



2025 横浜八景島トライアスロンフェスティバル 競技説明会

(一社) 神奈川県トライアスロン連合、横浜市トライアスロン協会



2025 横浜八景島トライアスロンフェスティバル 競技説明会

(一社) 神奈川県トライアスロン連合、横浜市トライアスロン協会

アスリートガイド（参加案内）は、
必ず事前に熟読してください



目次



1. 競技役員、審議委員の紹介
2. 参加に当たっての注意事項
3. 競技ルール等の注意事項
4. 会場へのアクセスと受付
5. 競技スケジュール
6. コースマップ
7. スイム
8. トランジション
9. バイク
10. ラン
11. フィニッシュ
12. ごみ捨てはNG
13. 最後に（前日セミナー）

競技役員、審議委員の紹介



- チームリーダー(TL) 浅野 拓哉
- 技術代表(TD) 中島 尚樹
- 副技術代表(aTD) 高田 友希
- 審判長(HR) 三品 喬弘

- 審議委員：
 - 中島 尚樹 (技術代表)
 - 渡邊 英夫 (神奈川県トライアスロン連合 副会長)
 - 高橋 寛 (大会事務局長)

参加に当たっての注意事項

【大会前の体調管理】

- 前日の飲酒は控え、睡眠を充分に取る。
- 体調が良くないと感じたら、無理をせずに参加を辞退する。

【競技中の体調管理】

- 自分のペースを守り、早めの水分や塩分の補給を心掛ける。
- 体調不良等により競技の続行に不安があれば、勇気をもって「スイムスキップ」や「リタイア」をする。
- 安全管理上、TO（審判員）または医師・看護師・救護スタッフがレース続行不可能と判断した場合は、競技者に対して競技を中止させることがある。



競技ルール等の注意事項



- 本大会は、トライアスロンジャパンの競技規則及び八景島大会ルールを適用する。
- 競技内容に変更がある場合は、審判長が当日の競技説明会で説明する。
- 参加案内に記載している競技コースを事前に確認すること。また、各種目における周回数は選手自身が責任を持って管理すること（周回不足は未完走となる）。
- 選手は第三者（他競技者、コーチ、応援者など）の援助・助力を受けて競技することはできない。
- 定められた場所（エイドステーション等）で、大会関係者から援助を受けることができる。
- 緊急時には救急車などの車両がコース内に入る事がある。
- 緊急時にはスタッフの指示に従い、競技を一時中断すること。
- 応援の方や競技中でない選手は競技コース内に進入することはできない。
- 選手の安全管理のため、競技中のヘッドホン・イヤホン・カメラの使用を禁止する。



会場へのアクセスと受付 (健康チェックシートの提出)



