

N102
agaragawa

Swim2km
Bike80km
Run20km

第11回長良川ミドルトライアスロン102

Athlete's Guide

5月12日現在

本アスリートガイドは5月12日現在の情報となります。
準備の関係上、未決定情報も含んでいます。
今後の更新版を『必ず』確認いただきますようお願いします。



**Triathlon
Japan**

INTRODUCTION

2023長良川ミドルトライアスロン102にお申し込みいただきありがとうございます。

開催11回目もみなさまのおかげで定員に達することができました。皆様にあらためて感謝申し上げます。人気No1の宮古島・伝統の皆生・タフな五島・最長の佐渡・憧れのアイアンマン、そして徳之島・伊良湖・東三河など、人気のロング&ミドル大会への「実績作り」や「コンディショニング」に今後も本大会をご活用ください。もちろん51.5kmではちょっと物足りないアスリートも大歓迎です。

本書にて日程と注意事項をご確認ください。**最終案内書などの事前郵送物はありません。**必要事項は本書をプリントアウトしてご持参ください。

本大会はJTUルールを基本としますが**“安全に楽しく全員完走”**がモットーです。初心者も上級者もお互いを尊重し、譲り合い助け合いの心で、勝利至上とすることなくご参加ください。バイク・ランコースは時折散歩やマリンレジャーの方が通行します。試走・競技に関わらず前方にご注意ください。帯同者は観戦エリアで応援ください。コース横断は、指定個所をスタッフの誘導に従い横断ください。万一の事故に際しレクリエーション保険（物品補償なし）に加入していますが、十分な補償を求められる方は、各自において傷害保険や自転車賠償保険にご加入ください。

まだまだ稚拙な運営ですが、皆様が楽しい一日を過ごされますよう、スタッフ一同、精一杯応援させていただきます。
(2023年5月12日 実行委員会)

<トライアスロン・関連複合競技大会参加者への基本注意事項>

<http://www.jtu.or.jp/news/2013/130318-1.html>

上記サイトをご確認ください。トライアスロンは一定のトレーニングを積みれば老若男女を問わず、誰でも完走を目指すことができる生涯スポーツです。ただし3種目を連続して行うため「レジャースポーツ」ではなく「競技スポーツ」と認識し、十分に準備して大会に臨んでください。完走の第一歩は各種目の特性と危険要因を知り、日頃からレースを想定した練習と健康管理を行うことです。

*本資料の目的は、すべての出場選手が本大会に関するすべての手続きを確実に理解することにあります。

この情報は変更される可能性があります。変更箇所は更新版での確認をお願いします。

尚、最終的な情報はWEB競技説明会で提供されることに注意してください。

大会概要

大会名称	第11回長良川ミドルトライアスロン102
開催日程	2023年5月28日(日)
競技会場	国栄木曽三川公園 アクアフィールド特設トライアスロンコース（岐阜県海津市）
主催	長良川ミドルトライアスロン102実行委員会
主管	岐阜県トライアスロン連合
後援	国土交通省中部地方整備局木曽三川下流河川事務所 国営木曽三川公園管理センター 公益社団法人日本トライアスロン連合
協力	岐阜県スポーツドクター協議会 海津市消防保本部
競技内容	ミドルディスタンストライアスロン 合計距離106km スイム2km(2周)/バイク84km(7周)/ラン20km(5周)
大会日程	2023年5月27日(土) 受付/14時00分-16時30分(長良川サービスセンター) ※受付は当日でも可能です。 5月28日(日) 受付/06時00分-07時00分(長良川サービスセンター) 競技/08時00分-15時33分
参加資格	2023年度末において18歳以上の2023年度都道府県競技団体・学連登録会員

5月27日(土)

14:00～16:30	受付 *込み合いますので前日受付を推奨します。	長良川サービスセンター A棟2階ロビー
-------------	----------------------------	------------------------

