
第 18 回大磯ロングビーチ・ファミリートライアスロン大会

最終要項

開催日 2023 年 6 月 25 日 (日)

開催地 神奈川県中郡大磯町 「大磯ロングビーチ」内特設コース

神奈川トライアスロン大会事務局

〒224-0041 神奈川県横浜市都筑区仲町台 5-7-5-601

TEL: 070-3236-2277 (平日 10:00~19:00)

E-mail: info@kn-tu.or.jp

目次

目次	2
1. ご挨拶	3
2. 大会概要	4
3. 競技内容/スケジュール	5
1. 競技カテゴリ	5
2. 距離/周回数	5
3. 制限時間（目安）	6
4. トランジション	6
5. 表彰対象	6
4. 大会までの流れ	7
1. 競技説明(選手)	7
2. 健康チェックシート（選手）	7
3. 当日の受付について	7
4. 大会支給品について	7
5. 競技規則(ローカルルール)	7
1. 全般	7
2. 競技説明会	8
3. スイム	8
4. バイク	8
5. ラン	9
6. トランジション	9
7. フィニッシュ	10
8. その他大会ルール	10
6. コースマップ	11
1. キッズの部（低学年、高学年、親子リレー）	11
2. ジュニアの部, チャレンジの部	12
3. ちびっこファミリーの部	12
4. 一般の部	13
7. エリア詳細図	13
1. スイムコース図（スイムスタート及び、アンクルバンド配布位置）	13
8. 会場アクセス	14
9. その他	15
1. 昼食	15
2. 問合せ	15

1. ご挨拶

ご挨拶

神奈川トライアスロン大会 会長 中山俊行



第 18 回大磯ロングビーチ・ファミリートライアスロン大会を今年も無事開催できることを大変嬉しく感じております。
新型コロナの影響がゼロになった訳ではありませんが、この恵まれた環境の中での大会を最大限楽しんで頂きたいと思います。

本大会はファミリートライアスロン大会ですので、未就学児童から高齢者までが安全にかつ楽しく挑戦して頂くことが最も重要と考えております。

選手の皆様にはそれぞれの方法でこの大会を満喫して頂くことを期待しております。安全には最大限配慮を運営しておりますので安心して楽しんで下さい。

大会を支えて頂いた大磯プリンスホテル様はじめ協力各社には心より御礼申し上げます。

2. 大会概要

大会名称	第 18 回大磯ロングビーチ・ファミリートライアスロン大会
開催日	2023 年 6 月 25 日(日)
会場	神奈川県中郡大磯町「大磯ロングビーチ」内特設コース
主催	大磯ロングビーチ・ファミリートライアスロン大会実行委員会
主管	一般社団法人神奈川県トライアスロン連合(KnTU)
特別協賛	株式会社 ISLWARE
後援	公益社団法人日本トライアスロン連合(JTU),公益財団法人神奈川県スポーツ協会,大磯町
協力	公益社団法人日本トライアスロン連合(JTU) 関東ブロック協議会,横浜市トライアスロン協会(YTA)・川崎市トライアスロン協会(KTA),株式会社 Ampus/ストライダー・ジャパンほか

<大会役員・実行委員会>

役職	氏名
大会会長	中山 俊行
実行委員長	高崎 聡
レースディレクター(RD)	杉浦 博
大会本部	杉浦 真由美
チームリーダー(TL)	亀村 一郎
技術代表(TD)	中島 尚樹
審判長(HR)	三井 はるみ

<審議委員>

カテゴリー		氏名
全カテゴリー	大会会長	中山 俊行
	実行委員長	高崎 聡
	技術代表	中島 尚樹

3. 競技内容/スケジュール

1. 競技カテゴリー

時間	内容	ナンバー		集合時間
		番号帯	色	
7:00	駐車場オープン			
7:15~8:15	受付(キッズの部,親子リレー,ジュニアの部,チャレンジの部,一般の部)			
7:15~10:00	受付(ちびっこファミリーの部)			
7:50~8:20	バイク試走(推奨) ※ちびっこファミリーの部は試走なし			
8:30~8:35	開会式 ※ちびっこファミリーの部は参加不要			
8:35~8:45	競技説明会 ※ちびっこファミリーの部は参加不要			
9:00~	キッズ低学年の部(男子)スタート [*1]	101~(キッズ)	赤	8:50
9:20~	キッズ低学年の部(女子/親子リレー)スタート [*1]	201~(親子)		9:10
9:50~	キッズ高学年の部(男子)スタート [*1]	301~(キッズ)	青	9:40
10:10~	キッズ高学年の部(女子/親子リレー)スタート [*1]	401~(親子)		10:00
10:30~	ジュニアの部スタート[*1]	501~	緑	10:20
	チャレンジの部スタート[*1]	601~	緑	
11:15~	ちびっこファミリーの部スタート[*2]	1~	黒	11:05
11:45~	一般の部スタート [*1]	701~	黒	11:35
12:00~	表彰式 キッズ(低学年,高学年,親子リレー)の部,ジュニアの部)			
13:30~	表彰式 チャレンジの部,一般の部			

