
第 21 回

大磯ロングビーチ・湘南ファミリートライアスロン大会

競技運営マニュアル

【TO(テクニカル・オフィシャル)用】

Ver.3

作成者 TL 中島尚樹

作成日 2026 年 6 月 13 日

目次

1.競技運営体制	3
2.TO 集合時間・場所	3
3.競技カテゴリー	4
4.制限時間.....	4
5.大会スケジュール	5
6.ドレスコード・持ち物	6
7.その他共通事項	6
(1) TO 心得.....	6
(2) 緊急時対応.....	6
(3) ファミリー志向大会の注意点.....	7
(4) ちびっこファミリーの部	7
(5) 小学生の部.....	7
(6) その他注意事項	8
8.TO 業務.....	8
(1) 共通	8
(2) 審判長（HR）	9
(3) スイム担当.....	9
(4) バイク担当.....	9
(5) ラン担当	10
(6) トランジション担当	11
(7) フィニッシュ担当	12
(8) パラ選手対応.....	12

1. 競技運営体制

大会会長：中山 俊行

大会副会長：渡邉 英夫

大会実行委員長：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)：中島 尚樹

技術代表(TD)：松本 明子

審判長(HR)：岡田 展生

大会プロデューサー（PD）：海野 浩

2. TO 集合時間・場所

競技開催日：

2025 年 6 月 28 日(日)

集合時間：

5:00 大会実行委員長・RD・PD・TL・TD・HR・本部

6:00 その他 TO

6:10 TO ミーティング

6:20 設営

集合場所：

フィニッシュ付近

※当日の緊急連絡先 :080-5029-6979 (中島)

3.競技カテゴリー

No	カテゴリー	総距離	スイム	バイク	ラン
1	一般 チーム対抗	12.875km	375m	10km (1.43km×7周)	2.5km (1.25km×2周)
2	アクアスロン	2.875km	375m	—	2.5km (1.25km×2周)
3	デュアスロン パラデュアスロン	12.5km	—	10km (1.43km×7周)	2.5km (1.25km×2周)
4	中学生	9.7km	200m	7.5km (1.5km×5周)	2km (1km×2周)
5	小学5・6年生男・女・ ファミリー&フレンドリ ー	6.15km	150m	4.5km (1.5km×3周)	1.5km (0.75km×2周)
6	小学3・4年生男・女・ ファミリー&フレンドリ ー	4.1km	100m	3km (1.5km×2周)	1km (1km×1周)
7	小学1・2年生男・女・ ファミリー&フレンドリ ー	2.55km	50m	1.5km (1.5km×1周)	1km (1km×1周)
8	ちびっこファミリー(未就 学児)	215m	15m	150m	50m

4.制限時間

No	カテゴリー	スイム	バイク	ラン
1	一般・チーム対抗の部	スタート後 30 分	スタート後 1 時間	スタート後 1.5 時間
2	アクアスロンの部	スタート後 30 分	—	スタート後 1 時間
3	デュアスロンの部	—	スタート後 1 時間	スタート後 1 時間
4	中学生の部 小学5・6年生の部 小学3・4年生の部 小学1・2年生の部 小学生ファミリー & フレンドリーの部	スタート後 15 分	スタート後 45 分	スタート後 1 時間
5	ちびっこファミリーの部	—	—	—

※ 競技継続意思がある選手に対し、無線等を活用し TO 同士連携しながら、なるべく完走に向けて臨機応変に対応してください。

5.大会スケジュール

時間	内容	ナンバー		集合時間
		番号	色	
7:00	駐車場オープン ※駐車場はバイクコースでも使用します。徐行で奥から詰めて駐車してください。			
7:30~10:45	受付 (下記記載の各カテゴリーのスタート1時間前までに受付を完了してください)			
7:50~8:20	バイク試走 ※ちびっこファミリーの部は試走なし。 ※複数カテゴリー混在での試走です。ゆっくり安全走行してください!			
8:30~8:35	開会式 (参加任意)			
	競技説明 WEB 説明資料及び動画を必ずご確認ください。			
9:00~	小学1・2年生(男子・女子・ファミリー&フレンドリレー)スタート [*1]	101~145(男子) 146~170(女子) 201~209(リレー)	赤	8:50
9:20~	小学3・4年生(男子・女子・ファミリー&フレンドリレー)スタート [*1]		青	9:10
9:50~	小学5・6年生(男子)スタート [*1]	301~350(男子)	緑	9:40
10:10~	小学5・6年生(女子・ファミリー&フレンドリレー)スタート [*1]	351~379(女子) 401~407(リレー)		10:00
10:30~	中学生スタート [*1]	501~521	赤	10:20
11:15~	ちびっこファミリースタート[*2]	1~59	黒	11:00
11:45~	一般・チーム対抗・	701~749	黒	11:35
	デュアスロン スタート [*1]			
11:45~	アクアスロン スタート [*1]		赤	
12:25~	パラデュアスロン スタート [*1]		黒	12:15
12:00~	表彰式 小学生・ファミリー&フレンドリレー・中学生			
13:00 ~	表彰式 一般・チーム対抗・アクアスロン・デュアスロン			