競技スケジュールと当日の流れ



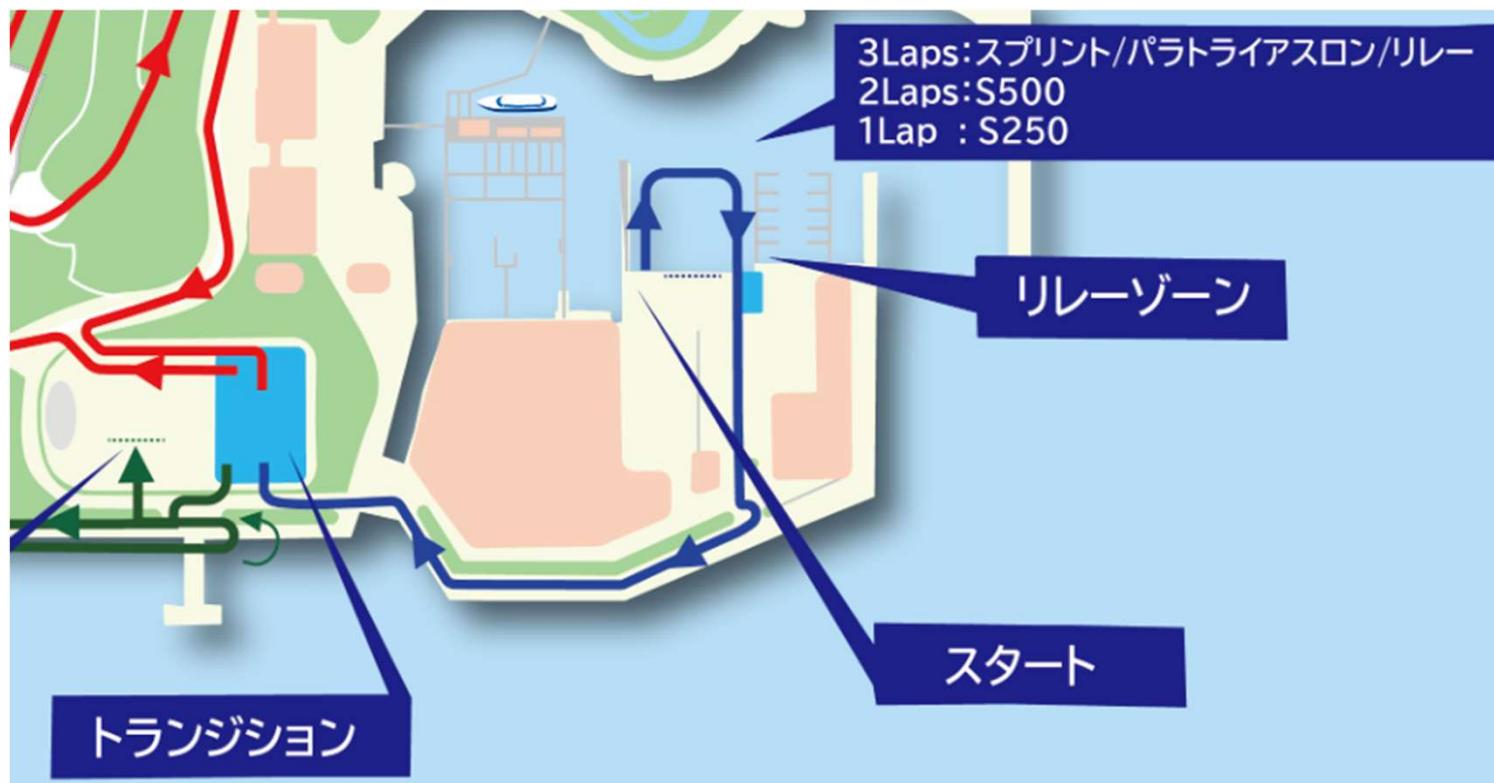
時間	内容	会場
04:00	駐車場オープン	海の公園駐車場
07:15	選手及び同伴者)入島開始時刻(一般来園者 8:30~)	八景島シーパラダイス
07:30-	トランジションエリアオープン	トランジションエリア
07:30-08:40	選手受付/問診チェック パラ 第1ウェーブ)	
07:30-09:00	選手受付/問診チェック Aグループ 第2~5ウェーブ)	イベント広場選手受付
08:45-10:20	選手受付/問診チェック Bグループ 第6~9ウェーブ)	
09:00-09:10	スタートセレモニー(開会式)	イベント広場
09:30-	交通規制開始(コース設置)	357号線他公道部分
09:00-9:20	スイムチェックイン 第1ウェーブ)	
09:20-	競技説明会/準備体操/スイムウォームアップ/入水チェック 第1ウェーブ)	
09:40-	第1ウェーブ パラトライアスロン・パラアクアスロン)	
09:20-09:40	スイムチェックイン 第2~5ウェーブ)	
09:40-	競技説明会/準備体操/スイムウォームアップ/入水チェック 第2~5ウェーブ)	
10:00-	第2ウェーブ スプリント男子10/20歳代・アクアスロン男子)	
10:10-	第3ウェーブ スプリント男子30/40歳代)	
10:20-	第4ウェーブ スプリント男子50歳代)	
10:30-	第5ウェーブ スプリント男子60/70/80歳代)	
10:40-11:00	スイムチェックイン 第6~9ウェーブ)	
11:00-	競技説明会/準備体操/スイムウォームアップ/入水チェック 第6~9ウェーブ)	八景島マリーナ
11:20-	第6ウェーブ スプリント女子・アクアスロン女子)	
11:30-	第7ウェーブ スプリントリレー)	
11:40-	第8ウェーブ スプリントS500)	
11:50-	第9ウェーブ スプリントS250)	
11:00-12:30	選手受付/問診チェック Cグループ 第10~11ウェーブ)	
12:50-13:10	スイムチェックイン 第10~11ウェーブ)	
13:10-	競技説明会/準備体操/スイムウォームアップ/入水チェック 第10~11ウェーブ)	
13:30-	第10ウェーブ ファミリーA・B)	
13:40-	第11ウェーブ ビアアクアスロンA・B)	
09:00-10:20	選手受付/問診チェック Dグループ(第12ウェーブ)	イベント広場選手受付
11:05-	競技説明会・準備体操(トランジション付近)	
11:20-	第12ウェーブ(デュアスロン)	
11:00-12:00	選手受付/問診チェック Dグループ(ジュニア・キッズデュアスロン)	イベント広場選手受付
12:45-	競技説明会・準備体操(トランジション付近)	
13:00-	第13ウェーブ ジュニアデュアスロン)	
13:20-	第14ウェーブ キッズデュアスロン)	
14:00	交通規制解除	357号線他公道部分
14:20	全競技終了	
14:20-	表彰式・じゃんけん大会・閉会式(予定)	イベント広場
-16:00	トランジションエリアクローズ	トランジションエリア

大会当日の流れ	
横浜・八景島シーパラダイス入島	7:15~入島可 ※リストバンド装着必須
トランジションオープン・準備	男・女・パーソナルブース有
選手受付	
荷物預かり	有料:500円
計測チップ受け取り	
準備体操	
スイムウォームアップ	トライアスロン・アクアスロンのみ
競技説明	
スタート	
フィニッシュ・計測チップ返却	
表彰式	対象者のみ
トランジションクローズ	~16:00
リザルト	9/29(月)HP掲載予定



コースマップ

スプリントディスタンストライアスロン (スイム)



スプリントディスタンストライアスロン (バイク、ラン)