[*1] ローリングスタート：アンクルバンドにつけた QR コードを順番に読んで計測開始

[*2] フローティングスタート：保護者がちびっこの体を保持して並び一斉スタート

2. 距離/周回数

No	カテゴリー	総距離	スイム	バイク	ラン
1	一般の部	12.875km	375m	10km (1.67km×6 周)	2.5 k m (1.25km×2 周)
2	チャレンジの部	6.45km	200m	5km (1.67km×3 周)	1.25km (1.25km×1 周)
3	ジュニア(中学生)の部	6.45km	200m	5km (1.67km×3 周)	1.25km (1.25km×1 周)
4	キッズ高学年の部 キッズ高学年親子リレーの部	4.1km	100	3km (1.5km x2 周)	1km (1km x1 周)
5	キッズ低学年の部 キッズ低学年親子リレーの部	2.55km	50m	1.5km (1.5km x1 周)	1km (1km x1 周)
6	ちびっこファミリーの部	215m	15m	150m	50m

(未就学児)				
--------	--	--	--	--

3. 制限時間 (目安)

No	カテゴリー	スイム	バイク	ラン
1	一般の部	スタート後 30 分	スタート後 1 時間(60 分)	スタート後 1.5 時間(90 分)
2	チャレンジの部 ジュニアの部 キッズ高学年の部 キッズ低学年の部 キッズ親子リレーの部	スタート後 15 分	スタート後 45 分	スタート後 1 時間(60 分)
3	ちびっこファミリーの部	—	—	—

4. トランジション

トランジションチェックイン ……競技の進行状況により変更することがあります	
キッズ(低学年)の部/親子リレーの部	7:15 ~ 8:40
キッズ(高学年)の部/親子リレーの部	7:15 ~ 8:40
ジュニアの部,チャレンジの部	7:15~8:40,9:40~9:50
一般の部	7:15~8:40,9:40~9:50,11:00~11:20
トランジションオープン (バイクピックアップ) ……競技の進行状況により変更することがあります	
キッズ(低学年)の部/親子リレーの部	9:40~9:50,11:00~11:20
キッズ(高学年)の部/親子リレーの部	11:00~11:20
ジュニアの部,チャレンジの部	11:00~11:20
一般の部	12:30~13:00

5. 表彰対象

NO	カテゴリー	対象	被表彰順位
1	一般の部	総合	男女別 1~3 位
2	チャレンジの部	総合	男女別 1~3 位
3	ジュニアの部	中学 1~3 年	各学年男女別 1~3 位
4	キッズ高学年の部	小学 4~6 年	各学年男女別 1~3 位
5	キッズ低学年の部	小学 1~3 年	各学年男女別 1~3 位
6	キッズ親子リレーの部	小学 4~6 年	総合 1~3 位
		小学 1~3 年	総合 1~3 位
7	ちびっこファミリーの部	未就学児	完走者全員にメダル付与 [*]

[*] ちびっこファミリーの部は順位をつけません。

4. 大会までの流れ

1. 競技説明(選手)

- 6/17(土)より、最終要項、競技説明資料等を公開いたします。
 - 神奈川県トライアスロン連合ホームページにてご案内いたします。 <https://www.kn-tu.or.jp/>

2. 健康チェックシート (選手)

- 選手は『健康チェックシート』を印刷し、記入・提出してください。

3. 当日の受付について

- 受付は 7:15~8:15(キッズの部,親子リレー,ジュニアの部,チャレンジの部,一般の部)、7:15~10:00(ちびっこファミリーの部)にて、流れるプールの山側で実施します。
- 下記、必ずご準備ください。※無い場合は入場をお断りさせていただきます

受付時にご用意いただくもの	
選手	①レースナンバーに印刷された『QR コード』の提示 ※スムーズな読取りにご協力お願いいたします ②『健康チェックシート』の提出

- 更衣 TENT をフィニッシュ付近に設置いたしますので、ご利用ください。
ロングビーチのロッカーハウス内のロッカールームは、プール営業準備のため利用できませんのでご了承ください。

4. 大会支給品について

- スイムキャップ、レースナンバー、ナンバーシール、ランチ券は事前送付します。

5. 競技規則(ローカルルール)

