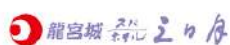


# 10<sup>th</sup> Edition 2026 KISATRA

2026.6.21 SUN

2026木更津トライアスロン大会  
アスリートガイド  
Athlete Guide



このアスリートガイドには、大会参加に必要な情報をまとめてあります。当日あわてることなくレースを存分に楽しむために、かならずお読みください。

## 2026 木更津トライアスロン大会 INDEX

ご挨拶	3	フィニッシュ リレー部門	15
大会役員／実行委員会委員／大会概要	4	大会注意事項	16
大会参加の流れ	5	コースマップ	17
大会前に必要なこと		フィニッシュエリアマップ	18
大会当日の流れ	6	駐車場	19
大会タイムスケジュール	8	あなたの命にかかわる注意事項	21
感染症対策について	8	安全にレースを終えるための メディカルアドバイス	22
レース直前確認事項	9	レース当日のセルフチェック	23
レースであわてないための持ち物リスト(例)			
レースナンバーについて	10	大会ローカルルール	24
競技規則	11		
制限時間			
スイム	12		
バイク	13		
ラン	14		

## ご挨拶



大会名誉会長  
衆議院議員  
浜田 靖一

「2026木更津トライアスロン大会」が盛大に開催されますことをお喜び申し上げますとともに、県内外から木更津市にお越しいただいた皆様に心より歓迎申し上げます。

本大会は、2015年の第1回大会以来、陸上自衛隊木更津駐屯地を舞台に開催され、このたび記念すべき第10回という大きな節目を迎えることとなりました。

これまで大会を継続し、発展させてこられましたのは、開催に向けてご尽力いただいた在日米海軍並びに陸上自衛隊木更津駐屯地をはじめ、本大会の趣旨に賛同してご支援を賜りました協賛企業各社、関係各位の多大なるご支援・ご協力の賜物であり、深く感謝申し上げます。

木更津トライアスロン大会は、広大な駐屯地を舞台に、他では味わうことのできない開放感と臨場感に満ちた大会として、多くのトライアスリートの皆様に親しまれております。また、滑走路に展示された航空機を背景に選手が駆け抜ける光景は、本大会ならではの特色であり、選手や観客など多くの皆様の記憶に刻まれ続けております。

選手の皆様におかれましては、こうした「きさトラ」ならではの魅力を感じながら、日頃の練習の成果を存分に発揮し、自身の可能性を信じて最後まで粘り強く挑戦されるとともに、体調や安全に十分留意しながら、無事に完走されることを心より期待しております。

結びに、今大会に参加される選手の皆様、ご来場の皆様、スタッフ・関係者の皆様、大会に関わるすべての方々にとって、心に残る素晴らしい大会となるよう祈念し、挨拶といたします。



大会会長  
木更津市長  
渡辺 芳邦

トライアスリートの皆様、「2026木更津トライアスロン大会」に、そして木更津によろこお越しくございました。心より歓迎申し上げます。

2026年は、アジア最大規模の総合スポーツ大会「アジア競技大会・アジアパラ競技大会」が32年ぶりに国内で開催される年です。また、本市においても、木更津市、袖ヶ浦市を会場とした「ちばアクアラインマラソン2026」が11月に開催されるなど、スポーツを身近に感じていただける1年になると期待しております。

さて、本市では、各種スポーツイベントの開催や市営体育施設の整備など、スポーツ活動に参加しやすい環境づくりを整備することで、スポーツに親しみきっかけづくりや地域の活性化に取り組んでいるところでございます。

このような中、スポーツを通じたまちづくりにおいて重要な役割を担う本大会が、地域に根付いたスポーツイベントとして、記念すべき10回目の節目を迎えましたことを大変嬉しく思います。

今大会では、「きさトラ」と「タテトラ」による「房総トライアスロンシリーズ」に、新たに「千葉シティトライアスロン」を加え、県内トライアスロンの熱をさらに高める「房総三冠」として展開してまいります。

参加される皆様には、ぜひ「房総三冠」の称号を目指して頑張ってくださいと思います。そして、きさトラを楽しんだ後には、ごゆっくりと「木更津時間」をご堪能いただき、再び木更津にお越しただけましたら幸いです。

結びに、本大会の開催にあたりご尽力いただきました関係各位に深く敬意と感謝を表しますとともに、大会の成功と出場される皆さんのご健闘をお祈り申し上げ、ご挨拶といたします。



大会実行委員長  
木更津市副市長  
田中 幸子

「2026木更津トライアスロン大会」を開催するにあたり、まずは、多くのトライアスリートの皆様にご参加いただき、大会実行委員会を代表して心より感謝と歓迎を申し上げます。

「きさトラ」の愛称で親しまれている木更津トライアスロン大会は、今回で節目の10回目を迎えます。これもひとえに、会場をご提供いただいている在日米海軍並びに陸上自衛隊木更津駐屯地をはじめ、大会運営に関わるすべての皆様、そして北は北海道、南は沖縄まで全国各地からご参加いただいている選手の皆様のお力添えの賜物でございます。

本大会は、波が穏やかで泳ぎやすいスイムコースと、フラットで広大な滑走路を走るバイク・ランコースが特徴で、多くの選手からご好評をいただいております。今回も前回大会同様、スタンダードディスタンス、スプリントディスタンス、リレーの3種目を設定しており、初心者からベテランまで、それぞれの状態や競技レベルに合わせて安心してご参加いただけます。

また、ご家族やご友人との同伴フィニッシュや、自衛隊員によるフェイスパイント体験などもご用意しておりますので、大会当日はぜひ皆様と一緒に大会の雰囲気をお楽しみいただきたいと思います。

さらに本大会では、環境に配慮した持続可能な大会運営を目指し、カーボンニュートラルの実現に向けた取組を推進しています。ご来場の際は、温室効果ガス削減のため、公共交通機関のご利用にご協力くださいますようお願いいたします。また、本大会を契機として、皆さまの環境に配慮した行動につながれば幸いです。

結びに、本大会の開催にご尽力いただいた関係者の皆様に深く感謝申し上げますとともに、参加される選手の皆様のご健闘を心よりお祈りいたします。

## 大会役員／実行委員会委員／大会概要

### 大会役員

名誉会長	衆議院議員 浜田 靖一	副会長	(一社)千葉県トライアスロン連合 名誉会長 白井 正一
会長	木更津市長 渡辺 芳邦		セロトーレ株式会社 トライアスロン・ルミナ編集長 村山 友宏

### 実行委員会委員

委員長	木更津市副市長 田中 幸子	委員	(一社)千葉県トライアスロン連合 理事長 大堀 祐一
副委員長	木更津市スポーツ協会会長 鈴木 晟夫		木更津商工会議所事務局長 鶴岡 英樹
	セロトーレ株式会社ディレクター 児玉 修司		かずさ青年会議所理事長 春口 有紀
監事	木更津市観光協会事務局長 神谷 啓子		木更津市健康づくり部長 小原 和弘
	木更津市企画部企画課長 鈴木 昭宣		木更津市健康づくり部スポーツ振興課長 石渡 雅浩
			木更津市経済部観光振興課長 清水 卓矢

### 大会概要

大会名称	2026木更津トライアスロン大会	協賛	東日本旅客鉄道株式会社、株式会社タバタ、龍宮城スパホテル三日月、株式会社Champion System Japan、味の素株式会社
開催日	2026年6月21日(日)		
開催地	陸上自衛隊木更津駐屯地	協力	陸上自衛隊木更津駐屯地
主催	木更津トライアスロン大会実行委員会	後援	千葉県、千葉県教育委員会、木更津市教育委員会、千葉県スポーツ協会
<構成団体>	(一社)千葉県トライアスロン連合、木更津市、木更津市スポーツ協会、木更津市観光協会、木更津商工会議所、かずさ青年会議所、セロトーレ株式会社		

