

第16回日本スプリントトライアスロン選手権（2025/青森）

【青の煌めきあおもり国スポ 2026トライアスロン競技リハーサル大会】

競技規則・ローカルルール

[1] 【基本事項】

- (1) 第16回日本スプリントトライアスロン選手権（2025/青森）（以下「本大会」という）は、このローカルルールに従って競技を実施する。
- (2) 競技に関し、ローカルルールにない事項については、（公社）トライアスロンジャパン競技規則（以下「J TU競技規則」という。）及びワールドトライアスロン競技規則（以下「TRI 競技規則」という。）に従い実施する。

TRI 競技規則 https://cms.triathlon.org/assets/36b218ae-21e3-4418-8251-3d72c11886cf/World-Triathlon_Competition-Rules_20250124.pdf

* 2025年変更点 https://www.jtu.or.jp/wordpress/wp-content/uploads/2025/02/World_Triathlon_Competition_Rules_revision_20250131.pdf

JTU 競技規則 https://archive.jtu.or.jp/jtu/pdf/rulebook_20190123.pdf

- (3) 本大会は交通規制されたコースにおいて競技が行われるが、道路交通法等の国内法規を遵守して競技を行うこと。
- (4) 競技内容について変更がある場合は、公式掲示板に掲示されるのでこれに従うこと。
公式掲示板は青森港国際クルーズターミナル／競技本部前に設置する。
- (5) 公式記録及びペナルティ、競技の変更については公式掲示板に掲示されたものが正式決定となる。これらに不服がある場合はJ TU競技規則の規定に従って抗議を行うことができる。
- (6) 競技時間は男女共に1時間30分を制限とし、超えてフィニッシュした場合は「DNF」とする。
- (7) 全競技を通じて緊急車両の通行並びに要救助者の搬送を優先する。
それにより競技者が競技を一時中断した場合でも、その時間は競技時間に加算される。

[2] 【レースナンバー】

- (1) レースナンバーシールは、ヘルメット（頭頂部ではなく必ず正面とサイド両側）とバイクサドルの下に貼付する。
- (2) レースナンバーシールの加工は禁止する。
- (3) ボディシールは両前腕部外側（側面確認用）、両下腿部前面部（前面確認用）の4カ所に貼付する。

[3] 【競技備品、レースウェア、ウェットスーツ、バイク、ヘルメットへのロゴ表記】

(1) 日本選手権ユニフォームルールに従う。

<https://www.jtu.or.jp/wordpress/wp-content/uploads/2022/06/EliteUniform.pdf>

(2) スイムにおける選手の負傷防止の観点より、爪は指先より短く、丸く鋭くないものでなければならない。宝飾品、時計（スイム競技中のみ）は禁止とする。

(3) 9月13日（土）14時00分～14時45分 青森港国際クルーズターミナル／ピロティにて行われる競技者受付の際にレースウェア、ランシューズ、ヘルメット等競技用具の確認、爪・宝飾品・時計等の確認、バイクの車検を受けること。（ブレーキレバーの傾斜角度規制に注意すること。公式メカニックは運営側で用意する。）

ランシューズは World Athletics (WA) リストにあるシューズのみ使用可能 <https://certcheck.worldathletics.org/FullList>

(4) 9月13日（土）15時00分～16時00分 大会本部Aにて行われる開会式・競技説明会は競技者本人の参加義務とする。遅刻、参加しない場合は基本的には競技出場を認めない。

(5) 9月14日（日）男子は8時00分～9時00分、女子は10時00分～11時00分 青森港国際クルーズターミナル／ピロティにて行われる競技者最終受付の際に（2），（4）のチェックを行うとともにICタグ内蔵のアンクルバンドを配布する。（2）は前日に指摘を受けた選手のみ。

(6) 主催者が指定したボディシールを指定箇所に貼付する。これ以外のものをボディに貼付し、又は書き込むことを禁止する。

(7) スイムキャップは、支給されたものを着用すること。

[4] 【記録計測について】

(1) ICタグ内蔵のアンクルバンドを装着して（左右いずれかの足首に装着）競技すること。各計測地点でこれを用いて計測・記録する。フィニッシュの着順判定は、選手の胴体の一部（頭、首、肩、腕足は含まれない）がフィニッシュライン上に達した瞬間とする。