- 本大会は「日本トライアスロン連合競技規則/運営規則」及び以下の「ローカルルール」が適用されます。

1. 全般

- アクションカメラ (GoPro 等) を着用してレースに出場することはできません。バイクへの装着も認めません。
- 「自転車」・「自転車ヘルメット」・「ランニング用シューズ」は、大会当日に選手自身で持参すること。
忘れた場合はレースには参加できません。(当日の貸し出しはありません)
- 選手への個人的援助は禁止。
- 各カテゴリーごとの表彰式を行います。
- 結果の会場での全体リザルト掲示は実施しません。大会終了 1~2 日後に、神奈川県トライアスロン連合ホームページに掲載予定です。選手個人にはお送りいたしませんのでご了承ください。

2. 競技説明会

- 事前にオンライン競技説明会の資料を神奈川県トライアスロン連合ホームページに公開し、確認する形式とします。
<https://www.kn-tu.or.jp/>

3. スイム

- スイムは水深 1.2mの『流れるプール(流れは止めてあります)』を利用します。
- スタート方法(キッズ、キッズ親子リレー、ジュニア、チャレンジ、一般)
 - ・アンクルバンド受付でアンクルバンドを受け取り、左足の足首にQ Rコードが外側になるように固定してください。
 - ・スタートは、プールサイドで 1 人ずつQ Rコードを読み取ってから、プールに足から入りスタートします。(プールには足から入ってください。頭からの飛び込みは禁止です。)
- 集合場所およびスタート地点はカテゴリごとに異なりますので、コース図を事前にご確認ください。
- 試泳はありません。
- スイムスキップはありません。
- 危険回避及び体調保全のため、立ち止まったり、プールサイドにつかまり小休止することは可能です。
- キッズの部では、浮き輪、ビート板、ヘルパーなどの補助具の使用を認めます。
- 救助を必要とする場合は、競技を停止し、片手を頭の上で振り、声を出して救助を求めてください。
- ちびっこファミリーの部のスイム
 - ・4 組に分かれて、組ごとに一齐スタートします(ウェーブスタート)。
 - ・伴走の方が水着と一緒にプールに入り、スタートまで抱くなどの方法でお客様の身体を保持していただく必要があります。
 - ・浮き輪、ビート板、ヘルパーなどの補助具の使用も可能です。
 - ・伴走時は、バイク、ランも含め、ほかの選手(お子さん、伴走の方)との接触等に十分に気をつけください。
 - ・伴走のみで参加される(当日一般の部に出場されない)保護者の傷害保険代も参加料に含まれています。

4. バイク

- バイク用レースナンバーシールは、ヘルメットの前面とバイクサドル左下フレームに貼りつけます。
- バイクでは上下ウェアを着用し、規定のヘルメットを着用してください。「上半身はだか」での競技禁止です。
- バイク競技中、レースナンバーは背中によく見えるよう着用してください。レースナンバーの改造、折曲げは厳禁。
- 選手は、事前に周回数を把握して出場してください。周回数の確認は選手自身で行います。自身の周回数をスタッフに確認することはできません。サイクルコンピューター(ある場合)の走行距離ゼロからスタートを確認してください。
- ヘルメットのあごひもを留めた状態でバイクを動かしてください。
- 走行中の「前方注意」「車間距離の確保」は選手の義務です。
- 「キープレフト(左側走行)」を守って競技してください。(左端から 1m、コース幅の左側 3 分の 1 以内を基準)
- 追い越しは、後方確認し前走者の右側から行います。(前走者への声かけ推奨)
- ドラフティングゾーンは前方選手の前輪先端から後方 10m の範囲。バイクは約 2m であるため、4 台分の車間距離。
 - ・他競技者のドラフティングゾーンに入れるのは、「追い越そうとしているとき(20 秒以内)」、「危険回避の場合」、「トランジション出入口」など。
 - ・追い越し中は追い抜く意思を持って「前進」している必要があります。そのため、ドラフティングゾーン内では、前走の競技者と同スピードを保ったままで走行を続けることはできません。また、追い越されたらすぐに抜き返したり背後についてはいけません。

- バイク用ドリンクボトルは、ペットボトルを禁止します（ただし、ボトルケージがペットボトル用で走行中のペットボトルの落下の懸念がなく、かつキャップをねじって開けなくても飲めるようになっている場合はペットボトルも可とします。

