周約10kmx4周の40km、スプリントは2周の20kmコースです。アップダウン、ヘアピンカーブ等のあるテクニカルなコースですので、十分に練習を積んでご参加ください。
- 3) 逆走は禁止です。
- 4) **追い越し禁止区間、DHポジション禁止区間**が設定されています。安全走行のため必ずお守りください。
- 5) 対面通行区間は、右側通行です。キープレフトで走行しますが、センターライン付近のコーンに接触しないよう、十分にご注意ください。
- 6) 追い越しは、センターラインを越えないように右側から、を厳守してください。

7) ホイールステーション（予備ホイール置場）はT1に設置します。ただし 設置回収は自己責任で行ってください

8) ドラフティング、ブロックングは禁止です。

※2025年からのルール改正で、公式ルールでは、前の選手から10m→**12m**、ドラフトゾーンに入ることができる時間は、20秒→**25秒**となりました。

- ・前の選手の前輪先端から12m以上あけて走ってください。
- ・追い越しは25秒以内にしてください。
- ・ドラフトゾーンに入ることができるのは、トランジションエリア前後100m、急なターン地点等です。
- ・ブロックング(後続を追い抜けなくする状態)行為は禁止です。
- ・オートバイは15m、車両は35mがドラフトゾーンです。
- ・追い越された選手は、25秒以内にドラフトゾーンから後退してください。



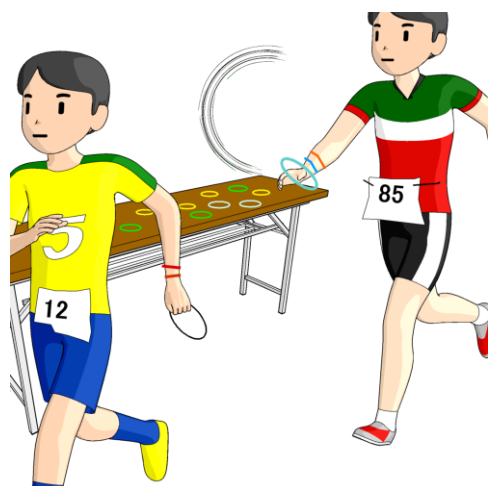
18、ラン

<1> 用具

- 1) レースナンバーを前にして走行してください。
- 2) スマートフォンの携帯、ヘッドホンをつけての走行はできません。
ただし、スマートフォンを計測機器としてのみ使用し、身体に固定して落とさない対策ができている場合のみ携帯が可能。

<2> 競技中

- 1) 1周約2.5kmの周回コースです。スタンダードは4周、スプリントは2周です。
- 2) ランコースの半分がスキーゲレンデで、アップダウン、不整地が多いコースです。足元には十分にご注意ください。
- 3) 周回数は各自で確認してください。スタッフが周回数を教えることはありません。
- 4) 追越しは前走者の右側から。前走者に一声掛けると安心です。
- 5) 応援者による伴走はできません。
- 6) 周回確認のためバンドを受け取ることができます(受け取りは任意です)



スキージャンプ台脇、ラン折返し地点にあります
4回(SD) 2回(SP)通ります

19、エイドステーション（給水所）

- 1) スイムスタート前、周回、フィニッシュ、ランコース途中、フィニッシュ付近に設置します。
- 2) バイクコース 1箇所 十分減速して補給してください。ダブルボトルを推奨します。
- 3) ランコースは水とスポーツドリンクがあります。
- 4) テーブルにおいた紙コップを、選手自身でお取りください。
- 5) 使用済み紙コップ等のごみを、規程範囲（リタリングゾーン）外に捨てた選手はペナルティ対象です。リタリングゾーン内に回収箱を用意します。入れ損ねた場合は、ペナルティの対象にはなりません。