5月28日(日)レース当日例

06:00～07:00	選手受付（第1～3ウェイブ）	アクアフィールド 受付テント
06:00～07:30	バイクチェックイン（第1～3ウェイブ）	トランジションエリア
06:40～07:40	選手受付（第4～5ウェイブ）	アクアフィールド 受付テント
06:40～08:10	バイクチェックイン（第4～5ウェイブ）	トランジションエリア
08:00	第1ウェイブ(男子20～24 25～29 30～34 35～39 40～44)スタート：レッド	アクアフィールド スイムスタート
08:02	第2ウェイブ (男子45～49)スタート：ホワイト	アクアフィールド スイムスタート
08:04	第3ウェイブ (男子50～54)スタート：ブルー	アクアフィールド スイムスタート
08:30	第4ウェイブ (男子55～59 60～64) スタート：グリーン	アクアフィールド スイムスタート
08:32	第5ウェイブ (男子65以上 女子)スタート：ピンク	アクアフィールド スイムスタート
16:02	全競技終了	アクアフィールド フィニッシュエリア
表彰式	順位確定次第順次	アクアフィールド 表彰ステージ

※雨天催行です。荒天時は実施の可否、競技種目・距離の変更など大会HPにお知らせします。

当日駐車場

駐車場オープンは05:30です。

(長良川右岸河川敷駐車場／長良川西側堤防道路下、サービスセンター西側駐車場(未舗装))

駐車場の入口は長良川サービスセンター横堤防道路の2km下流です。長良川大橋西詰交差点の下流150mの信号機より河川敷にくんだり、約1.7km上流にお戻りください。トランジションまで約300mと至近です。ただし閉園間近は河川敷一般利用者との出口が一か所のため退園に時間がかかりますのでご注意ください。

サービスセンターの建物1F駐車場と北側アスファルト駐車場は一般利用客専用ですが、サービスセンター西側駐車場(未舗装)は駐車可能です。お急ぎの方はこちらの駐車場をご利用ください。近隣の迷惑となりますので、路上駐車は絶対にお止めください。

休憩室・更衣室・荷物預かりについて

- ・休憩室についてはサービスセンターA棟3Fの研修室1・2をご利用ください。
- ・貴重品はA4サイズまでであれば大会本部でお預かります。レースナンバーを記載し、大会本部までお持ちください。
- ・2F受付ロビーは一般の方も利用されますので、場所取りなどはご遠慮ください。A棟3Fのシャワーと更衣室をご利用いただけます。
- ・ただし、ロッカーはシャワー更衣時のみの利用とし、長時間の占有使用はご遠慮ください。

メガネ預かりについて

メガネ預かりはスイムスタートエリアに用意します。取り間違えの無いようお気を付けください。

バイク・メカニックサービス

5月28日(日) 07:00~13:00 場所: 長良川差サービスセンターテニスコート横既設トイレ前
部品交換などの際は、選手負担となります。支払いは現金でお願いします。

支給物について

受付では氏名とレースナンバーを告げ、競技キットをお受け取りください。 **食事引換券が入っています**のでなくさないでください。

【支給物内容】

レースナンバー 2枚、バイクステッカー 1枚、ヘルメットステッカー 2枚
ボディナンバーシール 2枚
スイムキャップ 1枚
食事引換券 1枚
トランジションバック 1枚

*計測チップは、スタート前に配布します。

参加記念品 *事前申込みされた方のみ

- * **エントリーの際に参加記念品を申し込まれた方**は受付でお渡しした引換券を「J T Uオフィシャル代理店・スポーツアシスト」テントへお持ちください。引き換えは大会終了までとなります。

大会エリアでのトレーニングについて

バイクコースとランコースを試走できますが、一般入園者、準備作業のスタッフに十分注意して、自己責任の元、安全に実施してください。

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などがあった場合、近くのスタッフにお声がけの上、**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。**

競技規則

下記URLおよび競技説明会での説明を参照してください。

World Triathlon競技規則

https://www.triathlon.org/uploads/docs/World_Triathlon_Competition_Rules_2022_20220128_xxx.pdf