5. ラン

- ランでも上下ウェアを着用してください。「上半身はだか」での競技禁止。
- 前開きファスナー付ウェアを着用は可。前ファスナーを下す場合は胸骨の端までの範囲にしてください。また、フィニッシュの200m 手前からはウェアの上端まで上げてください。
- ランではシューズを着用してください。「裸足」での競技禁止。
- ラン競技中、レースナンバーは前面によく見えるよう着用してください。レースナンバーの改造、折曲げは厳禁。
- ナンバーベルト使用時には、レースナンバーが腰から上にくるように着用してください。
- 自力走行により、規定コースを競技します。
- キープレフトを厳守し、右側から追い越します。
- ヘッドフォンやイヤホンを着用して競技を行うことはできません。
- 選手は、事前に自分の周回数を把握して出場してください。周回数の確認は選手自身で行います。自身の周回数をスタッフに確認することはできません。
- 所定の周回数を走り終えたら、フィニッシュに入ってください。フィニッシュラインは選手一人で通過してください。同伴フィニッシュを可能とします。
- ・ちびっこファミリーの部は除き、全部門の伴走・選手支援・レース中の助言、および並走を禁止しています

6. トランジション

- トランジションのタイムは、バイクパートの競技時間に含まれます。
- トランジションエリアは、競技者および特別に許可を受けた者以外は立入禁止です。保護者・観戦者が入ることはできません。
- バイクラックに目印をつけることは禁止です。
 - ※ トランジションエリアにセットするもの：自転車、ヘルメット、シャツ、シューズ、帽子、タオルなど
- キッズのバイクがバイクラックに掛けられない場合はひもでサドルを固定するかスタンドを立てるかしてください。
- 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ます。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ます。
- トランジションエリア内はバイク乗車禁止。ペダル片足走行も禁止。
- バイクの乗車・降車の方法は下記のとおり。
 - ＜乗車＞ バイク前輪の先端が乗車ラインを超え、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する。
 - ＜降車＞ バイク前輪の先端が降車ラインを超える前に、降車ライン手前の地面に、片足が完全にについてから降車する。
- 親子リレーのリレー方法
 - ・トランジション内のリレーゾーン（トランジション内のプールに近い側に設置）でアンクルバンドの受け渡しをします。
 - ・バイク担当選手は（ヘルメットを着けたままリレーを受けることが可能）リレーを終えてから、バイクをラックから外してバイクスタートに向かいます。
 - ・バイク担当選手はバイクフィニッシュ後、バイクをラックにかけてからリレーゾーンでアンクルバンドをはずしてラン担当選手に渡します。（バイクに続けてランも担当する場合はトランジションのバイクのそばにヘルメットを置くこと）
- ちびっこファミリーの部のトランジションエリア
 - ・スイムアップ地点付近をトランジションエリアとします。フェンスやバイクラックは設置しません。
 - ・10：50 になったら、乗り物を組(ウェーブ)順に並べてください。
 - ・乗り物フィニッシュ地点でスタッフが乗り物を受け取って、コース外へ移動します。
 - ・ランフィニッシュ後、速やかに乗り物を受け取りに来てください。

7. フィニッシュ

- フィニッシュにおける意図的な同着は禁止。
- 同伴フィニッシュはOK。
- 着順は、計測チップがフィニッシュライン上に達した瞬間とします。
- 複数の競技者が同時にフィニッシュする場合は、フィニッシュTOが判定を行います。
 - ※ 競技者の胴体の一部がフィニッシュラインを通過した瞬間で判定します。
- 明らかに周回不足と判断される場合には完走扱いとしません。
- 周回数が規定数以上の場合(多く周回してしまった場合)でも順位の繰り上げ措置は実施しません。(完走は認められます)
- フィニッシュエリアは、選手・関係者以外立ち入り禁止です。
- フィニッシュした選手は、以下の流れで一方通行で行動しフィニッシュエリアを退出してください。
 - 自らアンクルバンドを外して所定の回収箱へ入れます。
 - 水とタオルを受け取ります。