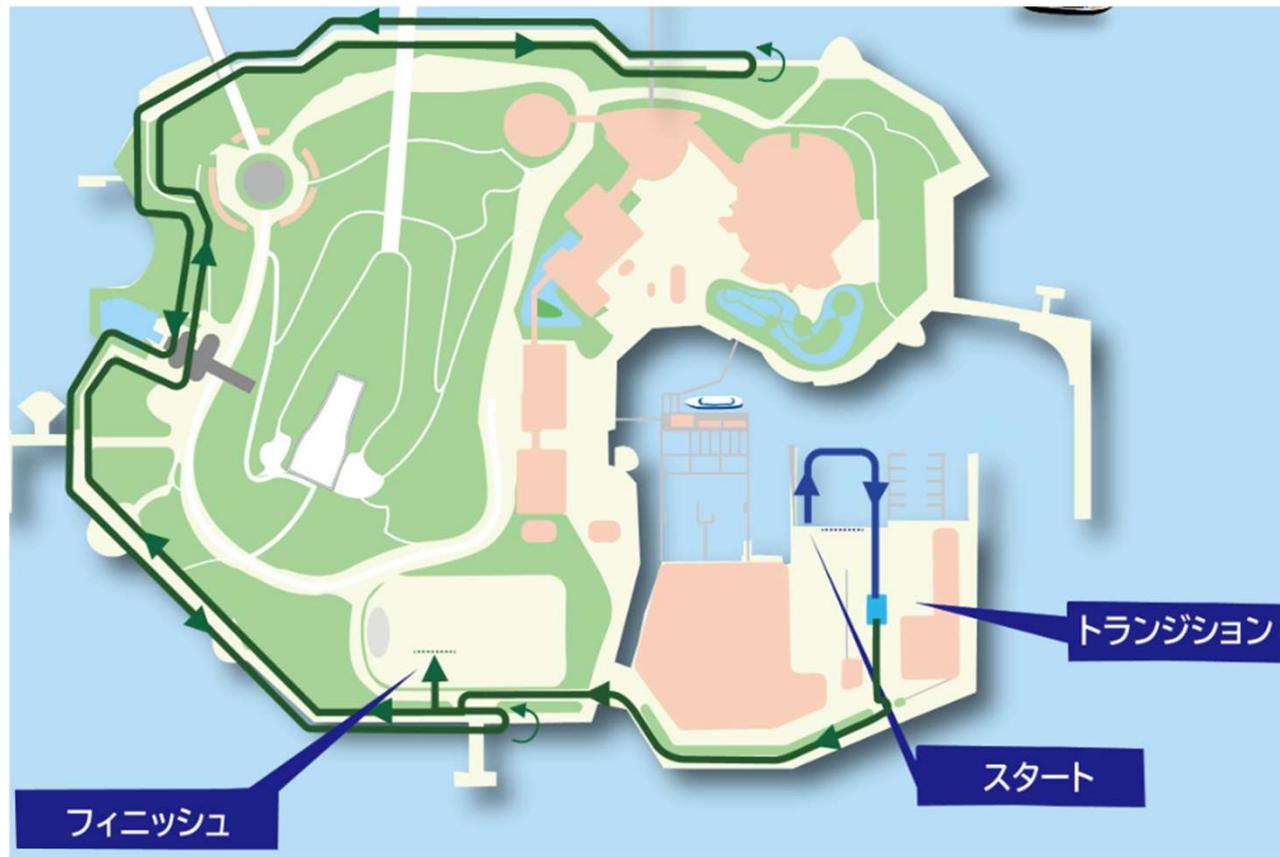
バイク



ラン



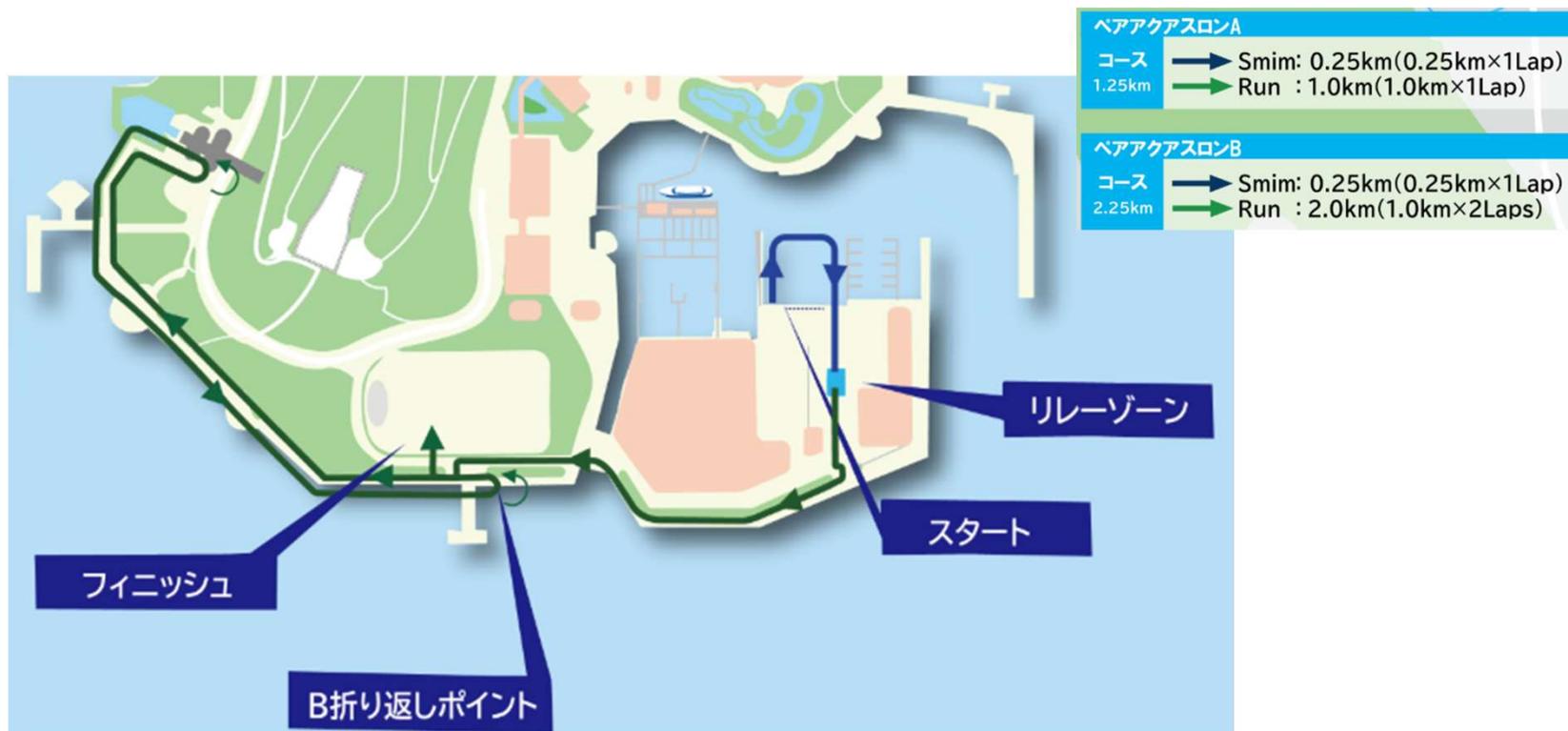
アクアスロン／パラアクアスロン (スイム、ラン)



→ Swim: 0.75km (0.25km × 3 Laps)
→ Run : 5.0km (2.5km × 2 Laps)



ペアアクアスロンA/B



ファミリートライアスロンA/B



ファミリートライアスロンA	
コース	→ Swim: 0.25km(0.25km×1Lap)
2.35km	→ Bike : 1.1km(1.1km×1Lap)
	→ Run : 1.0km(1.0km×1Lap)
	※ファミリーと一緒に走ります。

ファミリートライアスロンB	
コース	→ Swim: 0.25km(0.25km×1Lap)
3.45km	→ Bike : 1.1km(1.1km×2Laps)
	→ Run : 1.0km(1.0km×1Lap)
	※ファミリーと一緒に走ります。