## 大会参加の流れ

## 大会前に必要なこと

## 1 事前送付物の確認

エントリー時の住所に届きます。封筒の中身をご確認ください。

- ・発送日は6月11日(木)です。数日以内にポスト投函されます。
- ・6月17日(水)を過ぎても届かない場合は、大会事務局にご連絡ください。
- ・参加賞の木更津海苔はフィニッシュ地点、10周年記念特典のゴーグルはフィニッシュエリアVIEWテントでお渡しします。
- ・リレーの方にはメンバー分をまとめて代表者(または申込者)にお送りします。



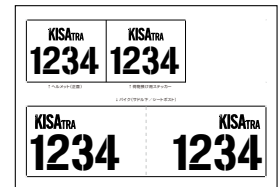
レースナンバーカード  
(ゼッケン) 1枚



スィムキャップ 1枚



ボディナンバーシール  
2枚



ナンバーステッカー1シート  
(ヘルメット用・バイク用・荷物預かり用 各1)



荷物預かり用  
ビニール袋

## 2 競技説明動画を視聴して、理解度テストに合格する

競技説明会はありません。競技説明動画を視聴のうえ、理解度テストに合格してください。

- ・合格期限は6月18日(木) 20:00です。
- ・合格後、数日以内にマイページに合格反映されます。(リアルタイム反映ではありません)

- ・ナンバーと名前を照合して合格判定しています。マイページからナンバーと名前をコピーしてからテストに進むことを推奨します。

理解度テストの合格期日は守ってください

- ・テストに合格しないと受付用QRコードが表示されず、選手受付できません。合格期限までにテストを受けてください。

参照

競技説明動画と理解度テストについて(大会HP)

参照

マイページで自分のナンバーを確認する

## 大会参加の流れ

## 大会当日の流れ

## 1 荷物チェック・選手受付

会場内に持込できないものがあります。  
あらかじめご確認ください。

- ・ はさみ・刃物類はどんなに小さくても持込できません。
- ・ 持込できないものは、会場入口でお預かりし、退出時にお返しします。
- ・ ペットは入れません。(盲導犬・介助犬は除く)

参照 持込できないもの

## 選手受付

本人確認のため、身分証の提示をお願いします。

- ・ 公的機関が発行した写真入り証明書1点、または写真なし証明書2点
- ・ 外国籍の方は、パスポートまたはその写し(写真のあるページ)か、特別永住者証明書

## 写真入り証明書の例

運転免許証、マイナンバーカード、旅券(パスポート)、官公庁や特殊法人等が発行した身分証明書で写真付のもの

※社員証はこれに入りません。学生証はほかに写真なし証明書を提示ください。

## 写真なし証明書の例

健康保険、国民健康保険または船員保険等の被保険者証、共済組合員証、国民年金手帳、年金手帳、国民年金、厚生年金保険または船員保険に係る年金証書、共済年金または恩給等の証書、学生証(在学中の方のみ)

マイページにある QR コードを読取機にかざしてください。

- ・ マイページはスタートリストから表示できます。
- ・ 理解度テストが未合格の方は、受付できません。



参照 マイページ(スタートリスト)

参照 大会前に必要なこと

## 2 着替え・準備

## 3 トランジションセッティング

トランジション出入り時にはレースナンバー(ゼッケン)の提示が必要です。

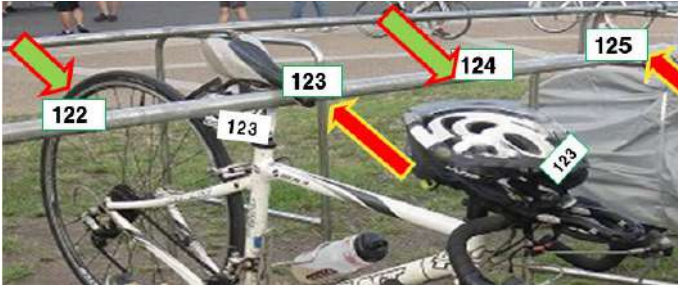
- ・ 指定された時間内にバイク、ラン競技に必要な物を設置してください。

参照 大会タイムスケジュール

## 大会参加の流れ

### バイクセッティング方法

- ・バイクラックにナンバーが貼ってある側にバイクの前方がくるように、バイクを設置してください。



バイクをハンドル側から見てポールのナンバーシールが見えればOKです。反対にかけてしまうと隣の選手に迷惑がかかりますのでおやめください。

### 4 荷物預かり

- ・レースに必要なもの以外は荷物預かり袋に入れて、自分のナンバーステッカーを貼って荷物預かりテントへ預けてください。

参照 フィニッシュエリアマップ

参照 ステッカーの貼付場所

### 5 スイムスタートエリア集合

スタート約30分前から、スイムキャップとタイミングベルト(アンクルバンド)を配布します。

- ・招集時間はウェーブごとに異なります。マイページで確認してください。

参照 マイページ(スタートリスト)

### 6 入水チェック

スタート15分前から試泳が可能です。

- ・ポンツーンから入水し、水面に浮いてスタートを待ちましょう。
- ・フローティングに不慣れな方は、ゆっくり入水して、うしろからスタートしてください。

### 7 レース本番

- ・フィニッシュエリアの混雑回避のため、フィニッシュ後は速やかに移動してください。

同伴フィニッシュが可能です

参照 同伴フィニッシュ

レース終了後、参加賞(木更津海苔)をお受取りください

- ・フィニッシュエリアで完走賞とともにお渡しします。リタイヤされた方は、大会本部テントでお受取りください。

## 大会タイムスケジュール

### 6月21日(日) 大会当日

※ STD: スタンダード SP: スプリント

6:00 ?	受付	大会会場	10:10 ?	第10 ウェーブスタート (SP) No.2001 ~ 2100	
6:05 ?	バイクチェックイン	トランジションエリア	10:20 ?	第11 ウェーブスタート (SP) No.2101 ~ 2200	
7:30 ~	第1 ウェーブスタート (STD) No.1 ~ 100	スタートエリア	10:30 ?	第12 ウェーブスタート (SP) No.2201 ~ 2254	
7:35 ~	第2 ウェーブスタート (STD) No.101 ~ 200		9:45	バイクピックアップ開始	トランジションエリア
8:05 ~	第3 ウェーブスタート (STD) No.201 ~ 300		13:00頃 ?	表彰式 (総合のみ)	フィニッシュエリア
8:10 ~	第4 ウェーブスタート (STD) No.301 ~ 400		13:50	レース終了	
8:40 ~	第5 ウェーブスタート (STD) No.401 ~ 500				
8:45 ~	第6 ウェーブスタート (STD) No.501 ~ 600				
9:15 ?	第7 ウェーブスタート (STD) No.601 ~ 700				
9:20 ?	第8・第9 ウェーブスタート (STD・リレー) STD男子の B.B.BASE 利用者 No.701 ~ 782、1501 ~ 1527				

## 感染症対策について

### 基本的な感染症対策のお願い

以下にあてはまる場合は、自主的に参加を見合わせてください

- ・体調がよくない場合 (例: 発熱・咳・咽頭痛などの症状がある場合)

救護テント利用時にはマスクを着用をお願いすることがあります

- ・マスクの着用は個人の判断に委ねています。ただし、救護所利用時はマスクの着用をお願いすることがあります。

## レース直前確認事項

## レースであわてないための持ち物リスト（例）

レース当日を思い浮かべ、自分が必要なものを持参しましょう。

- 運転免許証またはパスポート等の身分証明書  
(公の機関が発行した証明書。健康保険証など写真がないものは2種類用意すること)  
※外国籍の方で、パスポート(写真ページの写しも可)または特別永住者証明書を持参
- 事前送付物(ゼッケン・ボディナンバーシール・手荷物用ビニール袋)
- 健康保険証(コピー可)
- レースウェア
- 油性マジック
- 補給食・サプリメント
- 水(4L以上)
- ゼッケンベルトと1穴パンチ
- 日焼け止め
- タオル(トランジション用・レース終了後に)
- サングラス(スイム会場までの移動やレース終了後に)
- レジャーシート
- 消毒薬・ばんそうこう
- 朝食・レース前の補給やサプリメント
- 軍手(バイク組立てなどのときに手を守る)
- 現金
- レース後の着替え・下着
- レース後のウェアを入れるビニール袋
- ウインドブレーカー(雨具)