8. その他大会ルール

- 荷物預かりは車の鍵のみ。大会本部にて預かります。
- 荷物は基本的に個人で管理してください。
- 貴重品預かりはありません。
- 周回管理用の輪ゴムの配布はありません。選手自身で周回管理を行ってください。
- アンクルバンドはフィニッシュ後に必ず返却してください(やむを得ずリタイヤや受付後スタートを取りやめた方も必ず返却してください)。紛失・破損は5,000円の再作成費をいただきます。
- 競技中に棄権する方は、レースナンバーを外してからコースを離れ、近くの審判員にアンクルバンドを返却してください。この時点で正式に棄権とします。
- 他人名義での出場が判明した場合、即時出場資格を失います。万が一の際にも大会補償規定の担保対象外となるなど、選手本人が不利益を被るだけでなく、道義的にも許されない行為であることを認識してください。
- 荒天の場合
 - ・予備日を設けておりませんので、荒天の場合は、中止または距離・内容の変更を実行委員会で大会当日の朝に決定します。
 - ・中止または変更があった場合でも、すでに準備物の手配、保険契約の締結などなど大会準備が行われているため、参加費の返還は行いません。また、会場までの交通費などの補償なども行いません。
- 医療と体調の自己管理
 - ・各自体調の自己管理をお願いします。今年は湿度が高く、当日は気温が低くとも大量の発汗が予想されます。レース中はもちろん、スタート前から十分な水分補給を行い、熱中症、脱水症状に注意してください。
 - ・睡眠不足、徹夜明け等での参加はご遠慮ください。飲酒は想像以上に内臓に負担をかけるため、大会前日の飲酒は控えるようにしてください。少しでも体調の異常を感じたら大会本部に医師、看護師が待機していますのでご相談下さい。
- 大会補償規定について
 - ・本大会での補償は 傷害：骨折・捻挫など 疾病：心筋梗塞・熱中症・脱水症などを補償します。死亡された場合、あるいは後遺障害になられた場合や、医療機関での手術・入院・通院など所定の保険金をお支払いします。
 - ・死亡 500 万円 ・入院日額 5,000 円 ・通院日額 3,000 円
 - ・競技参加に際し、傷害保険、生命保険など各自で十分な保険に加入されることをお勧めします。