(2) アンクルバンドは、男女とも競技者最終受付の際に配付し、総合フィニッシュ後に競技者が自ら外して回収箱に入れること。

(3) 途中棄権した競技者は近くの審判員にアンクルバンドを返却し、身に付けたまま計測地点へ近づかないよう注意すること。

[5] 【トランジション】

- (1) 競技に関係ない持ち物の持ち込みは禁止する。
- (2) バイクラックの位置は、スイムフィニッシュ側からバイクスタート側に向かって左右平行に配置し、バイクスタート側に向かい左側を奇数、右側を偶数とし、スイムフィニッシュ側に向かいレースナンバー順に昇順して配置する。

[6] 【スタートポジションの決定およびスイムスタート方法】

- (1) スタートポジションは、前日の競技説明会後に男女毎にスタートグリッドを選択するが、一列に 47 グリッドを配置する為、競技者が 47 名を超える場合は、48 番目以降の選手に限り二列目のグリッドを選択することができる。なお、二列目においては、どのグリッドでも自由に選択可能とする。
- (2) 各競技者はスタートセレモニーの後にコールされ、ポンツーンに移動する。
- (3) 前日に決定したスタートポジション（一列目 1 から 47 の数字で表される 70cm 間隔の枠、二列目はその後方）の待機ラインで待つ。
- (4) 競技者全員が待機ラインに整列し、スタートラインへ進み静止する。審判長によるエアホーンのスタート合図でダイブスタートする。

[7] 【悪天候時の対応】

気象状況など競技環境に応じて、競技種目の変更、距離の短縮・周回数変更及び競技実施不可能な場合は、競技を中止とする。

変更がある場合、競技説明会又は当日受付時に内容を発表する。

[8] 【スイム】

- (1) コースは、1周目は 750m のコースを反時計回りに 1周回しスイムフィニッシュする。
- (2) ウェットスーツの着用基準は J T U 競技規則第 73 条 「エリート、U23、ジュニアとユース」を適用する。ウェットスーツの着用可否は当日の天候にも配慮し、メディカル代表と審議委員の合議の上決定し、大会当日の各競技実施 1 時間前に公式掲示板において発表する。ウェットスーツは必ず持参すること。
- (3) ウェットスーツの着用が禁止される場合は、常に一番外側に J T U 競技規則第 39 条に規定するユニフォームを着用して競技を行なわなければならぬ。

- (4) 前項に掲げるユニフォームの他にウェア（セカンドウェア）を着用する場合は、前項に掲げるユニフォームの下に着用するものとし、かつ、競技終了まで脱いではならない。< J T U 競技規則第 6 条>
- (5) 不正スタートなど、スイムスタートの違反については、第 1 トランジションにて 10 秒の競技停止を科す。但し判定に時間要する場合には、ペナルティボックスで 10 秒の競技停止を科す。

[9] 【バイク】

- (1) 1周 5km のコースを 4周回 + 0.23km の 20.23km とする。各自の責任で周回数をチェックすること。数え間違えのないようサイクルコンピューターの装着を推奨する。
- (2) ドラフトинг許可レースとする。
- (3) バイクの構造及びハンドルバーの突出し、ブレーキレバーの傾斜角度などは、J T U 競技規則規定に従うこと。
- (4) ホイールステーション (WS) は、下記 2 カ所に設置する。

WS-チーム (WS1) : バイクコース東側（大会本部側）折り返し地点付近

WS-ニュートラル (WS2) : バイクコース西側折り返し地点付近

a) 『WS-チーム』は、個人又はチームホイールのみを設置する。

設置を希望する競技者は各自用意し、レースナンバー、競技者名またはチーム名を明記の上、個人ホイール・チームホイールは男女それぞれの預託受付時間内に『WS-チーム』へ直接持参して預託すること。

- b) 預託された男子のホイール・チームホイールは、男子競技終了後、預託した場所と同じ『WS-チーム』にて競技者・チームへ返却する。
- c) 預託された女子のホイール・チームホイールは、全競技終了後、預託した場所と同じ『WS-チーム』にて競技者・チームへ返却する。
- d) 『WS-ニュートラル』は、オフィシャルホイールのみを設置する。
- e) レース中に『WS-ニュートラル』に設置されたホイールを使用した場合、バイク競技終了後、『サブバイクラック』にて選手自身のホイールと貸し出したニュートラルホイールを T0 が交換する。