20、フィニッシュ

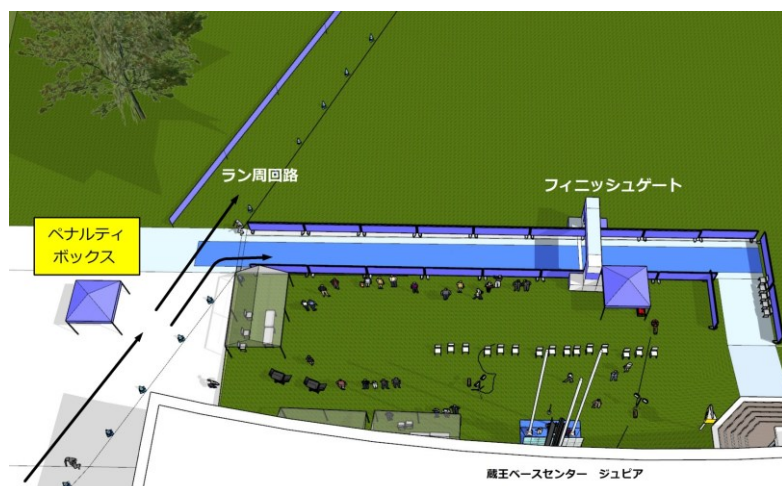
- 1) アンクルバンドが計測マットを通過した時点の計時で行い、着順を決定します。
- 2) フィニッシュ直前では、帽子、サングラスを外すことを奨励します。
- 3) 同伴フィニッシュはできますが、後続は周囲の選手の邪魔にならないようご注意ください。
- 4) アンクルバンドは各自で外し、指定の箱に入れてください。TO、スタッフの指示がある場合は、それに従ってください。
- 5) フィニッシュゲートタオルをお受け取り下さい。（リレーはチーム人数分お受け取りください。）
- 6) バイクピックアップのアナウンスがあった後は、バイクを速やかに撤収してください。

21、ペナルティとペナルティボックス

- 1) 違反や危険が予想される行為があった場合は、注意を受けることがあります。
- 2) 注意に従わない場合、警告が出ます。また、停止等のペナルティを果たします。但し、ペナルティが果たされる前に必ずしも注意や警告が発せられるとは限りません。
- 3) 競技中に競技規則違反があった場合、あらかじめコース上に設置されたペナルティボックス（PB）に、その選手のレースナンバーを掲示します。

対象者は自らボックス(下図参照)に入り、TOの指示に従って、一定時間が経過したら再スタートしてください。

- 4) 主な違反によるペナルティー時間
 - ・ドラフティング違反 スタンダード1分、スプリント30秒
 - ・その他違反 スタンダード15秒、スプリント10秒
- 5) 失格に該当する主なもの
 - ・登録本人以外(替え玉)の出場。失格だけでなく、出場停止等の重い処分が下されます。
 - ・ヘルメット未着用あるいは不適合なヘルメットを着用してバイクに乗車した場合
 - ・パンク修理において、人の助力を得ること。（TOの助力は除く）
 - ・TO、スタッフ、観衆への暴言
 - ・ペナルティボックスにレースナンバーが掲示されているにも関わらず、ボックスに入らなかった場合
 - ・意図的に不正な手段によって、他の競技者よりも明らかなアドバンテージを得た場合



ペナルティボックスは、ラン周回路(総合フィニッシュ分岐)にあります。誘導は行いません。リストに表示された番号を確認し、自ら入り、TOの指示に従ってください。

22、緊急時の対応

- 1) レースだけでなく、地域の医療、安全を守るため緊急車両が入る場合があります。
- 2) 緊急車両が入る場合は、競技中でも一時競技を止め、緊急車両を優先して通行させます。
- 3) ドクターヘリの発着がある場合、安全確保のために一部競技を止める場合があります。
- 4) 選手が止まっている時間も競技時間に含まれます。事態をご理解のうえ、ご了承ください。
- 5) 大会開催中、変調をきたした選手を見かけた場合は、すぐにお近くのスタッフにお知らせください。

リタイア、もしくはタイムオーバーした場合

- 1) スイムでリタイアまたはタイムオーバー
 - ①一度救護で体調確認をしてください。
 - ②アンクルバンドをスタッフに渡して、体調に問題なければ撤収の準備を行ってください。ただしバイクのピックアップは、TOの指示に従い可能になるまでお待ちください。
- 2) バイクでリタイア
 - ①TOにリタイアを申告し、指示に従ってください。TOはオートバイ等で巡回しています。
 - ②アンクルバンドをTOに渡してください。
 - ③救急搬送された場合を除き、必ずトランジションに戻り、審判にリタイアした旨を伝えてください。途中でリタイアしたまま、帰宅等は絶対に避けてください。行方不明選手として捜索が必要になります。※メカトラブルは、ご自身で対応することが基本です。パンク等の修理ができるようにしてください。
- 3) バイクでタイムオーバー
 - ①タイムオーバーを指示された場合、自走でトランジションに戻るか、回収車で回収するかの指示に従ってください。自走で戻る場合も、コースを走行し、交通法規を遵守してください。
 - ②アンクルバンドを審判に渡してください。
 - ③必ずトランジションに戻り、TOにタイムオーバーした旨を伝えてください。リタイアと同様、そのまま帰宅等しないでください。
- 4) ランでリタイア
 - ①TOにリタイアを申告し、指示に従ってください。TOはオートバイ等で巡回しています。
 - ②アンクルバンドを審判に渡してください。
 - ③トランジションに戻り、TOの指示に従い可能になったらバイクピックアップの準備をしてください。
- 5) ラン関門でタイムオーバー
 - ①タイムオーバーで新しい周回に入れなくなった場合、TOの指示に従ってください。
 - ②トランジションに戻り、TOの指示に従い可能になったらバイクピックアップの準備をしてください。