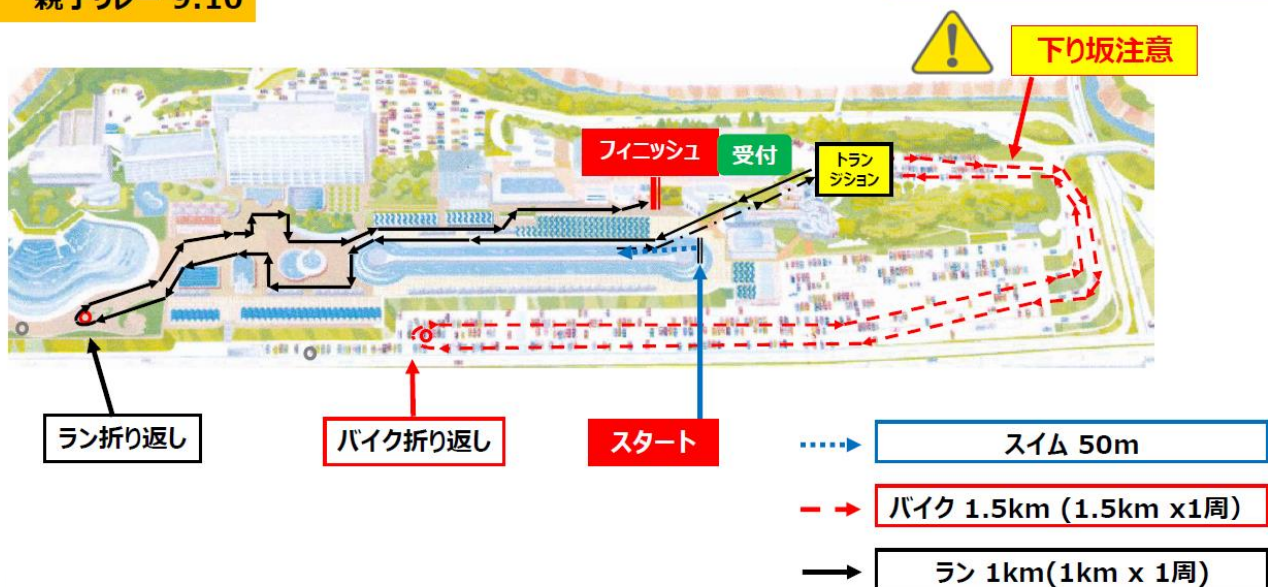
6. コースマップ

1. キッズの部（低学年、高学年、親子リレー）

集合時間 男子 8:50
女子 9:10
親子リレー 9:10

キッズの部（1～3年生）

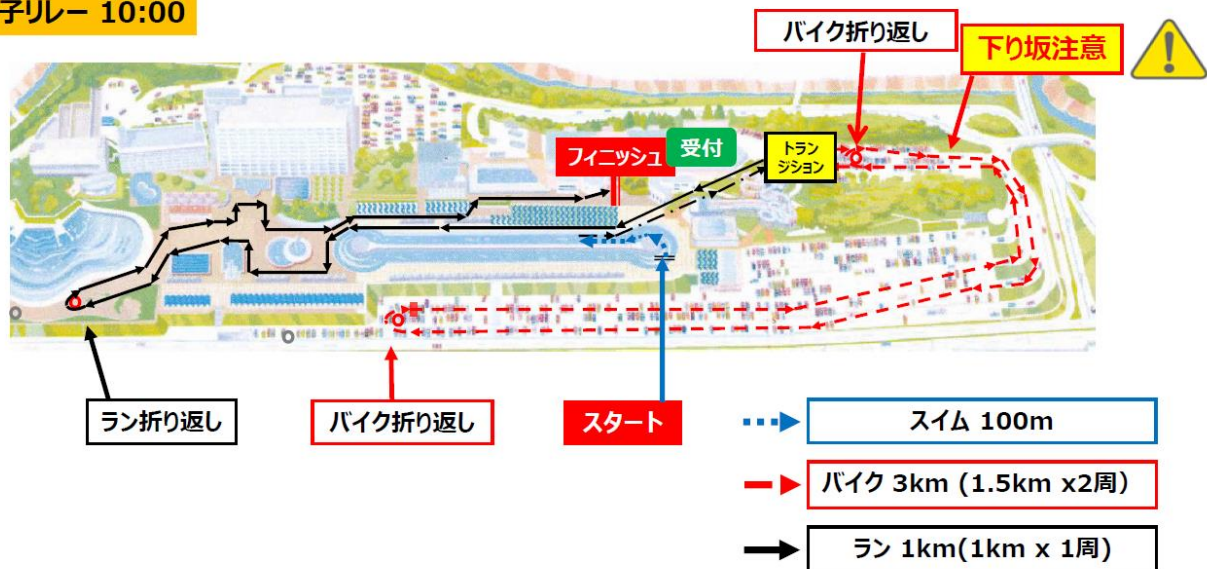
親子リレー：バイク・ランは
トランジション内、リレーゾーン



集合時間 男子 9:40
女子 10:00
親子リレー 10:00

キッズの部（4～6年生）

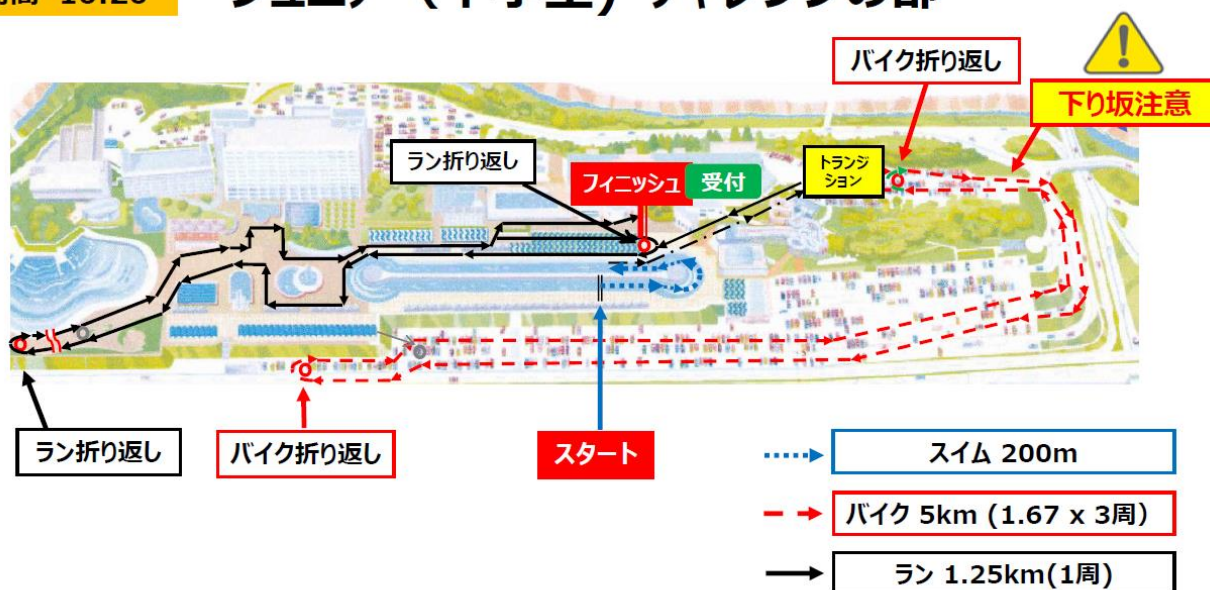
親子リレー：バイク・ランは