6. ドレスコード・持ち物

- ・ JTU 公認審判員(白黒)ポロシャツ、黒のスラックスまたは膝上半ズボンを着用。
- ・ 帽子は JTU 公認白帽子を着用。
- ・ 靴は黒で動きやすいシューズ着用。
- ・ 雨天の際、傘の使用は不可、JTU 公認審判員ポロシャツの上に透明のレインコートあるいは、同ポロシャツの下に黒 または、白のレインウェアを着用のこと。
- ・ ルールブック・公認審判員資格証、ホイッスル、筆記用具、携帯電話等
- ・ 公認ポロシャツを持っていない方には当日貸し出し用を用意してお渡しします。
- ・ 公認白帽子を持っていない方は白か黒の帽子をご自身にてご用意ください。
- ・ (帽子をかぶらなくても OK ですが、天気がいい場合は熱中症対策に必要です。)
- ・ 紫外線対策として TO 業務におけるサングラス(紫外線、UV カット) 使用を推奨します。
- ・ 配置や担当業務、TPO (*time (時)・place (場所)・occasion (場合)) に合わせ選手やボランティア、観客と直接対面して話す時は外す (目が見える状態で話す)、など。

7. その他共通事項

(1) TO 心得

<TO は尋ねられる>

- ・ カテゴリーごとのスタート地点、折返し地点、周回数・集合時間
- ・ 受付、救護、本部、トイレ、更衣室、待機場所
- ・ その他大会募集要項、選手最終要項はよく読んでおく。

<TO は見られている>

- ・ 挨拶を率先して行いましょう。業務以外の写真撮影は禁止。
- ・ 持ち場で起こりえる、トラブル、対処について事前にシミュレーションをする。

(2) 緊急時対応

- ・ 安全は全てに優先します。
- ・ 傷病者を発見した場合は、他の選手への 2 次災害防止措置を速やかに行う。
- ・ レースナンバー、選手の状態(意識、ケガの状況)、場所、時間を大会本部へ連絡する。
- ・ 意識がない、出血多量等、重症な場合は速やかに本部へ連絡する。
- ・ 意識かがなく、呼吸も止まっている場合は、119 番通報し、本部へ無線連絡する。

(傍の TO と役割分担が望ましい)

- ・ 救急車到着まで、速やかに救命心肺蘇生(CPR)処置を行う。
- ・ 感染防止対策のため 人口呼吸 MM 法は行なわず心臓マッサージと AED のみとする。
- ・ 地震発生時、津波警報が発令された場合、大磯プリンスホテルへ避難(選手誘導)する。

[連絡先] 無線:大会本部 または 090-8485-0022 (杉浦 真由美)

(3) ファミリー志向大会の注意点

- ・ 質問には、丁寧に回答する。
- ・ 迷っている選手には、積極的に声掛けを、ルールを知らない選手には丁寧に説明する。
- ・ キッズの部では、保護者に回答するのではなくキッズへ向けて回答するようにする。
- ・ 選手、保護者、応援者をコントロールし、トラブルの無いように留意する。
- ・ キッズのスポーツに対する自主性がはぐくまれるように、保護者に対して丁寧に説明する。
- ・ 初心者の方のフィニッシュを積極的にサポートする。
- ・ 遅い選手が競技を続けていて本人に完走の希望がある場合 TD、HR へ連絡し、相談の上安全が確保される範囲で競技を継続させ、フィニッシュへ導くようにする。

(4) ちびっこファミリーの部

- ・ 選手、伴走者、応援者すべての方に楽しんでいただくカテゴリーです。TO も笑顔で対応お願いします。
 - ・ チーフ以外の手空きの TO は全員運営のお手伝いをお願いします。
 - 水中スタート待機、スイムフィニッシュエリアの整理(密集調整) ⇒スイム担当
 - のりものスタート地点誘導(乗り物+ちびっこ&伴走者+応援者) ⇒スイム担当
 - ・ ランコースのコーンとバーでランジションを設営する。
 - ・ 選手・同伴保護者以外のコースへの立ち入りを抑制する。(動画撮影者など)
 - コース監視 ⇒ラン担当
 - 乗り物下車地点での乗り物整理 ⇒ラン担当、ボランティア
- 保護者の伴走の際も上半身裸はお控えいただく