## 【スイム用】

- ウェットスーツ(必須)
- 耳栓

- ゴーグル ※ゴーグルのゴムが切れることがあるので、予備がある人は持っておくと安心
- くもり止め
- ワセリン(ゴーグルに付着しないよう、薄手のビニール袋で塗る)
- クラゲよけクリーム

## 【ラン・バイク用】

- バイク・ホイール
- ヘルメット(必須)
- バイクシューズ
- バイクグローブ
- 空気入れ(フロアポンプ・レース中の携帯ポンプ)
- 自転車工具
- パンク修理キット
- スペアタイヤ・チューブ
- サイクルコンピュータ(周回数確認のため推奨)
- 輪行袋・バイクケース
- ワイヤロック
- ソックス
- アイウェア
- ドリンクボトル
- フラスク(ジェルを携帯する容器)
- スポーツウォッチ・心拍計(周回数確認のため推奨)
- ランシューズ
- ランキャップまたはバイザー

参考文献『TRIATHLON BASIC』宮塚英也著

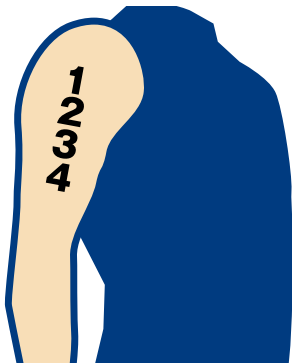
## レース直前確認事項

## レースナンバーについて

会場内（基地内）入場時・トランジション出入り時は、レースナンバー（ゼッケン）を必ず携帯してください。

## スイム

- ・ウエットスーツがフルスーツ、ロングジョンいずれの場合でも、ボディナンバーシールを両腕の外側に縦方向に貼ってください。
- ・失敗した場合は油性黒マジック等で書いてください。



## 【ナンバーシールの貼り方】

肌が乾いた状態で行ってください。

1. 透明の保護フィルムをはがす。
2. 数字面を肌にあてる。
3. 白い紙の面にティッシュ・スポンジ等を水に含め、上から軽く押し当てる。
4. 約30秒後、そっと裏側をはずす。

## 参照

ナンバーシールの貼り方を動画で見る(Youtube)

## バイク・ラン

- ・レースナンバーベルト又はゴムひもを持参して、上半身から見えるように着けてください。



バイクパートでは背面に

ランパートでは前面に

## ステッカーの貼付箇所



【ヘルメット】  
正面に貼付



【バイク】  
サドル下部のフレーム両面をはさむように貼付



【荷物預かり袋】  
事前送付のビニール袋に貼って荷物預かりテントへ  
※貴重品はお預かりできません。

## 競技規則

ルール全容は、ローカルルールをご確認ください。

### 参照

大会ローカルルール

## 制限時間

【スタンダード・リレー共通】ランフィニッシュまで4時間半

- ・うちスイムの制限時間60分です。

【スプリント】ランフィニッシュまで2時間15分

- ・うちスイムの制限時間40分です。

## 競技規則（抜粋）

### レースウェア

フロントジッパーなしのウェアを推奨します。

- ・ジッパー付きのウェア（バイクジャージなど）も着用可能ですが、競技中にジッパーを開ける事は禁止とします。

## 使用禁止用具

以下の使用は禁止します。

- ・アクションカメラを含む撮影機材
- ・携帯音楽プレーヤー
- ・携帯電話、スマートフォン※
- ・スマートウォッチ※

※スマートフォン並びにスマートウォッチは、距離計測器及び心拍計などのヘルスケア目的としての使用のみ認めますが、それ以外目的（映像撮影、携帯音楽プレーヤーなど）としての使用は禁止します。

## 途中棄権する場合

近くのテクニカルオフィシャル（審判員）に申告してください。

- ・計測バンド（タイミングベルト）はレース後ご自身で外して、返却BOXに入れて下さい。

## 競技時間の計測について

スイムからランフィニッシュまでのタイムを競技時間とします。

- ・スイム～バイクスタートまでのトランジタイムも競技時間とします。
- ・コース上の計測ポイント不通過は、失格となります。

## エイドステーションの設置場所

スイムの入水・上陸地点と、ランのコース上に設置します。

- ・バイクパートにエイドはありません。

## 競技規則

### スイム

#### スイムコース

ポンツーン(浮き桟橋)を利用して海に入り、水面からのフローティングスタートとなります。

- ・海底やスロープには貝殻等がありますので、設定されたスタートエリア、エグジットエリアからコースアウトしないようにご注意ください。
- ・ウェーブスタートです。ご自身のスイムスタート招集時間に遅れた場合は出場することはできません。

#### スイムエグジット

必ずポンツーン(浮き桟橋)のハシゴから上陸してください。

- ・危険防止のため、ハシゴ以外の場所から上陸は禁止します。
- ・海底やスロープには貝殻等がありますので、設定されたスタートエリア、エグジットエリアからコースアウトしないようにご注意ください。

#### ウエットスーツ

着用義務とします。

- ・当日ウエットスーツを持参しない場合は出場できません。

#### スイムソックス

スイムソックス等の推進力のない足の保護用具を許可します。



#### レスチューブ(瞬間膨張式浮力具)

装着を認めます。

- ・【スタンダード】1周回目で膨張させ、そのままスイム続行した場合はスイムスキップと同様の扱いとします。リザルト上RES記載し、競技続行を認めますが順位はつきません。2周回目で膨張させた場合はそのまま競技続行を認めますが、リザルト上RES記載とし、順位はつきません。
- ・【スプリント】スイム途中で膨張させた場合は競技続行を認めますが、リザルト上RES記載とし、順位はつきません。
- ・膨張させたレスチューブはトランジションエリアには持ち込まずスイムエイドのレスチューブブースに預けていくこととします。

#### 参照

レスチューブ詳細・購入申込  
(外部HP)

#### スイムスキップ

以下の申告タイミングで、スイムスキップが可能です。

- ・【スタンダード】事前申告または1周回目終了後
- ・【スプリント】事前申告
- ・スイムスキップをした場合、競技は続行できますが、スイムタイム・順位は出ません。

## 競技規則

### バイク

#### 周回チェック

個別の周回数を競技中に審判員スタッフが教えることはできません。

- ・バイクの実測距離は、参考値としてバイクスタート前に表示します。
- ・サイクルコンピューターやその他の方法で周回を確認できるようにして参加してください。
- ・周回不足は、失格となります。

#### ドラフティング・ブロッキング

ドラフティング（前の選手についたり集団走行で空気抵抗を減らして走ること）、ブロッキング（後方の選手の追い抜きを妨害すること）は禁止です。

- ・ドラフトゾーンはバイク前輪の最前部を基点として後方12m、横3m(左右それぞれ1.5m)とします。



ドラフティングゾーンに後方の競技者が進入できるのは追い越しを試みているときの25秒以内です。追い越しは最小限の時間で安全確保に努めて右側から行ってください。

審判によりドラフティングを認め、注意によっても改善されない場合はタイムペナルティを加算します。

【スタンダード】総合記録に1分加算

【スプリント】総合記録に30秒加算

### サイクルコンピューター

装着を義務付けします。

- ・スマートフォン並びにスマートウォッチは、サイクルコンピューターとして距離計測器及び心拍計などのヘルスケア目的としての使用のみ認めますが、それ以外の目的での使用は禁止します。

### バイクボトル

専用のバイクボトルを推奨します。

ペットボトル使用を許可しますが、以下のことを厳守してください。

- ・ペットボトルを使用する場合はペットボトル専用のボトルホルダーがバイクに装着されていること
- ・ペットボトルのキャップが脱落しないこと(専用のキャップ又はキャップ無し)

