

5月19日 (日)

スタンダード スイム 2周回  
 リレー バイク 6周回  
 ラン 象の鼻2回、山下埠頭3回

スプリント スイム 1周回  
 バイク 3周回  
 ラン 象の鼻1回、山下埠頭2回

エイドステーション  
 スイムスタート  
 バイクコースピットイン  
 ランコース

荷物預かり 6:30~15:10

S 女性:フィニッシュエリア  
 更衣テント トランジションエリア (女子のみフィニッシュエリアにも有り)

交通規制	7:00~13:10
メカニック	6:00~15:00
バイクピックアップ	13:00~15:10

【スタンダード】	No	アソカバンド 配布 スイムスキャップ 受付	人数	整列	プレトラ移動 ~試泳	ST	第1ブイ	1周回	2周回 第3ブイ	制限 時間	カテゴリー	キャップ	グループ TR	スキップ 集合	スキップ スタート	セッティング 予定					
エイジPara	61~75	6:45~7:00	15+15	-	-	7:15	-	-	-	8:00	TRI6	グリーン	パラ	7:40	7:45	6:00 ~6:30					
	-		14	-	-	7:20	-	-	-	8:05	TRI- S,1,2,3,4, 5	-									
第1ウエーブ	1001~1149	7:20~7:35	149	7:40	7:45~7:55	8:00	8:10	8:22:30	8:40	8:45	男子40-49	パープル	A	9:00	9:05	6:00 ~7:15					
第2ウエーブ	1201~1348		147		7:50~8:00	8:05	8:15	8:27:30	8:45	8:50		ブルー									
第3ウエーブ	1401~1548		148		7:55~8:05	8:10	8:20	8:32:30	8:50	8:55		オレンジ									
第4ウエーブ	2001~2086		86		8:40	8:45~8:55	9:00	9:10	9:22:30	9:40	9:45	男子19-29					レッド	B	10:00	10:05	6:00 ~8:15
第5ウエーブ	2201~2294		94			8:50~9:00	9:05	9:15	9:27:30	9:45	9:50	男子30-34					イエロー				
第6ウエーブ	2401~2507		107			8:55~9:05	9:10	9:20	9:32:30	9:50	9:55	男子35-39					グリーン				
第7ウエーブ	2601~2707		107			9:00~9:10	10:00	10:10	10:22:30	10:40	10:45	男子55-59					ホワイト				
第8ウエーブ	3001~3117	117	9:40	9:50~10:00	10:05	10:15	10:27:30	10:45	10:50	男子50-54	パープル	C	11:00	11:10	6:00 ~9:15						
第9ウエーブ	3201~3313	113		9:55~10:05	10:10	10:20	10:32:30	10:50	10:55	男子50-54	ブルー										
第10ウエーブ	3401~3515	115		10:00~10:10	10:15	10:25	10:37:30	10:55	11:00	女子40-	オレンジ										
第11ウエーブ	3601~3659	59		10:05~10:15	10:20	10:30	10:42:30	11:00	11:05	女子39	ホワイト										
	3701~3707	7								リレー (女)	ホワイト										
	3711~3720	10	リレー (混)							ホワイト											
	3731~3753	23	リレー (男)							ホワイト											
【スプリント】	No	アソカバンド 配布	人数		プレトラ移動 ~試泳	ST	第1ブイ	1周回	2周回 第3ブイ	制限 時間	カテゴリー	キャップ	グループ TR	スキップ 集合	スキップ スタート	セッティング 予定					
第12ウエーブ	101~151	10:30~10:45	51	10:40	10:55~11:05	11:00	-	-	-	11:25	女子	イエロー	D	11:50	11:55	6:00 ~10:15					
第13ウエーブ	201~266		66		10:50~11:00	11:05	-	-	-	11:30	男子45-49	グリーン									
第14ウエーブ	301~343		43		10:55~11:05	11:10	-	-	-	11:35	男子40-44	ホワイト									
第15ウエーブ	401~484		84		11:00~11:10	11:15	-	-	-	11:40	男子50-59	パープル									
第16ウエーブ	501~553		53		11:05~11:15	11:20	-	-	-	11:45	男子19-39	ブルー									

【パラトライアスロン】

カテゴリー	人数	キャップ
TRI-S (1)	1	ブルー
TRI1(11~12)	2	レッド
TRI2(21)	1	イエロー
TRI3(31~35)	5	イエロー
TRI4(41~43)	3	イエロー
TRI5(51~53)	3	イエロー
TRI6(61~75)	15	グリーン
Guide	15	ホワイト

【受付時間】

グループ	時間
パラ	6:00~6:15
A(1~3)	6:00~6:50
B(4~6)	6:00~7:50
C(7~9)	6:00~8:50
D(10~14)	6:00~9:50

制限時間	スタンダード	スプリント	スイムフィニッシュ	バイクフィニッシュ	フィニッシュ
	45分(22分30秒)	25分	2時間45分	1時間25分	3時間45分
					2時間

※バイク最終スタート時間 12:35  
 ※バイク競技終了 12:55

リレースキップ	集合	スタート	スイム	バイク
			表中参照	13:05
			表中参照	13:10