デュアスロン



バイク



ラン



ジュニアデュアスロン

バイク



ラン

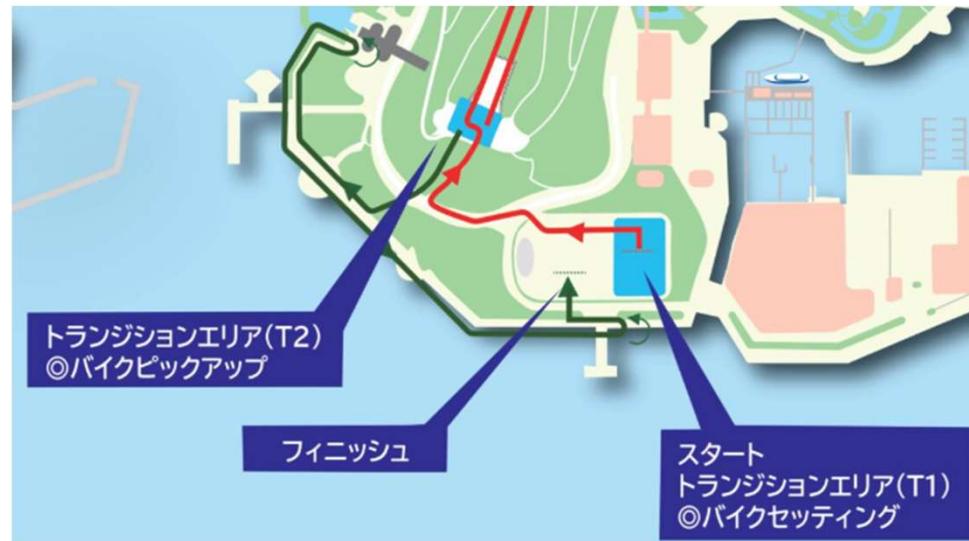


キッズデュアスロン

バイク



ラン