JTU競技規則

http://www.jtu.or.jp/jtu/pdf/rulebook_20190123.pdf

* 本大会では選手の安全確保のためウェットスーツ着用を義務付けます

1) スイムが不安な方は無理に泳がないでください。審判に届け出て、スイムをキャンセル、バイクよりスタートする「スキップ制度」をご利用ください。

※フロントジッパーのユニフォームの着用は可能です。ただし、**フィニッシュする際はフロントジッパーを上まであげてください。**

WEB競技説明会について

下記からご確認ください。

[2023第11回長良川ミドルトライスアロン102 | 競技説明会 - YouTube](#)

質問は当日もしくはメールにてお願いします。

同伴フィニッシュ

- ・フィニッシュエリアが狭いため他の競技者の妨げにならないよう、十分な距離をとり注意して行って下さい。
- ・同伴フィニッシュを希望される方はフィニッシュロード入口付近でお待ちください。

フィニッシュ後

- ・フィニッシュタオル、水を各自お持ちください。
- ・アンクルバンドはご自身で外し所定の場所にお戻しください。

表彰

- ・男女総合3位まで、総合を除く男女5歳毎1位を表彰します。
- ・区分は2023年末年齢です。
- ・フィニッシュ後、随時表彰しますので入賞者はマイク放送をお聞きください。

食事引き換え

13:00～16:00

- ・受付時にお渡しした競技キットの中の食事引換券を持参してください。競技中の利用も可能ですが、その際は必ずコース離脱地点よりレースに再復帰してください。
- ・徒歩圏内に飲食店やコンビニはありません。応援の方は昼食を持参ください。

バイクピックアップ

- ・バイクのピックアップは競技終了後、随時となります。係員の指示に従ってください。
- ・盗難防止のため必ず本人がお越しください。レースナンバーを必ずお持ちください。
- ・荷物の引きとりの際は他の選手の荷物の取り間違い、忘れものに注意ください。

記録

- ・当日は掲示のみです。記録証とリザルトは後日、各自ダウンロード方式です。
- ・全周回記録を載せた詳細リザルトは、1週間を目途にHPに掲載します。
- ・実行委員会実印入りの記録証明書を希望される方は、お申し出ください。

退園・退出

- ・17時に駐車場が閉鎖となります。円滑な退出にご協力ください。

盗撮防止について

- ・レースナンバーはレースナンバーベルトを使用することを推奨します。一枚のみ使用の場合、バイク競技では後方から見えるように、ラン競技では正面から見えるようにしてください。
- ・バイクステッカーバイクのサドル下あたり左の見える位置に貼り付けてください。
- ・ヘルメットステッカーはヘルメットの正面、左の2か所に貼ってください。
- ・ボディナンバーシールは受付終了後トランジション入口において貼付ください。うまくいかなかったときは、油性マジックで記入しますので、本部テントへお越しください。また、ロングのウエットスーツを着用の場合は両手の甲にレースナンバーを記入してから会場にお越しください。記入出来ない場合はトランジション入口のスタッフにお声がけください。

会場／長良川サービスセンターへのアクセス

- ・公共交通機関はありません。お車、またはレンタカーでお越しください。

下記、長良川サービスセンターへのアクセスサイトです。

<http://www.kisosansenkoen.jp/~nagaragawa/mnagaragawaaccessmap.html>

- ・ナビ検索でお越しになる方は、必ず長良川サービスセンターの**住所を入力**してください。類似施設が多いため、毎年、他の施設に向かわれる方がありますのでご注意ください。

施設名：長良川サービスセンター

住所：〒503-0626 岐阜県海津市海津町福江字角山1202-2

長良川サービスセンター

電話： 0584-54-2075

- ・最寄りの高速道路I.Cより

- ・名神高速道路岐阜羽島I.C下車の方は、長良川右岸道路（西側堤防道路）利用で約20分。

- ・名神高速道路大垣I.C下車の方は、国道258号線南下で約35分。盤若谷交差点左折、海津橋を渡り約3キロメートル。

- ・東名阪自動車道桑名I.C、長嶋I.C、弥富I.C下車の方は、いずれからも北進15分。

「長良川大橋西詰」交差点より長良川右岸（西側堤防道路）を北上し約2キロメートル。



問い合わせ

長良川ミドルトライアスロン102大会事務局

TEL : 090-8132-8293 e-mail : info@nagaragawa-middle102.jp