### 補給食のコース内持ち込みについて

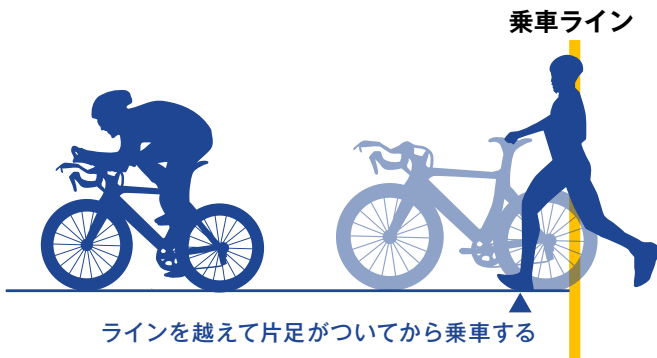
ゴミの散乱を防ぐため、補給物をパッケージのままバイクコースに持ち込むことはできません。

- ・バイクコースには、バイクボトル、及びソフトフラスク等の容器に移し替えた補給物のみ持ち込みが可能です。
- ・バイクコースへ出る際にバイクボトル以外の補給物が発見された場合はこれを没収いたします。
- ・トランジション内でのコースに出る前の補給をする場合はゴミが散乱しないようにしてください。

## 競技規則

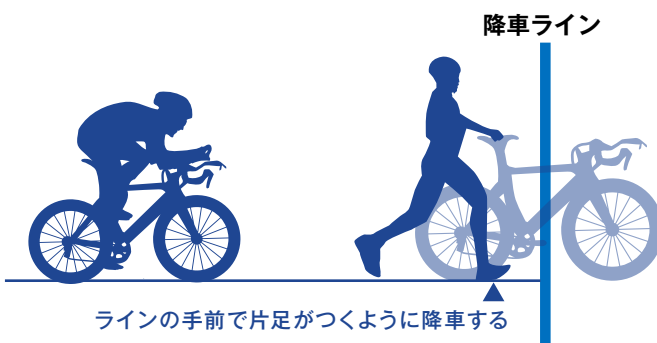
### バイク乗車方法

乗車ラインを越えた地面に片足が完全に足がついてから乗車してください。



### バイク降車方法

降車ライン手前の地面に片足が完全に付いてから降車してください。



## ラン

### 体調管理

滑走路のため日影がほとんどないので、体調管理に十分注意してください。

- ・エイドでは、水分補給だけでなく、体調管理に十分注意してフィニッシュを目指してください。

### エイド・補給について

エイドは1周(2.5km)につき2回利用できます。

エイドステーション以外でのゴミ捨てを禁止します。

- ・ごみは設置されたゴミ回収ボックスに確実に入れてください。
- ・コース上での投げ捨ては発見次第ペナルティの対象とします。
- ・バイクボトル、フラスコボトルのみ、補給物として持ち込みできます。
- ・滑走路という特性上飛行機の発着においてゴミの落下は大変危険です。皆様のご理解、ご協力をお願いします。

## 競技規則

### フィニッシュ

レースナンバーを整え、帽子・サングラスを外すことを推奨します。

### 同伴フィニッシュ

他の競技者の妨げにならない範囲で認めます。

- ・ゴールゲート手前の待機ゾーンで待機してください。
- ・他の競技者の妨げになると判断した場合、不可抗力であってもペナルティを課す場合があります。
- ・同伴フィニッシュは家族、チームメイトを認めます。(ペットは入場できないので不可です)
- ・フィニッシュした選手が同伴する場合は、レースナンバーを外してください。

### リレー部門

指定のリレーゾーンで、タイミングベルトを引き継ぎます。

- ・制限時間内に次の種目に引き継げなかった場合は、繰り上げスタートとなります。

### ペナルティについて

審判によりドラフティングをみとめ注意によっても改善されない場合はタイムペナルティを総合記録に以下のタイムを加算します。

#### 【ドラフティング違反】

スタンダード 1分

スプリント 30秒

その他の違反についても以下のタイムを総合記録に加算します。

#### 【その他の違反】

スタンダード 15秒

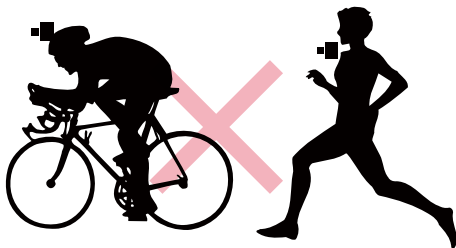
スプリント 10秒

## 大会注意事項

**駐屯地滑走路という特性上、以下にご注意ください。**

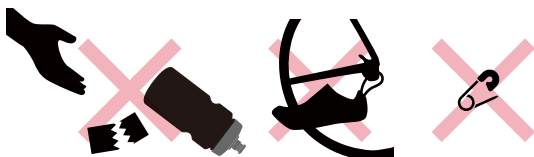
競技者がレース中に撮影することは禁止です。

- ・ 現認された場合は失格となります。



ボトル・補給食ゴミ・紙コップの投げ捨て、バイクシューズ固定に輪ゴム等の使用および安全ピンの使用は禁止です。

航空機の離着陸時にエンジンが巻き込むおそれがあるので絶対に



おやめください。

### 持込できないもの

- ・ 危険物：銃砲等類刃物その他、凶器となりうる物、発火・引火性物質
- ・ 無人航空機(ドローン、ラジコン等)
- ・ レーザーポインター
- ・ 酒類
- ・ ペット(盲導犬、介助犬は可)
- ・ 大会の進行、航空機の運航及び他のお客様の迷惑あるいは、迷惑を及ぼすと判断される物品

- ・ その他、大会運営にあたり持ち込みが不相当であると判断できるもの

### 禁止事項

- ・ 立入禁止区域への立入
- ・ 許可を受けていない物品等の陳列及び販売
- ・ 集会、演説、幟(のぼり)の使用、ビラ等の配布
- ・ ペットを連れての来場(盲導犬、介助犬を除く)
- ・ ドローン等の駐屯地内及び駐屯地周辺での飛行(航空法で禁止されています。)
- ・ 喫煙
- ・ 飲酒
- ・ 大会の進行、航空機の運航及び他のお客様の迷惑あるいは、迷惑を及ぼすと判断される行為