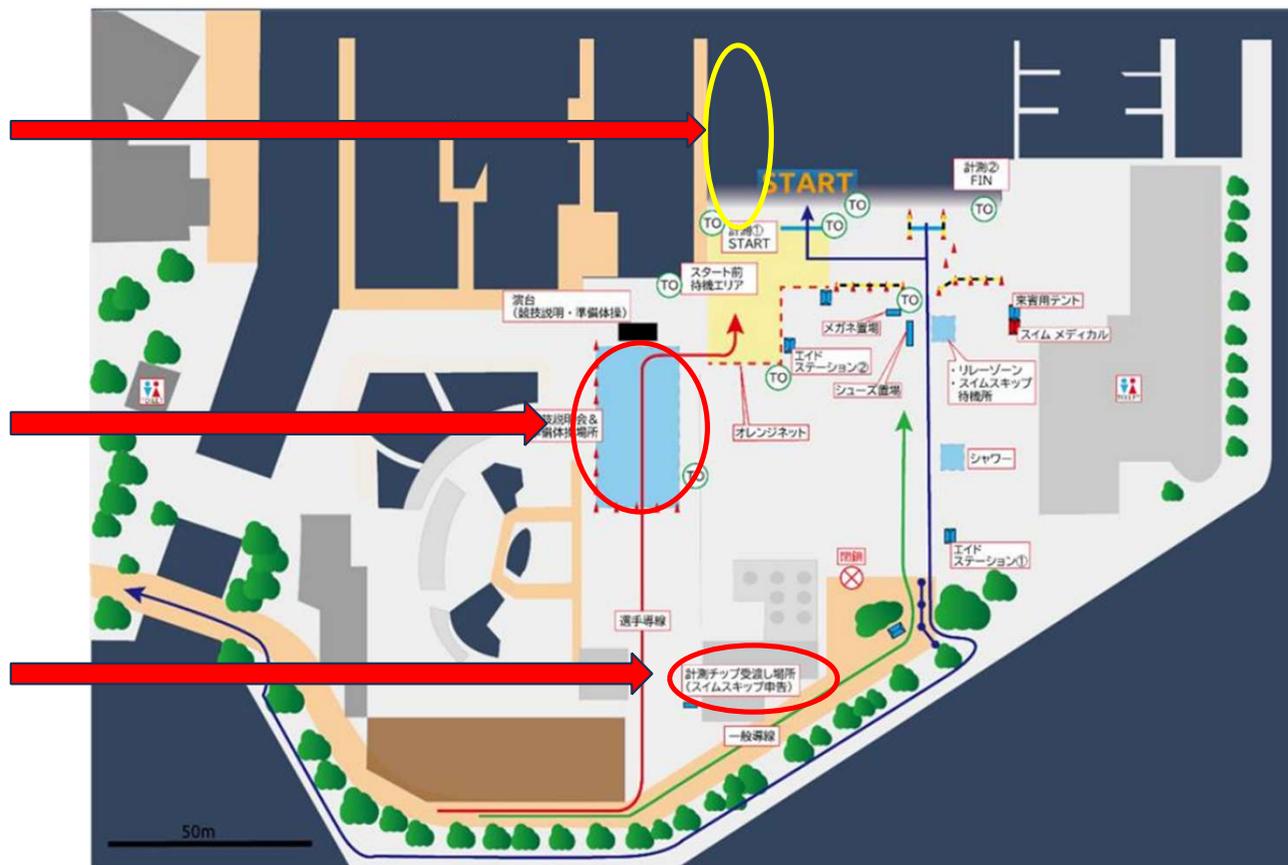
スイム

スタート時の招集場所 (トライアスロン、アクアスロン)

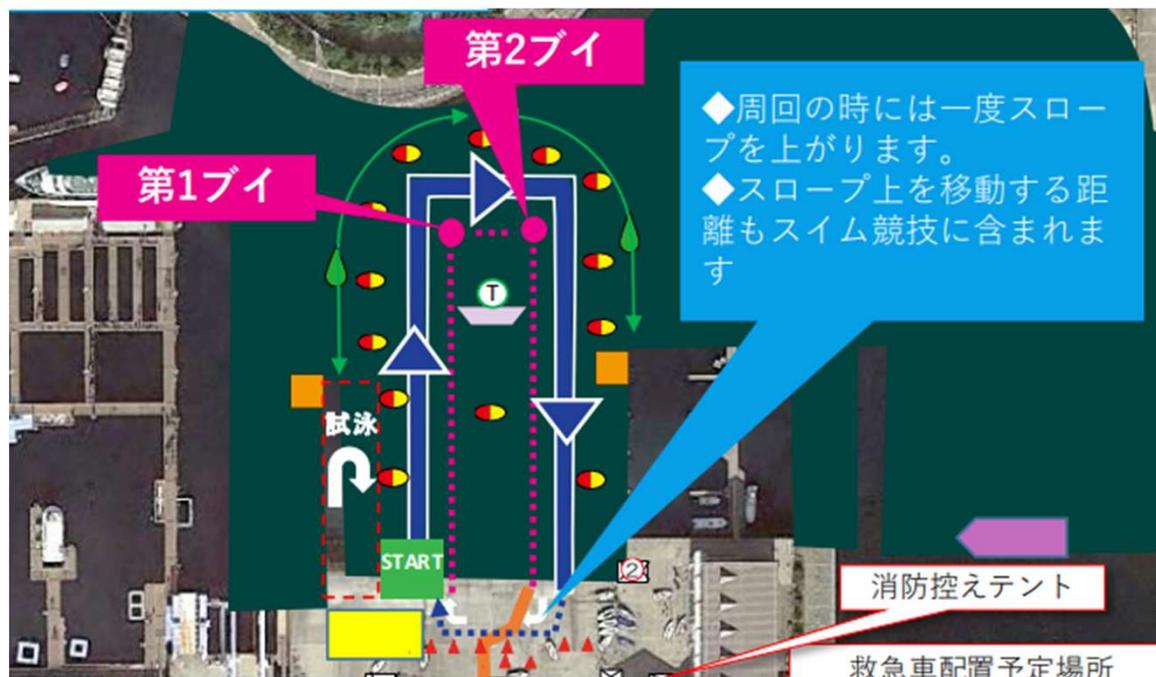
スイムウォームアップ
(試泳)