(5) 小学生の部

- ・ 小学生選手でも自立した一人の競技者として対応。
- ・ バイクセッティングについても、競技ルールについてもわかりやすく説明する。
- ・ 一貫した審判員の姿勢で、保護者には毅然と対応していく。
- ・ 万一 熱くなりすぎて選手をどなりつけたり、けなしたりしている保護者がいる場合には、穏やか

に応援、励ましをするよう笑顔で要請する。他の子供たちにまで恐怖を与える危険もある。

- ・ レース中の注意喚起は、具体的にわかりやすい言葉を使う。

(6) その他注意事項

- ・ ウェットスーツ着用可(なしでも OK)。
- ・ 競技者以外のトランジションエリア内への立入禁止(ご家族、応援者入場不可)
- ・ バイク競技でのペットボトル使用禁止。(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(トランジション, バイクの審判員が判断))
- ・ 競技者の競技中の撮影行為(オンボードカメラ等)やヘッドホン使用の禁止。
- ・ ラン競技、バイク競技では、自分自身と他者も安全で、公序良俗を乱さない範囲で、キャラクター帽子やコスチュームなどの仮装も OK とします。

8.TO 業務

(1) 共通

① TO ミーティングに基本全員参加のこと

- ・ 公共交通機関始発発都合等で遅れる場合は、事前連絡。
- ・ 突発的遅延も電話で本部へ連絡。

1) 朝会場到着後 TO ミーティングまで各パート設営実施。

2) 競技前(6:30~)の TO ミーティングへの参加(留意点等の確認)

3) 競技終了後の TO ミーティングへの参加(審判結果報告)

② 競技関連

1) 注意・警告に該当するルール違反選手については、内容・レースナンバー・時間・場所・ウエア、バイクの特徴を記録し、HR に報告し裁定を仰ぐ。

2) ちびっこを除きアンクルバンドで計測を行う。レース中の周回数は自己責任とし回答しない。その旨指導する。

3) リタイア時は、健康状態を確認・救護を優先する。アンクルバンドを回収し、レースナンバーと理由をチーフ経由で本部へ速報する。アンクルバンドは空き時間に本部へ返却する。

※アンクルバンドを携帯した TO は計測マットには近づかないこと。

4) JTU 競技規則及び大会ローカルルールに準ずる。

(2) 審判長 (HR)

- ① TO の統括
- ② TO ミーティングの招集と統括
- ③ 競技説明会
- ④ スターター
- ⑤ 記録の確認及び承認。疑義ある場合、該当選手を呼び確認。
- ⑥ 警告・失格の裁定・公表。

(3) スイム担当

<準備>

- ① レース 1 時間前の水温・気温計測・本部連絡
- ② 各カテゴリスタート位置のマーキング

<レース業務>

- ① 招集→アンクルバンド配布→整列→簡易説明→アンクルバンド確認→ローリングスタート
- ② ローリングスタート時、入水前にネオさんがアンクルバンドを読み込む。TO はスタート指示。
- ③ 出水選手人数確認
- ④ スイム選手の安全観察・支援
- ⑤ 必要に応じてスイムフィニッシュ地点での上陸支援
- ⑥ トランジションまでの陸上コースコントロール（観客との交錯など）

<注意事項>

- ① 長時間水中での活動をする TO は、水着・ウェットスーツ・ゴーグルなど用意する。
- ② ウェットスーツを着用する担当は、ウェットスーツの上に TO シャツを着用する。

(4) バイク担当

<準備>

- ① 中学生終了後、折返し地点の迅速な変更が必要なため、予め準備設営をする。1 周 1.5Km⇒1.43Km(70m 減)
- ② できるだけ距離を確保するコース設営をする。
- ③ コース路面の確認、対処を行う。(砂利・ゴミの排除。路面陥没の養生・コース回避)
- ④ 駐車場奥折返し地点に定点 TO 配置し車両誘導。