### 会場にゴミ箱はありません

準備やレース後などに出たごみは、ご自身でお持ち帰りください。

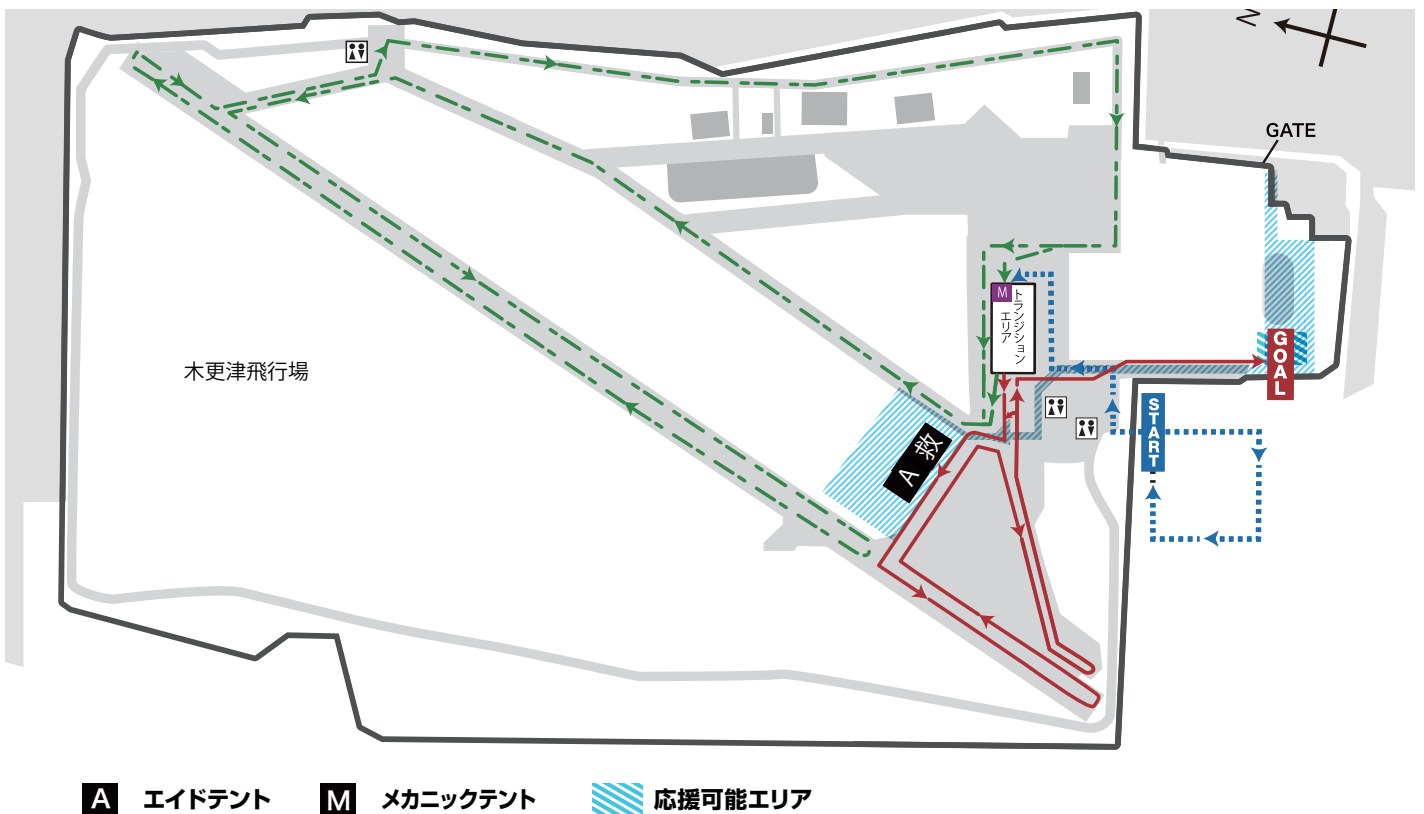
## コースマップ

## スタンダード・リレー

**スイム** 1.5km (2 周回) **バイク** 40km (6 周回) **ラン** 10km (4 周回)

## スプリント

**スイム** 750m (1 周回) **バイク** 20km (3 周回) **ラン** 5km (2 周回)



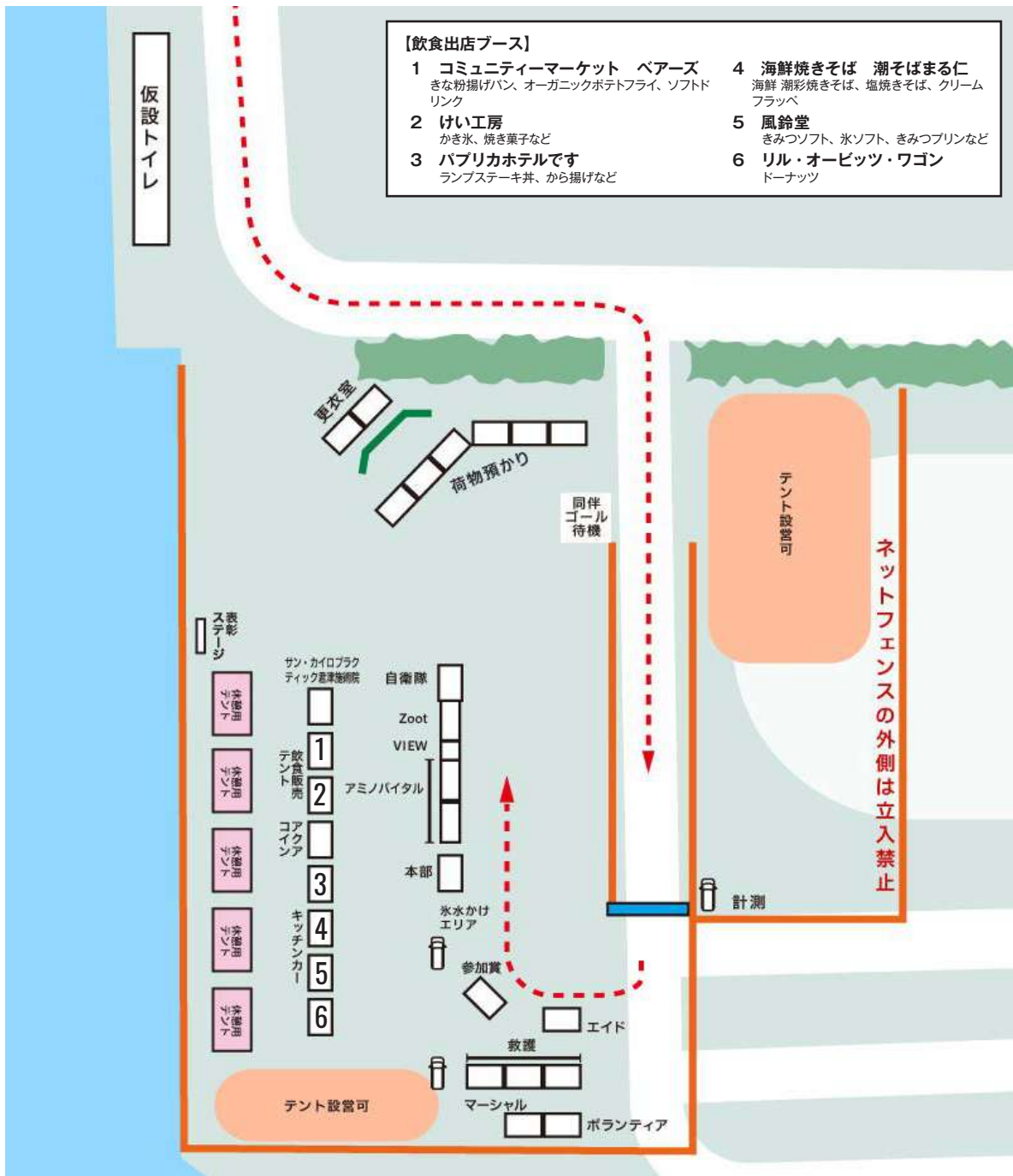
## 応援可能エリアについて

応援できるのは、フィニッシュエリアと、ランエイド付近のみです。

傘、日傘はお使いいただけます。(強風注意)

- ・フィニッシュエリアおよびランエイド付近両方とも、傘・日傘の使用OKですが、**風が強いので飛ばされないようご注意ください。**

フィニッシュエリアマップ



テント・シェード・パラソルの設置について

同伴フィニッシュについて

上記マップの「テント設置可」の部分に設置可能です。

上のマップの「同伴ゴール待機」エリアで待機し、他の競技者の妨げにならないように行ってください。

- ・帰宅時に土を養生し、使用したペグなどの抜き忘れに注意してください。

駐車場

駐車場の混雑が予想されます。時間に余裕を持って行動してください。

広域MAP

最寄インターチェンジは「木更津金田」です。



駐車場利用時間

5:00 ~ 16:30 です。(①~③共通)

①旧木更津市役所西側駐車場  
(約300台・レース会場まで自転車約8分)



駐車場①のみ応援者用シャトルバスが発着します

シャトルバスは無料です。詳細は大会HPをご覧ください。  
バイクは乗せられませんので、応援者とりレーの選手(バイク以外)用となります。

参照

応援者シャトルバスについて  
(大会HP)

駐車場①のトイレ利用について

道路渡って木更津市民体育館内のトイレをご利用ください。

**② 岩根小学校駐車場**  
(約180台・レース会場まで自転車で約8分)



**駐車場②のトイレ利用について**  
小学校プールのトイレをご利用ください。

**③ O-ENCE SPORTS FIELD(江川総合運動場)南側駐車場**  
(約100台・レース会場まで自転車で約8分)



**「西側駐車場」「東側駐車場」は利用できません**

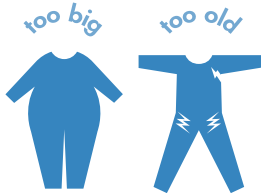
西側、東側駐車場は当日他の大会等で利用します。きさトラ来場者は停めないようお願いします。かならず「南側駐車場」をご利用ください。