競技説明
準備体操

計測チップ受取場所



スイムコース



- ◆ スプリント
パラトライアスロン
リレー →250m×3周回
- ◆ スプリントS500
アクアスロン →250m×2周回
- ◆ スプリントS250
ペアアクアスロン
ファミリートライアスロン →250m×1周回

スイム注意事項

- 計測チップ : 着用の確認。
- ウェットスーツ : 着用義務。
- スイムキャップ : ウェーブ毎に配色。
- ウォームアップ : **必須**（指定された時間に試泳）。
- スタート方法 : 5人ずつ、5秒毎の「ローリングスタート」。
- 整列 : 同じウェーブ内で申告タイムの早い順。
- 周回 : 時計回り、周回毎に一度スロープに上がり、再入水。
但し、パラトライアスロンはスロープに上がらず、
周回。
- レスチューブ : 装着可。



スイムスキップ制度について

- ・スイム競技を行わず、バイクから(アクアスロンはランから)競技に参加する制度。
- ・競技開始前、スイムウォームアップ後、スイム競技中において、選手自ら申し出により、スイム競技をスキップし、次の競技に進むことが可能。
- ・各スタートウェーブのスイムスキップ受付時間(競技開始前)は下記の通り。

申告タイミング
① 選手受付・健康相談
② 計測チップ受取時
③ スイムウォームアップ後
④ 競技中

グループ	一斉スタート時間	スタート場所
A	10:55	スイムフィニッシュ シュ付近
B	12:15	
C	13:45	

※記録は参考(SKIP)となります。順位はつきません。

- ・スキップした場合の記録は、参考記録扱いとなり、表彰対象外となる。
- ・医師による健康相談の結果や、競技中の選手の様子によって、スイムスキップを勧める事がある。



トランジションエリア

バイクチェックイン／チェックアウト

- バイクチェックイン : 入口でバイクチェックを受ける。
- バイクチェックアウト : レースナンバー及びリストバンドを確認する。



トランジション オープン

今大会より7:30-16:00の間、
常時オープンとなりました！



両側から互い違いにかける方式です。

ご自身の競技用具は、
通路にはみ出さないように
置いてください



※トランジションオープン時間：7時30分～16時（常時オープン）

トランジションエリア内の注意事項



【準備時】

- エリア内は原則、選手以外立入禁止。
- エリア内では、バイクの乗車は禁止。
- バイクは、自身と同じ番号が貼ってあるバイクラックに掛ける。

【競技時】

- スイム後、ウェットスーツをラックに掛けてはいけません。
- バイク競技スタート時：
 - 先にヘルメットを被り、ストラップを締めて、バイクをラックから外す。
 - バイク乗車は、トランジションを出て、マウント（乗車）ラインを越えてから。
- バイク競技終了時：
 - バイクをラックに掛けた後、ヘルメットのストラップを外す。
 - バイク降車は、トランジション手前のデismount（降車）ラインの前で。



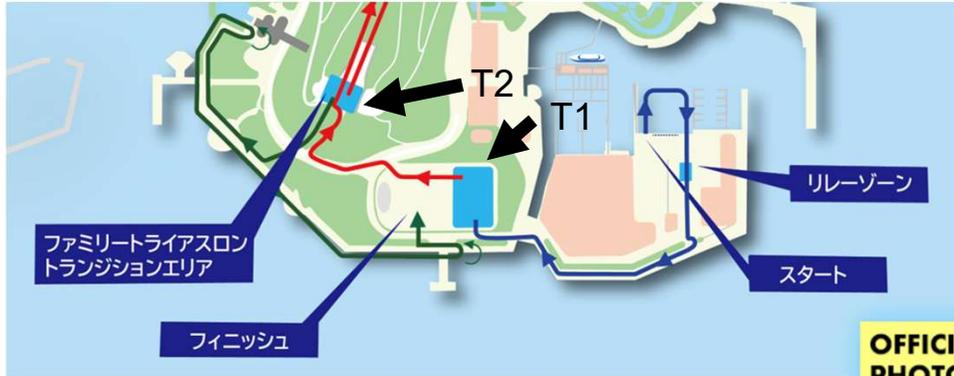
ファミリートライアスロンのトランジション

【T1（メイン会場側）】

お子様のバイク、ヘルメット、ファミリーのランで使用する備品（ランシューズや帽子等）を準備。

【T2（バイク周回地点付近側）】

バイク競技を終えたバイク、ヘルメットを置く。
バイク競技を終えたバイクとヘルメットも、T2へ置いておく。



- ・ 保護者がスイムアップ後、T1でお子様のバイク競技を見送る。
- ・ 保護者自身のウェットスーツを脱ぎ、ランの準備を行い、T2へ向かう。
- ・ お子様のランで、シューズや帽子等が必要な場合、保護者がT1からT2へ運ぶ。