- (5) エアロヘルメット(ロングテール)の使用を禁止する。
- (6) 周回表示は、先頭競技者に対して残りの周回数を表示すると共に最終回で、鐘を鳴らす。

- (7) バイク周回遅れ(LAP)の選手は、先行周回の選手に影響の無いように注意しながら競技を継続できるが、追い越した選手へのドラフトингを禁止する。違反した場合は、「警告」改めなければ「失格」とする。
- (8) 落車等のトラブルが発生した場合、2車線のうち左側車線を緊急車両等が走行するが、競技中の選手は注意し競技を続行することができる。

[10]【ラン】

- (1) 1周2.37kmのコースを2周回+0.26kmの5kmとする。
- (2) キープレフト(左側走行)を基本とする。ただし、トラブルが発生した場合、2車線のうち左側車線を緊急車両等が走行するが、競技中の選手は注意し競技を続行することができる。
- (3) 周回コースから総合フィニッシュへの分岐点では、競技者個々に対しての誘導は行わない。
各自で周回数を数え、間違えないよう注意すること。
- (4) 総合フィニッシュの直前では、サングラス及び帽子を外すことを推奨する。
- (5) 周回表示は、先頭競技者に対して残りの周回数を表示すると共に最終回で、鐘を鳴らす。

[11]【エイドステーション】

- (1) エイドステーションは、ランコース(2カ所)、フィニッシュ地点の計3カ所に設置する。
- (2) エイドステーションでは、減速して、安全かつ確実に受け取ること。
- (3) ペットボトル等はリタリングゾーンに捨てるようにし、周辺に投げ捨てないこと。

[12]【ペナルティ】

- (1) ペナルティボックスは、ランスタート地点から150m付近に設ける。(ペナルティボックスへは順行でしか入れない)

[13]【サドルポジションの特例申請】

本大会において身体的事情によりサドルポジション特例措置の申請をする場合は申請フォームより受け付けることとなりました。

申請はトライアスロンジャパン技術委員会にて内容確認後、承認された場合には次の一覧にて公開されます。

＜サドルポジション特例措置承認者リスト＞

https://docs.google.com/spreadsheets/d/1gcFYAI_X5nZoBpsmAGW9hrbASDEQbWOn5qVU5gV7gpU/edit?usp=sharing

承認は2025年度内有効とし、すでにワールドトライアスロンにて承認されている選手は自動的に承認されます。

なお、この承認ではワールドトライアスロン(TRI)、アジアトライアスロン(AST)公式エリートレースにおける特例措置の申請とはなりません。

＜申請フォーム＞ <https://forms.gle/3VPYxdrRXgCeA27J9>

＜参考＞ https://www.jtu.or.jp/elite_bike_saddle_position_rule_exceptions/

[14] 【その他】

(1) 応援活動は、JTU競技規則第24条の規定に従って行うこと。

※盗撮対策として競技中を除き、競技ウェア(レースウェア)での行動は控えて下さい。

(2) ドーピングを行ってはならない。

(3) コースの変更等が発生した場合には、トライアスロンジャパン公式サイトにて随時案内する。

[15] 【ドーピングコントロール】

今大会では日本アンチ・ドーピング規程(日本アンチ・ドーピング機構〈以下JADAと示す〉ホームページ <https://www.playtrue.japan.org/> より入手可能)に基づき、競技会内でドーピング検査が行われる可能性があります。来場の際は必ず写真付き身分証明書(パスポート、学生証、運転免許証など)をご持参ください。ドーピング検査の対象となった競技者は、競技終了後、通告を受けます。通告者(ドーピング検査員、シャペロン)の指示に従って下さい。尿もしくは血液または両方の検体提供の拒否または回避をすることは違反行為とみなされることがあります。検査の過程はJADAホームページの「トップページ→アスリート&競技団体の方へ→競技会に参加するすべてのアスリート→ルールについて知る→ドーピング検査手順(尿、血液)」をご参照ください。

以 上