**駐車場③のトイレ利用について**  
テニスコート付近の公衆トイレをご利用ください。

あなたの命にかかわる注意事項

「スイム事故」と「熱中症」に特に注意してください

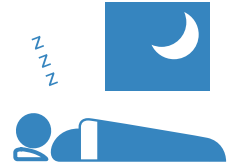
スイムでの安全対策



ウェットスーツは、古いものやサイズの合わないものを着ない。



前日夜遅くまで飲酒しない。



十分な睡眠をとってレースに臨む。



熱があったり、体調が悪と思ったら、出場をとりやめる。



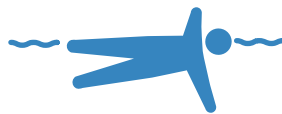
試泳やウォーミングアップを行い、スタート時に急に運動強度を上げない。



食事や水分を摂りすぎた後にすぐスタートしない。



スイムに自信がない人は、スタート時に一呼吸おいて自分の泳ぐスペースを確保する。



予想外のことが起きたら、パニックにならず落ち着いて背浮きをする。



自分の身は自分で守る意識を強く持つ。

熱中症・暑さ対策



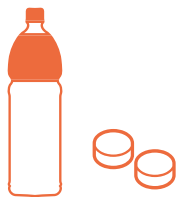
前日から水分をたっぷりとっておく。



水の一気に飲みはNG。少しずつこまめに水分をとる。



レース中以外でもキャップ・バイザーをかぶる。



水だけでなく塩分の補給も必要。スポーツドリンクや塩タブレットなどを活用する。



エイドステーションでは頭や身体に水をかけ、体温の上昇を抑える。



あまりにも暑いときは無理せずペースを落とす。エイドステーションで休んでもOK

## あなたの命にかかわる注意事項

### 熱中症の症状例

もしこのような症状を感じたら、競技をいったん中断して休息しましょう。場合によっては、勇気をもってリタイアを選択してください。

めまい、大量の発汗  
こむらがえり

頭痛、はきけ、  
嘔吐、悪寒

意識がもうろ  
うとする

視線が定まらない

まっすぐ走れない

呼びかけに答えられ  
ない  
会話が成り立たない

## 安全にレースを終えるためのメディカルアドバイス

### スタート前に必ず試泳・ウォーミングアップを

エイジグループ選手はエリート選手に比べスタート前のウォームアップが少ない傾向があり、たとえ抑えながらスタートしても心拍数が急激に上がります。試泳を含めたウォームアップは筋肉を運動に最適な温度に上げるだけでなく、心臓にも競技を想定した刺激を与えられます。エアロビクスのようなウォームアップを1～2分程度行うだけでも心拍数を上げることができます。そこから一旦落ち着いて、スタートにつなげることがベストです。

市民マラソンではゆっくりスタートして序盤をウォームアップ代わりに使えますが、トライアスロンのオープンウォーターでは状況が全く異なります。最初から水面下に置かれた胸郭には水圧がかかるため、心臓に負荷を与えてハイリスクとなることを覚えておいてください。水圧、水温、ウエットスーツによる体幹圧迫からくる心臓への負荷に慣らすため、試泳は絶対欠かせません。

### 無理をせず、勇気を持って棄権する選択肢も

スタート時点で体調が悪ければ決して無理をしないこと。不

安だったり動悸がする場合には、自分のウエーブの最後尾からゆっくりスタートしてみてください。場合によっては勇気を持ってスイムを中止しましょう。

### どんなに準備を整えても、完璧はありえない

水分・塩分の補給、直射日光対策などを入念に行っても、その日の環境とコンディションによっては熱中症を防げないことがあります。もし意識がもうろうとしたり、筋肉ケイレンが起り始めたら、途中で休憩するかペースを落としてください。軽度の熱中症であれば冷水を頭にかけて、塩分タブレット、スポーツドリンクの補給で回復できますが、重症になると救急搬送が必要となりますので、決して無理をせず安全なペースを守ってください。

### “自分の安全は自分が守る”意識を忘れない

熱中症は生命の危険があります。大会スタッフからレース中止の勧告を受けたときは、必ず従ってください。“自分の安全は自分が守る”意識が何よりも大切です！

#### 【アドバイザー】平泉 裕さん

昭和大学医学部整形外科・スポーツ運動科学研究所客員教授。成城リハケア病院院長。日本整形外科学会専門医。日本リハビリテーション医学会専門医。日本スポーツ協会公認スポーツドクター。日本パラスポーツ協会公認パラスポーツ医、日本トライアスロン連合メディカル委員。日本医師ジョギング連盟副代

表理事。2020東京オリンピック選手村ポリクリニック医師。東京オリンピック、世界トライアスロン選手権横浜、日本トライアスロン選手権、東京都トライアスロン選手権などで医療班を担当する一方、自身もトライアスリートとして佐渡国際、宮古島、アイアンマン台湾、ケアンズなど多数完走。

あなたの命にかかわる注意事項

## レース当日のセルフチェック

レース当日、朝起きたらこのチェックシートで自分の身体に異変がないか確認しましょう。

① 熱はありませんか？	ない	ある
-------------	----	----

発熱がある場合は、自主的に出場を見合わせるようお願いいたします。

② 体にだるさがありますか？	ない	ある
③ 咳または痰はありますか？	ない	ある
④ のどの痛みはありますか？	ない	ある
⑤ 息苦しさはありますか？	ない	ある
⑥ 嗅覚や味覚の異常はありますか？	ない	ある
⑦ 昨日はしっかり睡眠をとることができましたか？ 日頃の睡眠時間（約 時間）	十分	不十分
⑧ 食欲はありましたか？	あった	なかった

⑨ 下痢をしていますか？	していない	している
⑩ 頭痛や動悸、胸痛はありますか？	ない	ある
⑪ 気分は悪くありませんか？	悪くない	悪い
⑫ 関節に痛みはありますか？	ない	ある
⑬ 最近、ストレス・過労はありましたか？	ない	ある
⑭ 今日の大会の参加にあたって何か不安はありますか？	ない	ある
⑮ 体調に異常を感じたら、早めにレースをやめる事ができますか？	できる	できない

**一つでも右の項目に○がついた場合は**  
 体調の変化に気をつけて慎重にレースに臨んでください。  
 不安があれば救護所の医師に相談してください。場合によってはレース参加を中止してください。  
 症状が続いている場合は医師の診察を受けてください。

## 木更津トライアスロン大会ローカルルール

### ○ 競技規則について

公益社団法人トライアスロンジャパン『競技規則』トライアスロンを謳歌するために』同第6条(規則の補足)に基づきこのローカルルールを策定する。選手は、「競技規則第2章選手規範」を遵守しスポーツマン精神とフェアプレイの精神により競技を行うこと。

(参照:『競技規則』トライアスロンを謳歌するために』)

[https://www.jtu.or.jp/wordpress/wp-content/uploads/2026/02/Triathlon\\_Japan\\_Competition\\_Rules\\_202602.pdf](https://www.jtu.or.jp/wordpress/wp-content/uploads/2026/02/Triathlon_Japan_Competition_Rules_202602.pdf)

### 1 競技全般

#### (1) 大会出場資格の譲渡の禁止

- ・出場資格の譲渡及び、譲渡された資格での出場は禁止です。
- ・事故が生じた際に適切な措置が取れなくなります。

#### (2) 悪天候時及び災害等の措置

- ・雨天でも決行します。
- ・天候や競技環境が悪化した場合は、距離の短縮や競技内容の変更、またスイム競技が、ラン競技に変更となる場合があります。
- ・開催地の災害等の発生時には、競技を中止することがあります。また、開催地以外でも周辺交通機関等の状況、陸上自衛隊木更津駐屯地の救助活動、緊急出動等により大会を中止する場合があります。
- ・競技短縮、中止の場合でも参加料の返金は行いませんので、予めご了承ください。
- ・自己の都合による、キャンセルについても返金は、致しません。

- ・競技種目の変更等については、大会ホームページ、アナウンス、掲示等でご案内します。必ずご確認の上競技にご参加ください。

#### (3) 競技説明会

- ・大会の選手説明動画をご覧になり、理解度テストを受けてください。
- ・選手各自に送られたQRコードを自衛隊駐屯地入り口にてスキャンし、ご入場ください。理解度テストに合格されなかった方は、ご入場できません。クリアした証明書を表示(出力)して大会受付にお越しください。