<レース業務>

- ① バイクコースと選手用駐車場の導線確保・安全を図る。

② 試走の先導 ゆっくり先導する。

③ 駐車場位置への車の誘導（レース開始後は別途誘導担当を配置予定）

④ バイク先導、最後尾、移動監視。

⑤ 危険箇所（折返しなど）での選手誘導・スローダウン呼びかけ。

⑥ 危険走行、ドラフティング、キープレフトのチェック

⑦ 事故対応・リタイア選手対応

⑧ 観客および駐車場への歩行者のコントロール。

⑨ 落車、トラブルなどによりバイクをコース脇において、治療などのためにコースから離脱する場合は、離脱した地点から再開することができるものとする。ただし、次のレースが始まっているなどにより時間的、物理的に対応が困難な場合は DNF となる。（HR に判断を求める）

~~⑩ バイク試走していただくことを推奨する。~~

<注意事項>

① 先導・最後尾・移動監視用等に、担当者を決め当日に各自バイク・ヘルメットを準備・持参する。

② キッズ高学年は、周回違いを防止するためできるだけ2周続けて先導する。？

(5) ラン担当

<準備>

① 小学 3-4 年終了後、折返し地点の迅速な変更が必要なため、予め準備設営をする。1.0Km⇒0.75Km(250m 減・折返し地点等移動)。

② 小学 5-6 年終了後、折返し地点の迅速な変更が必要なため、予め準備設営をする。0.75Km⇒1.0Km(250m 増・折返し地点等移動)。

③ 中学終了後、折返し地点の迅速な変更が必要なため、予め準備設営をする。
1.0Km⇒1.25Km(250m 増・折返し地点等移動)。

~~④ 監視 TO が少ないことから、センターラインのコーンにビニールひもを渡す等によりショートカットを防止する。~~

⑤ 子供の目線は低いため、きめ細かくガムテープでのコース表示。

<レース業務>

① ラン先導・最後尾・移動監視

② 選手・観客の誘導

・プリンスホテル一般客のプールエリア散策者もあり。

③ ナンバーカード表示（ランは前）注意

- ④ 体調不良・リタイア選手の確認

<注意事項>

- ① 先導・最後尾・移動監視用に、担当者を決め当日に各自バイク・ヘルメットを準備・持参する。
- ② 選手ウエアの前ファスナーは下端まで下げられる。ただしフィニッシュの100m手前からは上げる。(2025年のルール改定)

(6) トランジション担当

<準備>

- ① トランジション設営の確認と微調整
- ② リレーゾーンの確認（なければ設営）

- ③ 今年から常時オープン

<車検セッティング時>

- ① 車検時がたつき・ブレーキの効きの確認
- ② ヘルメット・ストラップの有効性確認
- ③ ペットボトル装着禁止（ペットボトル専用ケージで、飲む際にキャップ脱着の必要がない場合は可）
- ④ 保護者のトランジ内立ち入りの制止
- ⑤ バイクセッティングの向きの指導
- ⑥ バイクラックへの目印設置は禁止

<レース業務>

- ① ヘルメット・ストラップ着用の後、バイクをおろしているかを監視。注意。
- ② ヘルメット・ストラップ着用の監視。注意。
- ③ エリア内でのバイク乗車禁止の徹底。
- ④ レースウェア・レースナンバー表示の指導。
- ⑤ バイク乗車ライン・降車ラインでの注意、警告。
- ⑥ 親子の部リレー引き継ぎの対応。
- ⑦ 体調不良・リタイア選手の確認と連絡
- ⑧ 最終選手の確認とスタート報告（次パートへの伝達・引継ぎ）
- ⑨ デュアスロン スタート対応 ※別添資料参照

<バイクピックアップ時>

- ① バイクピックアップ時にレースナンバー確認
レースナンバーを証明するものを持参すること。（選手説明資料で注意喚起する）

(7) フィニッシュ担当

<準備>

- ① エイドステーション・フィニッシュエリアの運用（ボランティアへの指導）

<レース業務>

- ① 接戦の場合の着順判定
- ② フィニッシュテープの対応
- ③ フィニッシュ時のレースナンバー表示・サングラスを外すことを指導
- ④ フィニッシュ後のアンクルバンド回収
- ⑤ フィニッシュ後の導線確保。観客誘導・人溜まりへの注意
- ⑥ フィニッシュ＆ラン エイド対応（コップ並べとコップへの給水。塩タブ配備。）
- ⑦ 選手の体調確認
- ⑧ 同伴フィニッシュ者の合流待機場所への案内、コントロール

(8) パラ選手対応

- ① 鹿沼選手（招待選手扱い） PTVI デュアスロン トランジションから 12:25 スタート
- ② 鹿沼選手の準備状況を見て、バイクコースがクリアのタイミング（ちびっこファミリー実施中）でバイク試走実施。バイク TO にて先導。

その他資料は以下の TO 向けサイトにてご確認ください。

<https://www.kn-tu.or.jp/13494>

以上