リレー

- 1) アンクルバンドを引き継ぐことで、リレーが成立します。必ず、各選手が足首につけて競技をしてください。
- 2) アンクルバンドの引き継ぎは、リレーゾーンで行ってください。
- 3) 競技を終了した選手は、他の選手に注意してコースより退出し、預けた荷物を受け取る等してください。
- 4) 競技に不要な荷物や、競技前後に着用の荷物等は、荷物預けに預けてください。
- 5) スイム
 - ①アンクルバンド、スイムキャップは、スイム担当選手が受け取ってください。
 - ②スイムエリアにはスイム担当選手のみ入ることができます。
- 6) バイク
 - ①バイク担当選手は、スイムフィニッシュ想定タイムまでに、バイクの服装で、レースナンバーをつけてリレーゾーンに集合してください。
 - ②バイクシューズは、リレーゾーンでは履くことはできません(T1までのランシューズは履くことができます)
 - ③ヘルメットは事前に着用しておくことを推奨します。
 - ④ラン担当者へのリレーは バイクを指定のラックにかけてから行ってください
- 7) ラン
 - ①ラン担当選手は、バイクフィニッシュ想定タイムまでに、ランの服装で、レースナンバーをつけてリレーゾーンに集合してください。
- 8) スイムでスキップ、またはリタイア、タイムオーバーがあった場合
 - ①スイム担当選手は、TOにアンクルバンドを渡してください。その後については、[P26競技規則・リタイア、もしくはタイムオーバーした場合]を参照してください。
 - ②バイク担当選手は、スキップ受付でそのアンクルバンドを受け取り、指定時刻にスタートしてください。(アンクルバンドは、予備のものを付ける場合もあります)

9) バイクでリタイア、タイムオーバーがあった場合

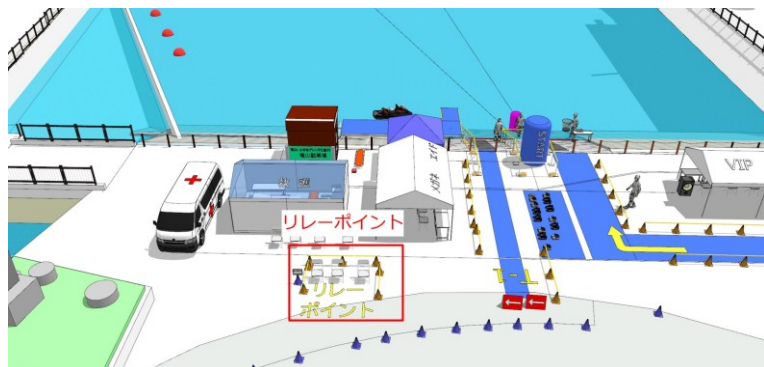
- ① バイク担当選手は、TOにアンクルバンドを渡してください。その後については、[P26競技規則・リタイア、もしくはタイムオーバーした場合]を参照してください。
- ② ラン担当選手は、アナウンス等でバイクのリタイア情報を得たら、スキップ待機場所の審判にリタイアチームのラン担当であることを伝えてください。予備のアンクルバンドを受け取り、TOの指示でスタートしてください。