トランジション内、リレーゾーン



2. ジュニアの部, チャレンジの部

集合時間 10:20

ジュニア (中学生)・チャレンジの部

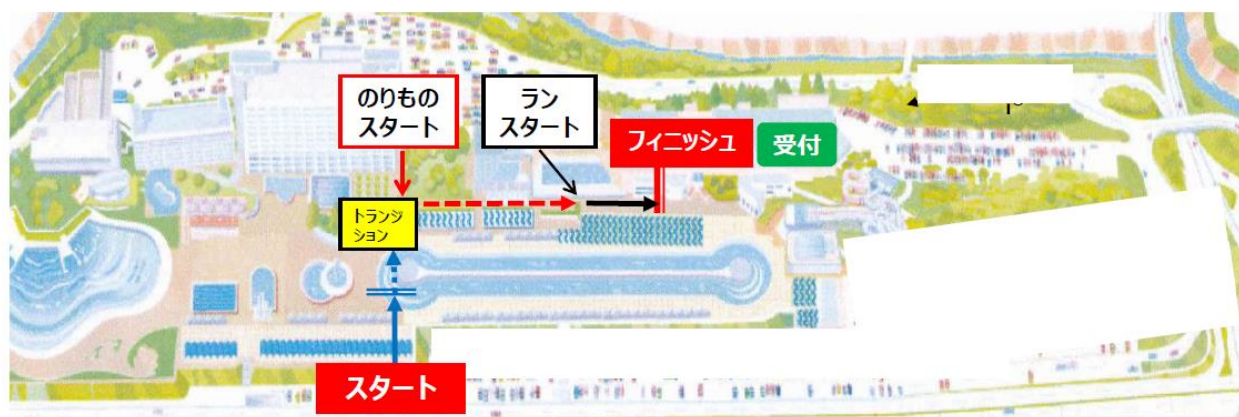


3. ちびっこファミリーの部

集合時間 11:05

ちびっこファミリーの部

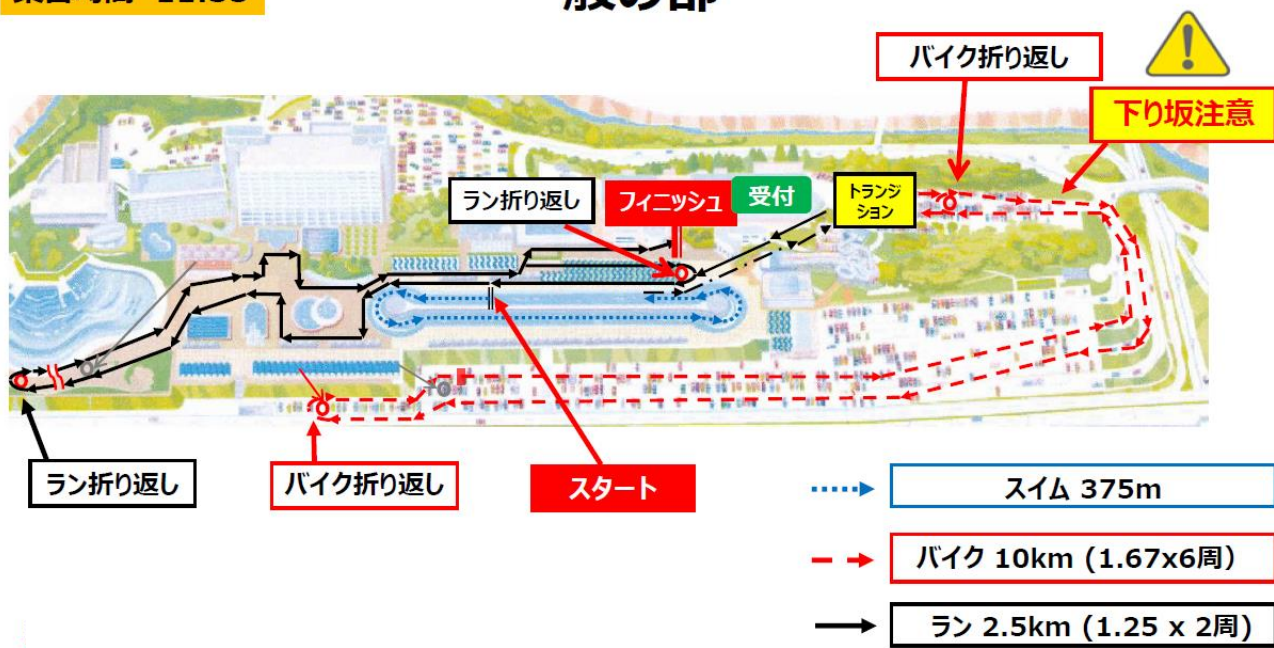
全競技中、伴走者に付き添っていただきます



4. 一般の部

集合時間 11:35

一般の部



7. エリア詳細図

1. スイムコース図 (スイムスタート及び、アングルバンド配布位置)