#### (4) ヘルメットチェック

- ・バイクチェックインの際にトランジション入り口にて実施します。
- ・バイク競技用の硬質ヘルメット(公益財団法人日本自転車競技連盟(JCF)の基準に適合したものと同等のものを推奨)を、その取扱説明書に従い正しく着用してください。貸し出しはありません。
- ・会場内およびコース上で自転車に乗車するときは着用を義務付けます。
- ・駐車場からのご移動の際にもご自身の安全のため着用して下さい。移動中の落車による事故が他の大会でも発生しております。

#### (5) レースウエア

- ・フロントジッパーなしのウエアを推奨します。ジッパー付きのウエア(バイクジャージなど)も着用可能ですが、競技中にジッパーを開ける事は禁止とします。

#### (6) 使用禁止用具

- ・アクションカメラ含む撮影機材、携帯音楽プレーヤー、携帯電話、スマートウォッチ等を装着しての競技は禁止です。ただし、スマートフォン並びにスマートウォッチは、距離計測器及び心拍系などのヘルスケア目的としての使用のみ認めますが、それ以外目的(映像撮影、携帯音楽プレーヤーなど)としての使用は禁止します。

#### (7) レースナンバー

- ・ご自身のレースナンバーを確認の上、指定された箇所に表示をしてください。
- ・ボディナンバーシールは、両腕の外側に貼付してください。
- ・バイク競技中は、背面に、ラン競技中は、前面にレースナンバーを

表示してください。

- ・レースナンバー用ベルトは、使用可としますが、安全ピンは使用しないでください。※ゴムひも等の利用も可能です。

- ・ヘルメットステッカーは、前面にバイク用ステッカーは、サドル下部のフレーム両面に貼付してください。はがれないようにしっかりと貼付してください。

#### (8) タイミングベルト(計測器具)

- ・競技中は、入水前に配布するタイミングベルトを必ず足首に装着してください。
- ・ラン競技でフィニッシュするまで、外さないでください。
- ・装着せずにスタート、または途中で外したままの場合も失格となります。
- ・途中棄権する場合、お近くのテクニカルオフィシャル(審判員)に申告してください。
- ・タイミングベルトはレース後ご自身で外して、返却BOXに入れて下さい。

#### (9) 計測チェックポイント

- ・コース上の計測ポイント不通過は、失格となります。
- ・スイムからランフィニッシュまでのタイムを競技時間とします。  
※スイム～バイクスタートまでのトランジタイムも競技時間とします。

#### (10) 制限時間

- ・スタンダードディスタンスとリレー部門はスイムスタート1時間後、ランフィニッシュはスタートから4時間30分後です。
- ・スプリントディスタンスはスイムスタート40分後、ランフィニッシュはスタートから2時間15分後です。制限時間を過ぎた場合、競技を中断頂く場合があります。制限時間後も競を続行する場合は、リザルト上、順位をつけずTO(タイムオーバー)と表示します。
- ・リレーのスイムでの制限時間をオーバーした場合はバイク競技者のスキップスタートを認めます。テクニカルオフィシャルの指示に従ってバイクスタートしてください。
- ・すべて競技種目は、スタンダードディスタンス最終ウェーブの制限時間を超えて競技を続行することはできません。

#### (11) 周回チェック

- ・個別の周回数を競技中に審判員スタッフが教えることはできません。  
※バイクの実測距離は、参考値としてバイクスタート前に表示します。
- ・事前に自分の周回数を確認の上、サイクルコンピューターやその他の方法で周回を確認できるようにして参加してください。
- ・周回不足は、失格となります。

#### (12) リザルト

- ・公式記録は、大会終了後数日以内に大会ホームページに掲載します。

#### (13) エイドステーション

- ・スイムは入水、上陸地点に、ランはコース上に設置します。バイクパートにはありません。

#### (14) 更衣テント

- ・会場内に更衣テントを設置します。ご利用ください。

#### (15) 救護テント・救護体制

- ・会場内に救護テント(フィニッシュ周辺、スイム・ランエイドステーション内簡易救護)を用意します。医師や看護師が待機し、応急措置を行います。また、競技コース内に車両を配置し、緊急の場合には競技コース内に車両が進入します。審判員スタッフの指示に従い緊急車両の通行にご協力ください。

※救護テントを使用する場合はマスクをしていただく場合があります。

## 木更津トライアスロン大会ローカルルール

### (16) 体調管理

トライアスロン競技は、大きく変化する環境下でのスポーツであり、またコンタクトスポーツの側面もあることを認識していただき次の点等について確認の上、参加をしてください。

- ・健康上不安のある方はあらかじめ、主治医や医療機関にご相談いただき指示に従ってください。
- ・当日、37.5度以上の発熱のあった方は、会場へのご来場はお控えください。
- ・体調について不安のある方は、救護テントの医師にご相談ください。
- ・大会参加者、ボランティアは、大会保険に加入しますが、治療費を全額保証するものではありません。また持病のある方などは、内容によっては保証されない場合もあります。
- ・競技スポーツに参加できると判断できない身体の方には、参加をお断りする場合があります。
- ・体調等の事実を隠して参加し、体調が悪化しても主催者は、一切責任を負いません。

### (17) 会場内施設の使用について

- ・自衛隊の基地内の施設に勝手に立ち入る事はできません。
- ・トイレは本部エリア及びスイムエリア、ランコース、バイクコースの仮設トイレをご利用ください。

### (18) 写真ビデオ撮影

- ・自衛隊基地内という施設の特長上、競技中のコース内の撮影はできません。

バイクへのカメラ設置などのコース内持ち込みの発見時、現場画像確認された場合は消去をしていただくとともに、失格とさせていただきます。SNS等への投稿が発見された場合、これを削除していただき、関係省庁への書類の提出等が求められますので、あらかじめご了承ください。

- ・競技終了後の選手及び応援者は、撮影許可エリアでの撮影を認めます。不健全な目的での写真やビデオ撮影(透撮)が問題になります。会場で撮影している方に大会関係者が声をかける場合がありますので、ご協力をお願いします。また不審な撮影者が発見した場合は、大会本部または近くの係員にお知らせください。

- ・実行委員会が特に認めた場合を除き、各種メディア(インターネット個人ページを含む)へ被写体となったご本人の了解なく写真や動画等を掲載できません。

### (19) 基地内の利用における注意について

- ・自衛隊基地内、滑走路という特性上、選手は、指定された場所以外の立ち入りやゴミとなるものの持ち込みを禁止します。
- ・飲食につきましては指定された場所をお願いします。
- ・ゴミはご自身でお持ち帰りください。
- ・バイクシューズをペダルに固定するための輪ゴムも滑走路内の異物となり航空機の運航に支障をきたします。バイクシューズをペダルに輪ゴムで固定している場合はこれを審判員が取り外します。
- ・観戦エリアでの傘の使用は可能ですが風が強いことが多いので飛ばされないように使用には十分ご注意ください。

## 2 スイム

### (1) スイムコース

- ・ウェーブスタートスタートです。大会プログラムに定められた招集時間を守ってください。
- ・ご自身のスイムスタート招集時間に遅れた場合は出場することはできません。
- ・自衛隊基地内よりポンツーン(浮き桟橋)を利用して海に入り基本的に水面からのフローティングスタートとなります。