10) ランでリタイア、タイムオーバーがあった場合は、競技は終了となります。

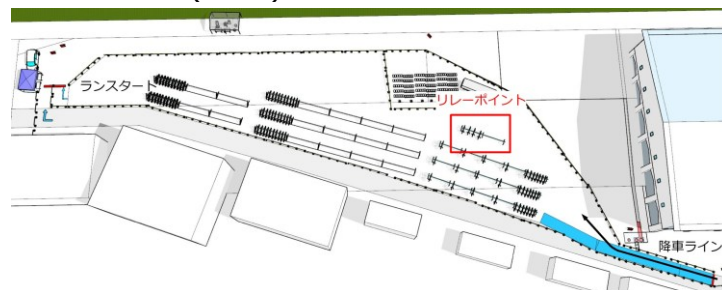
11) リレーでメンバー不足となった場合

- ① 2人で競技することができ、3種目完泳・完走すればリレー部門で順位付けされます。
出場選手が、途中でリタイアした場合、残りの選手は競技を継続することはできますが順位対象外となります。
- ② 2人で競技を行う場合、1人が2種目を続ける、もしくは、1種目ずつ交代し競技してもかまいません。
※TOへの事前報告が必要
- ③ フィニッシュ後の支給物は、3人分お受け取りください。

■ スイム会場リレー(S⇒B)ポイント



■ T2 リレー(B⇒R)ポイント



表彰・棄権・リザルト

1、表彰式

- 1) 個人総合男女1～3位、各年代別1～3位、リレー総合1～3位は、パーティー会場（ジュピア2階）で表彰式を行います。

2、棄権（リタイア）

- 1) 安全が最優先です。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」が正しい選択です。
- 2) 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、アンクルバンドを本部までお持ちください。

3、リザルト、完走証

- 1) リザルトは大会ホームページでご確認ください。貼り出しは会場表彰者のみ行います。
- 2) 速報は、システムウェイ（右URLまたはQRコード）でご確認ください。
- 3) 完走証は、ご希望の方は事務局にご申告ください。後日メールでお送りします。

https://systemway.jp/25omotenashi_yamagata

大会当日レース開始までページは表示されません。



バイクメカニックサービス 事前の点検にご協力をお願いします

是非、事前にご自身やバイクショップで整備をして大会への参加をお願いいたします

- 1) 事故防止や現地でのメカニックサービス利用の混雑を回避するため、十分な事前の整備・点検をお願いします。
下記の事前点検実施により、レース中のメカニックトラブル回避につながります。
- 2) 前日の受付と当日ブースを設置します。
昨今の大会で、安易にメカニックサービスを利用し、**本当にメカニックサービスの利用が必要な選手に、サービスが提供できない事態が発生しています。**
まずは事前にご自身やバイクショップでの点検、整備をお願いいたします。

バイク整備状況チェック表（ご自身でしっかり確認しましょう）

パーツ	詳細	チェック	パーツ	詳細	チェック
ブレーキ	ブレーキシュー摩耗		その他	DHバー固定	
	取り付け位置			ボトルケージ最低1個	
	ブレーキワイヤー			Di2バッテリー残量	
	効き具合			フレーム破損・クラック	
タイヤ	タイヤの摩耗			ハンドル固定	
	タイヤの損傷			ステム固定	
	タイヤの空気圧			ヘッドのガタ	
ホイール	ホイールの振れ・ガタ			サドル固定	
	スポークテンション			ペダルのガタ	
	クイックレバーの固定			クリートの摩耗	
変速ギア	フロント変速			各ボルトの増し締め	
	リア変速			注油(チェーン、メカ等)	
	変速ワイヤー				
	(Di2含む)				

競技中に接触事故が発生した場合

競技中に万が一接触事故等があった場合、近くのスタッフにお声がけの上、怪我の有無に関わらず必ずその場に留まり、大会側の指示に従ってください。

災害等への対応

- ・大地震や、火山噴火が発生した場合は、競技を中断、中止する場合があります。

蔵王山火山防災マップ



大会保険

2025年度トライアスロン都道府県競技団体・学連会員は、JTU会員特典の保険に加入しています（下表：右）。あわせて、本大会参加者は大会保険（下表：左）に加入しています。競技中の負傷等に対する主催者の補償は、加入する保険の適用範囲内です。また機材・備品の補償は一切ありません。次の補償内容を必ず確認のうえ、不足と思われる方は、各自において別途保険に加入してください。トライアスロン会員特典保険の詳細は、トライアスロンジャパンホームページをご確認ください。

◆大会保険

給付内容/原因	傷害保険金額
死亡保障	1,500万円
後遺障害補償	1,500万円
入院保険金（日額）	5,000円
通院保険金（日額）	2,500円

※熱中症危険補償特約、食中毒補償特約付
※大会保険は全年齢同保証です

◆トライアスロン会員特典保険

加入対象者	傷害保険金額				賠償責任保険 支払限度額	突然死 葬祭費用保険 支払限度額
	死亡	後遺障害 （最高）	入院日額 （1～180日 限度）	通院日額 （1～30日 限度）		
子ども （中学生以下）	3,000 万円	4,500 万円	4,000 円	1,500 円	5億円 ※2	180 万円
64歳以下	2,000 万円	3,000 万円	4,000 円	1,500 円	5億円 ※2	180 万円
65歳以上	600 万円	900 万円	1,800 円	1,000 円	5億円 ※2	180 万円