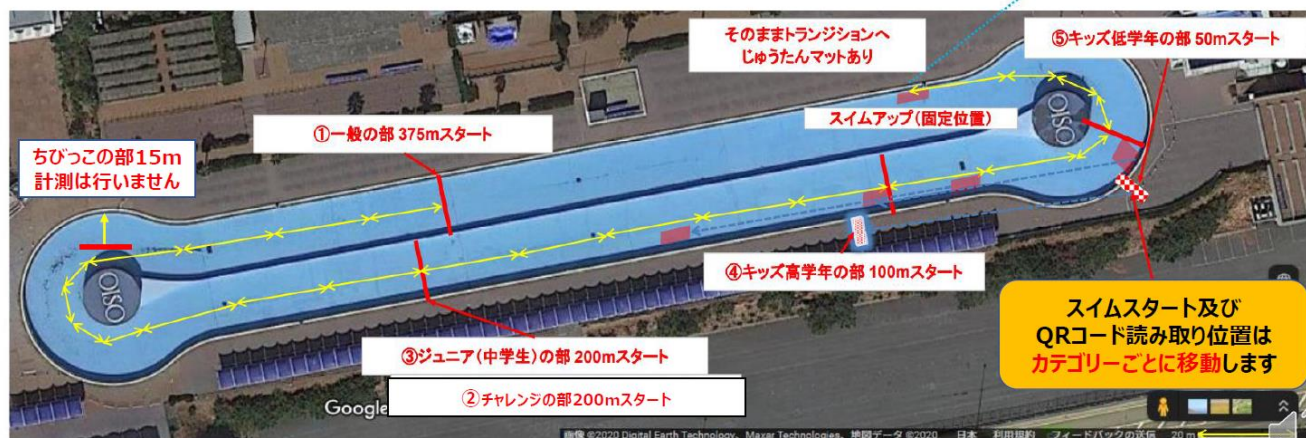
スイムスタート、及びアングルバンド配布場所

アングルバンド配布は、各スタート位置で行います
QRコードが外側になるように、選手が左足につけます

スイムアップ計測マットはトランジション入り口

参考 各カテゴリーのスイムスタート位置 *カテゴリー番号①～⑤は競技順とは異なります。:競技順は、⑤→④→③→②→①

⑤キッズ低学年の部 50m ④キッズ高学年の部 100m ③ジュニアの部 200m ② チャレンジの部 200m ①一般()の部 375m



8. 会場アクセス



大磯プリンスホテル・大磯ロングビーチ内特設会場

神奈川県中郡大磯町国府本郷 5 4 6

URL : <https://www.princehotels.co.jp/oiso/access/>

※上記会場(大磯ロングビーチ)への直接のお問合せはご遠慮ください。

手段	詳細
自動車	「小田原厚木有料道路」を利用の場合は、「大磯」インターチェンジから、国道 1 号線方面を目指して南下してください。国道 1 号線「国府新宿」交差点を左折し 800m ほど東進します。右側に「丸源ラーメン」がある「国府本郷」交差点を右折します。その後、会場のある大磯ロングビーチの「第一駐車場」にスタッフの指示に従ってお停めください。「第一駐車場」が満車の時はへお停めください。以前利用可能でした「第 3 駐車場」は今回も利用できませんのでご注意ください。また、「ボーリング場駐車場」及び「大磯プリンスホテル駐車場」も利用できません。(大磯プリンスホテル宿泊者を除く) - 国道 1 号線で横浜方面からこられる場合は、大磯駅前を通過し 2 km ほど西進します。左側に「丸源ラーメン」がある「国府本郷」交差点を左折します。以下、同上です。
自転車	国道 1 号線から上記「丸源ラーメン」がある「国府本郷」交差点を海側に向かい、大磯ロングビーチに入場してください。会場では乗車しないでください。
鉄道、バスなど	最寄り駅は、J R 東海道線の大磯駅、二宮駅です。

	駅前からバスが 20 分に 1 本程度の割合で出ています。会場の最寄りのバス停は、「中丸」、「国府新宿」です。 バス停から大磯ロングビーチまでは徒歩で約 10 分です。バス停近くには、「大磯ロングビーチ／大磯プリンスホテル」などの案内看板があります。
--	---



9. その他

1. 昼食

- ・軽食をご用意します。事前配布するトランジションバッグの中に「ランチ券」を同封していますので、駐車場への階段下のキッチンカーで引き替えてお受け取りください。
- ・ちびっこファミリーの部の伴走者の方には「ランチ券」をお渡ししません。ご自身で昼食の用意をお願いします。キッチンカーの販売数に限りがありますので事前の用意をお勧めします。
- ・キッチンカーではその他の飲み物などの販売もある予定です。ご利用ください。

2 問合せ

大磯ロングビーチ・ファミリートライアスロン大会事務局

〒224-0041 横浜市都筑区仲町台 5-7-5-601

TEL : 070-3236-2277 Email : Info@kn-tu.or.jp

J T U 競技規則 URL: <https://archive.jtu.or.jp/kyougikisoku/index.html>