・海底やスロープには貝殻等がありますので、設定されたスタートエリア、エグジットエリアからコースアウトしないようご注意ください。

- ・緊急時にはスタッフのコース誘導に従ってください。

### (2) スイムエグジット

・海底には貝殻等がありますので、必ずポンツーン(浮き桟橋)のハシゴから上陸してください。

※危険防止のため、ハシゴ以外の場所から上陸は禁止します。

### (3) ウェットスーツ

- ・着用義務とします。

ただし気象条件等により着用義務が推奨等となる場合があります。

- ・どのような条件でも対応可能なようにウェットスーツをご準備ください。

- ・当日ウェットスーツを持参しない場合は出場できません。

- ・レンタルなどをご自身で手配してください。

### (4) スイムソックス

- ・スイム入出水地点は牡蠣殻が多く外傷を負う可能性があります。

・皮膚保護のため、スイムソックス等の推進力のない足の保護用具を許可します。

### (5) レスチューブ(膨張式緊急浮力体)

- ・装着を認めます。

#### 【スイム中に膨張させた場合】

##### 《スタンダードディスタンス》

1周回目で膨張させ、そのままスイム続行した場合はスイムスキップと同様の扱いとし、バイクのスタートはスキップと同時刻とします。リザルト上 RES 記載し、競技続行を認めますが順位はつきません。

2周回目で膨張させた場合はそのまま競技続行を認めますが、リザルト上 RES 記載とし、順位はつきません。

##### 《スプリントディスタンス》

スイム途中で膨張させた場合は競技続行を認めますが、リザルト上 RES 記載とし、順位はつきません。

##### 《共通事項》

・膨張させたレスチューブはトランジションエリアには持ち込まず、購入・レンタル品問わずスイムエイドのレスチューブブースに預けていくこととします。

・競技終了後、個人所有のレスチューブは本部エリア内レスチューブブースで受け取ってください。レンタル品はそのまま返却となります。膨張させなかったレンタル品は競技終了後、本部エリア内レスチューブブースに返却します。

### (6) スイムスキップ

・事前申告によるスイムスキップを認めます。所定の申告手続きにより申告してください。

・スタンダードディスタンスは1周回目終了後のスイムスキップを認めます。その場合、上陸後に医師による健康チェックと許可を必須とします。

・ボードやジェットスキー、ボートで、コース途中から上がった場合は対象外とします。

- ・リザルト上 SKP 記載とし、順位はつきません。

### (7) 試泳について

- ・各ウェブの入水後、スタートまでの時間に試泳を実施します。

### (8) メガネ置場、サンダル置場

・メガネ置場、サンダル置場を設置しますが、競技終了後に残っている場合は、大会側で廃棄させていただきます。

## 木更津トライアスロン大会ローカルルール

### 3 トランジションエリア

#### (1) 競技用具の設置

- ・指定された時間内にバイク、ラン競技に必要な物を、設置してください。
- ・通路上に競技用具が広がらないようにご注意ください。

#### (2) 競技用具の回収

- ・競技の安全のため、トランジションエリアの解放の時間まで、お待ちください。
- ・トランジションの出入りの際は、レースナンバー又はリストバンドが必要です。
- ・退出の際、バイク・用具のレースナンバーと、本人のナンバーを照合します。バイク、ヘルメットにレースナンバーを装着したまま出口にお越しください。

#### (3) 注意事項

- ・バイクシューズをペダルに固定するための輪ゴムも滑走路内の異物となり航空機の運航に支障をきたします。バイクシューズをペダルに輪ゴムで固定している場合はこれを審判員が取り外します。

### 4 バイク

#### (1) ドラフティング、ブロッキング

- ・ドラフティング、ブロッキングは禁止とします。

ドラフトゾーンはバイク前輪の最前部を基点として後方 12m、横 3m (左右それぞれ 1.5m) とします。ドラフトゾーンに入る場合は 25 秒以内に離脱してください。

#### (2) サイクルコンピューター

- ・装着を義務付けします。
- ・スマートフォン並びにスマートウォッチは、サイクルコンピューターとして距離計測器及び心拍系などのヘルスケア目的としての使用のみ認めますが、それ以外の目的での使用は禁止します。

#### (3) ヘルメット

- ・バイクをラックから外す前にヘルメットを着用し、ストラップを締めてください。
- ・バイクをラックに掛けた後にストラップを緩めることができます。

#### (4) バイクボトル、補給物

- ・ゴミの散乱を防ぐため、補給物を直接、バイクコースに持ち込むことはできません。

バイクコースには、バイクボトル、及びソフトフラスク等の容器に移し替えた補給物のみ持ち込みが可能です。

- ・バイクコースで補給物の持ち込みを発見した場合は、これを没収します。
- ・トランジション内で、コースに出る前に補給される場合はゴミが散乱しないようご注意ください。
- ・ペットボトルの使用を許可しますが、使用する際は以下のことを厳守してください。

- ① バイクにペットボトル専用のボトルホルダーが装着されていること
- ② ペットボトルのキャップを脱落させないこと (専用のキャップ使用する又はキャップ無し)

#### (5) 乗車ライン、降車ライン

- ・乗車方法

片足が乗車ラインを越えた後に、完全に片足が地面に着いてから乗車をしてください。

- ・降車方法

降車ライン手前の地面に、片足が完全についてから降車をしてください。

### (6) 使用バイク

#### 《スタンダードディスタンス》

ロードレーサータイプの自転車を使用してください。ハンドルはドロップハンドルとこれに準ずる形状としてください (TT、ブルホーン、エアロバーは転倒時に危険のないもの)。ピストバイク (固定ハブ) の自転車は認めません。

#### 《スプリントディスタンス》

マウンテンバイク、クロスバイク、ミニベロでの出場を認めます (Tバーハンドル含む)。迷う場合は事務局にご相談ください。

当日車検は有りません。いずれの場合も転倒した時にけがの原因となるスタンド、かごなどはあらかじめ取り外してください (当日のメカニックでは時間がかかって対応できない場合がございます。あらかじめお近くの自転車販売店等で取り外してもらってください)。

### 5 ラン

#### (1) 体調管理

- ・コースは滑走路を使用するため、日影がほとんどありません。
- ・エイドでは、水分補給だけでなく、体調管理に十分注意してフィニッシュを目指してください。

#### (2) エイド・補給について

- ・エイドは 1 周 (2.5km) につき 2 回利用できます。
- ・エイドステーション以外でのゴミ捨てを禁止します。
- ・マイボトルの持参を推奨します。
- ・設置されたゴミ回収ボックスに確実にに入れてください。
- ・バイクボトル、ソフトフラスクボトル等のみ、補給物として持ち込みできます。
- ・コース上での投げ捨ては発見次第ペナルティの対象とします。
- ・滑走路という特性上飛行機の発着においてゴミの落下は大変危険です。

皆様のご理解、ご協力をお願いします。

#### (3) フィニッシュ

- ・レースナンバーを整え、帽子・サングラスを外すことを推奨します。

#### (4) 同伴フィニッシュ

- ・他の競技者の妨げにならない範囲で認めます。
- ・ゴールゲート手前の待機ゾーンで待機してください。
- ・他の競技者の妨げになると判断した場合は、不可抗力であってもペナルティを課す場合があります。
- ・同伴フィニッシュは家族、チームメイトを認めます (ペットはご遠慮ください)。
- ・フィニッシュした選手が同伴する場合は、レースナンバーを外してください。

### 6 リレー部門

#### (1) 引き継ぎの場所

- ・指定のリレーゾーンでの引き継ぎとなります。
- ・タイミングベルトをリレーの襷がわりに次の選手へ引き継ぎます。

#### (2) 繰り上げスタート

- ・制限時間内に次の種目に引き継げなかった場合は、繰り上げスタートとなります。
- ・予備のタイミングベルトを使用したオープン参加となります。

### 7 房総トライアスロンシリーズ

天候をはじめとするその他環境状況等による競技中止になった場合の表彰順位、及び完走者 (フィニッシャー T 贈呈) 基準は次の通りとなります。

## 木更津トライアスロン大会ローカルルール

- ①天候をはじめとするその他環境状況等による競技中止になった場合の表彰順位、及び完走者については10月11日の千葉シティトライアスロン大会の開催状況で最終的に決定されます。
- ②木更津大会が中止になった場合はタテトラ・千葉シティの完走記録で判断されます。
- ③途中で競技変更があった場合は、シリーズ参加の全選手が記録されている競技成績をもとに判断いたします。

### 8 その他

・本項目に定めなき事項は、トライアスロンジャパン競技規則、大会実行委員会の裁定に従うこととする。