※1 年齢の判断は、保険年度初日の4月1日時点を基準とします。
※2 対人・対物賠償合算1事故（ただし、対人賠償は1人1億円）

当日、怪我をした場合は、大会事務局に直接
ご相談ください。

おもてなし山形トライアスロンin ZAO実行委員会事務局
TEL 090-2277-6828
E-mail yta2023triathlon@gmail.com

ドーピングコントロール

今大会では、日本アンチ・ドーピング規程(日本アンチ・ドーピング機構<以下JADAと示す>ホームページ <https://www.playtruejapan.org/>より入手可能)に基づき、競技会内でドーピング検査が行われる可能性があります。

来場の際は、必ず写真付き身分証明書(パスポート、学生証、運転免許証等)をご持参ください。

ドーピング検査の対象となった競技者は、競技終了後、通告を受けます。通告者(ドーピング検査員、シャペロン)の指示に従ってください。尿もしくは血液または両方の検体提供の拒否または回避をすることは違反行為とみなされることがあります。検査の過程はJADAホームページの「トップページ → アスリート & 競技団体の方へ → 競技会に参加するすべての アスリート → ルールについて知る → ドーピング検査手順(尿、血液)」をご参照ください。

エイジアスリートの方も対象になる可能性がありますので、普段からアンチドーピングに関してもご配慮ください。

盗撮防止へのご協力をお願い

トライアスロンジャパンでは、大会会場での盗撮防止に努めています。
近年、大会会場における盗撮行為がいくつか報告されています。特に女子選手はフィニッシュ後にタオルを巻く等の自己防御対応をお願いいたします。尚、盗撮行為と疑わしき場合を発見した際は、お近くの大会関係者までお知らせください。

落とし物、忘れ物

- 1) 落とし物を拾った場合は、大会本部にお届けください。
- 2) 落とし物、忘れ物をした場合は、大会事務局にメールにてお問い合わせください。お問い合わせの際、アイテム、色、サイズ、特徴等、具体的にお知らせください。
- 3) ボトルに入った水分等は、廃棄させていただきます。
- 4) 大会終了後、大会事務局で保管しますが、1か月を経過した時点で処分させていただきます。
- 5) 大会終了後の落とし物、忘れ物の発送を希望する場合は、送料は参加者負担とさせていただきます。

諸注意

- 1) 秋の高原です。気象状況をよくみて寒さ、雨、風などの対策をしてください。
- 2) 残暑がある場合も想定して準備をしてください。前日から十分な水分補給をしてください。
飲酒は水分補給どころか脱水につながります。前日の飲酒はお控えください。
※1)、2)については、応援の方もご注意ください。
- 3) ラン競技中の帽子の着用を推奨します。
- 4) 大会開催中、変調をきたした選手を見かけた場合は、すぐにお近くのスタッフに声をかけてください。
- 5) 体調不良、睡眠不足などは、大きな事故につながります。絶対に無理な出場はしないでください。
- 6) スケジュール、ローカルルールの変更などがあった場合は、本部に掲示の上アナウンスします。
- 7) ゴミは各自お持ち帰りください。
- 8) 本大会では、参加者及びスタッフは傷害保険に加入しています。
(特定疾病の範囲=急性心疾患・急性脳疾患・熱中症・低体温症など。往復途上は保険対象外となります)
より万全にするためには、別途個人で保険にご加入なさることをお勧めします。
- 9) アンクルバンドを返却し忘れた場合は、大会本部(大会事務局)まで必ずご連絡ください。
紛失した場合、実費を請求させていただきます。
- 10) テレビ、新聞等の取材が入り、場所を確保する場合があります。ご協力をお願いします。

選手駐車場、シャトルバス案内

駐車場



- ・各駐車場には 車両移動できない制限時間があります
- ・ジューピア協駐車場は大会当日利用できません その他駐車場をご利用ください
- ・横倉第三駐車場は スプリント選手、役員スタッフ、緊急車両用となっております
 その他の選手、応援者の駐車があると大会運営に支障をきたします。ご理解、ご協力をお願いいたします。