キッズデュアスロンのトランジション



【T1（メイン会場側）】
お子様のバイク、ヘルメットを準備。

【T2（バイク周回地点付近側）】
お子様のランシューズ、帽子等を準備。
バイク競技を終えたバイク、ヘルメットを置く。
バイク競技を終えたバイクとヘルメットも、
T2へ置いておく。

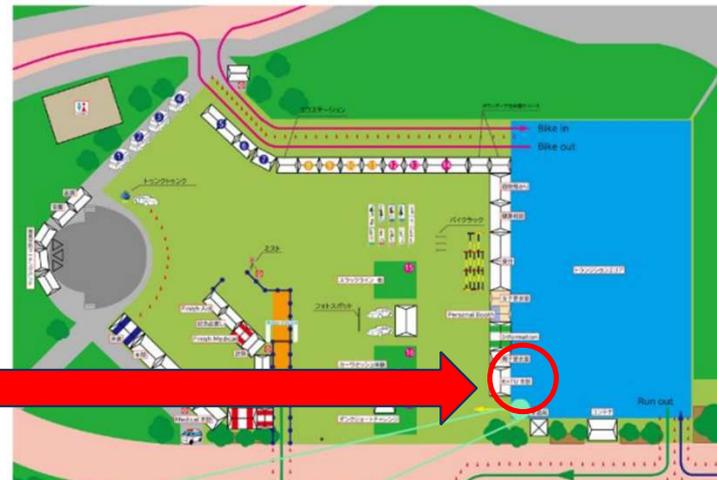




バイク

スタート時の招集場所 (デュアスロン、ジュニアデュアスロン、キッズデュアスロン)

計測チップ受取場所
競技説明
準備体操



右写真のように足首に装着します。



競技説明までに
計測チップを受け取ってください！

バイクの注意事項

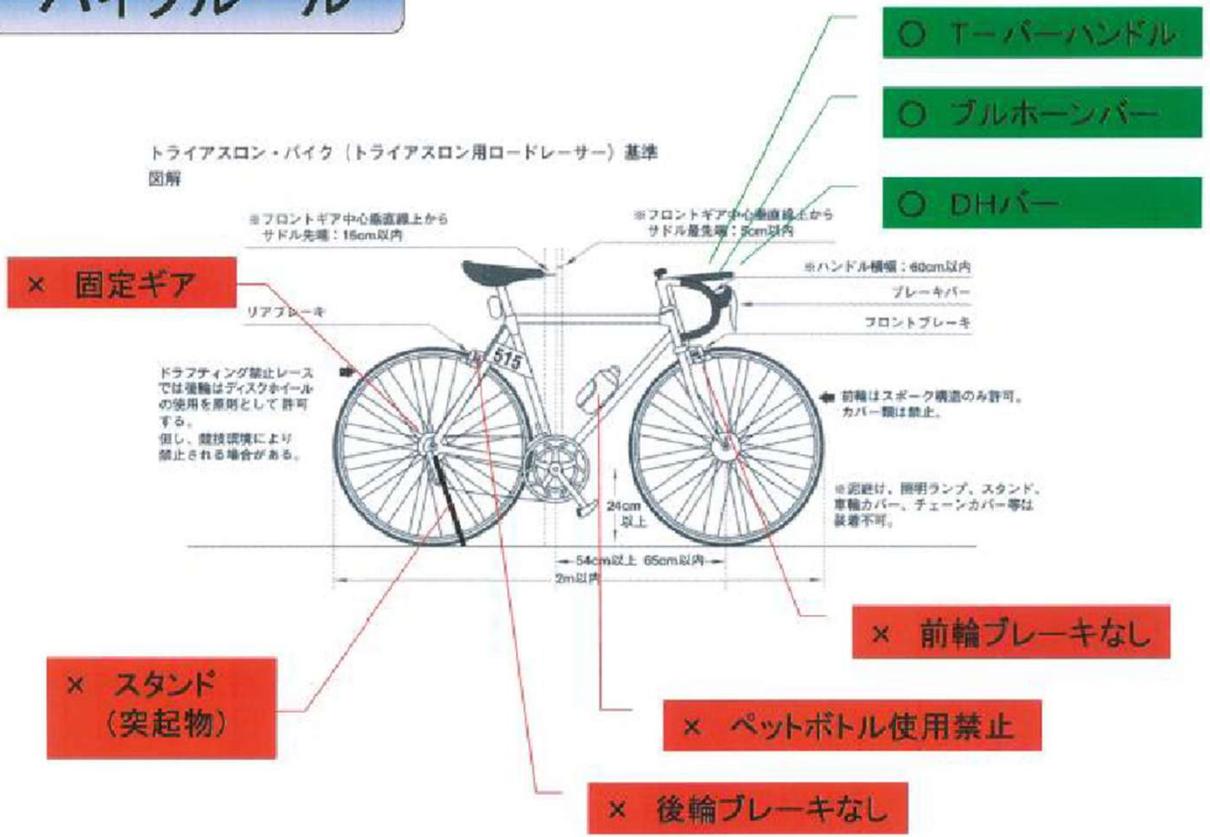
- レース当日は試走なし。
- 周回不足は未完走とする。
※サイクルコンピュータの装着を推奨。
- バイク競技の関門時間は13:20。
※この時間以降、次の周回に入ることができない。
- バイク競技中はレースナンバーを背中側に装着する。
- バイク競技開始時はマウントラインを越えてからバイクに乗り、終了時はディスマウントラインの手前でバイクから降りる。
- バイクコースの逆走は禁止。