シャトルバス

【19日(金)】

12:00JR山形駅発 → 12:45蔵王温泉バスターミナル

17:00JR山形駅発 → 17:50蔵王温泉バスターミナル

バス停は、後日発表

【20日(土)】

8:00JR山形駅発 → 9:05JR上山温泉駅発 → 9:45蔵王温泉バスターミナル

8:45山形空港発 → 10:00蔵王温泉バスターミナル

11:00JR上山温泉駅発 → 11:40蔵王温泉バスターミナル

17:00蔵王温泉バスターミナル → 17:50JR山形駅

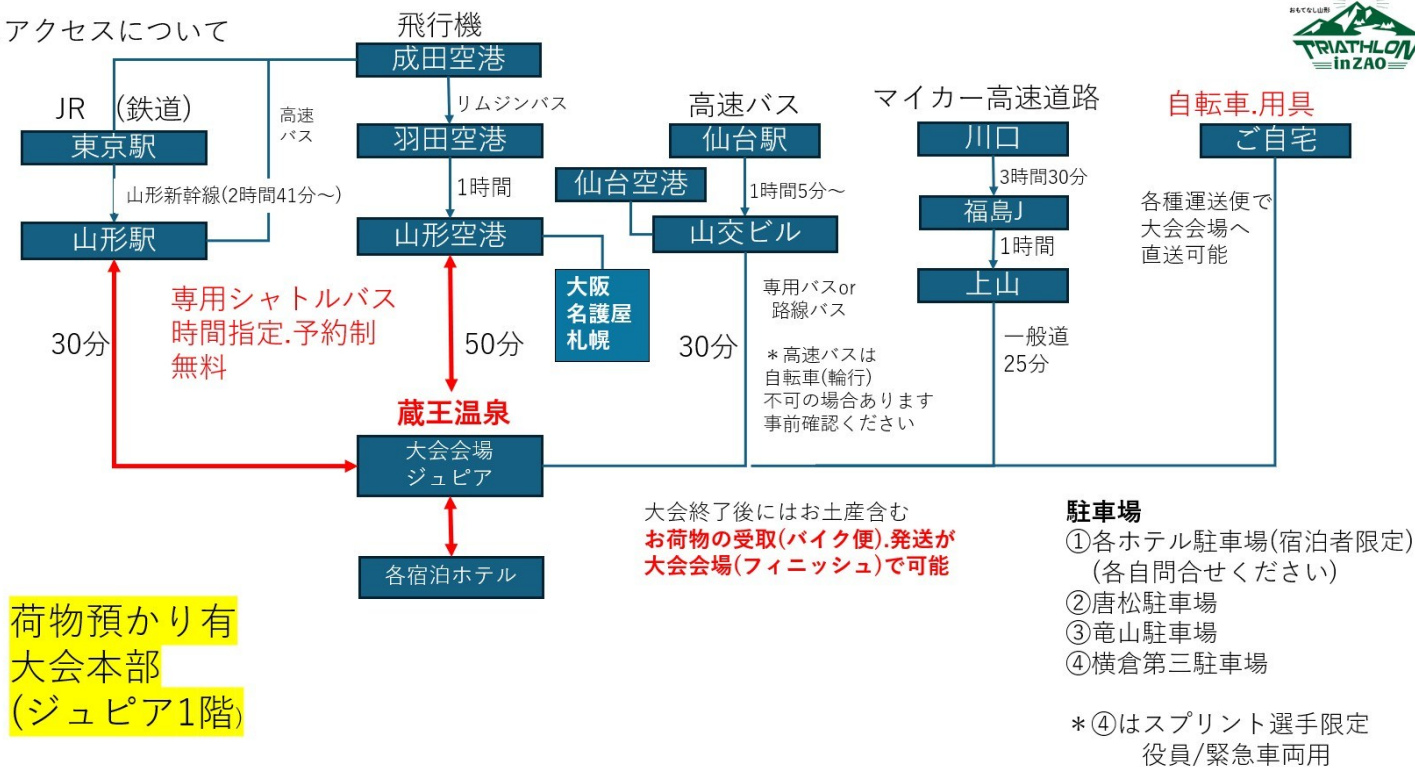
※アワードパーティー会場と蔵王温泉の宿泊ホテルを結ぶシャトルバスは16:00～20:00に運行します。
 こちらは事前の申し込みが無くても乗車できます。

【21日(日)】

10:00蔵王温泉バスターミナル → 10:50JR山形駅

アクセス

■ アクセスについて



交通規制

後日発表