バイク仕様とヘルメット



バイクルール



競技自転車用ヘルメット



通学自転車用ヘルメット



工事用ヘルメット

ドラフティング走行は禁止

- ・ ドラフティングエリアには追い越し以外は入れない
(エリアは前方 12m×左右規制なし：トライアスロンジャパンルール)
- ・ 産業振興センター前交差点折り返し、団体バス発着所折り返しでは追い越し禁止、減速して走行すること



バイクスキップ制度の適用 (リレー、ファミリートライアスロン)

- ・リレーのスキップ制度を認める。
- ・リレーメンバーの体調不良や制限時間のオーバー、メカトラブルなど、残りのメンバーによるレースの継続を希望する場合、リレーゾーン担当のテクニカルオフィシャル(審判員)に申し出ることによりスキップ制度(バイクまたはランからレース再開)が認める。
- ・スキップ制度を利用した場合の記録は、参考記録(SKIP)扱いとなる。

スキップをする状況	受付場所	スタート場所	スタート時間
スイムをスキップ (DNS) (スイム選手がスキップ・欠席)	スイム召集エリア スキップ受付	スイム会場リレーゾーン (スイムスキップ待機所)	12:20
スイムでリタイア (DNF) (スイム選手リタイア)	(TOから連絡あり)		
バイクをスキップ (DNS) (バイク選手がスキップ・欠席)	トランジションエリア	トランジションエリア リレーゾーン	13:20
バイクでリタイア (DNF) (バイク選手リタイア)	トランジションエリア (TOから連絡あり)		



ラン



ランの注意事項



- レースナンバーは常に前から見えるように着用。
- 上半身裸は禁止。
- 裸足は禁止。
- かかと部を固定できるサンダルやワラージは可。但し、バイク競技においては禁止。
- 原則左側通行、追い越す場合は一声かけて右側から追い抜くこと。



フィニッシュ

フィニッシュの注意事項

- ・ 同伴フィニッシュの可否：

同伴フィニッシュ	可／不可
スプリントトライアスロン／スプリントS500／S250	不可
アクアスロン/デュアスロン	
スプリントリレー／ファミリートライアスロン	可
パラトライアスロン／パラアクアスロン	
ペアアクアスロン	

- ・ サングラスは上げる。
- ・ レースナンバーは前にする。
- ・ フロントジッパーは閉める。
- ・ 計測チップは自身で外し、回収ボックスに入れる。

ごみ捨てはNG



来年以降も大会が開催できるように、コース上に
飲んだり、食べたりした後のごみは捨てない



最後に（前日セミナー）



①前日セミナー

時間	14:00～14:30 1回目 14:30～15:00 2回目 15:00～15:30 3回目 ※English ver
場所	海の公園会議室
講師	横浜市トライアスロン協会TO（審判員）
料金	無料
定員	各回40～50名
内容	<ul style="list-style-type: none">・コースの注意点、レースでのワンポイントアドバイス・スイム時の危機回避方法・熱中症予防など

②会場下見ツアー

時間	13:00～14:30 1回目 14:30～16:00 2回目
場所	大会コースの一部（集合場所：海の公園会議室）
講師	横浜市トライアスロン協会TO（審判員）
料金	無料
定員	各回40～50名
内容	<ul style="list-style-type: none">・スイム会場下見・バイク・ランコースの特徴・トランジション見学・注意すべきことなど

③オープンスイムセミナー

日時	9月27日（土）9:30～11:45
場所	海の公園柴口海岸（最寄り駅：シーサイドライン「海の公園柴口」）
主催	横浜市トライアスロン協会
講師	横浜市トライアスロン協会TO（審判員）
料金	神奈川県トライアスロン連合会員の方：2,500円 JTU非会員または神奈川県トライアスロン連合以外の会員の方：3,000円 ※参加費は当日の受付時に徴収します。
定員	先着30名
内容	<ul style="list-style-type: none">・緊急時の安全確保の方法・ヘッドアップやブイのターンなどのオープンウォーター、スイム基礎技術のトレーニング・ウエットスーツのスムーズな着脱方法・模擬レース体験

④前日相談コーナー

日時	9月27日（土）13時～16時
場所	海の公園会議室前デスク
対応者	横浜市トライアスロン協会TO
内容	競技ルールで不明なこと、大会前に確認しておきたいこと、不安なことなど
その他	混雑状況により、時間制限をする場合があります。 予約はできません。当日、会場にお越しいただき、順番に受付けます。

Good luck and have fun!!

