

Triathlon Sprint

Japan Championships

Aomori 2025

日本スプリントトライアスロン選手権 (2025/青森)競技説明

2025年9月13日(土)開催

本大会は、「トライアスロンジャパン競技規則」、「TRI競技規則」、
「本大会ローカルルール」に基づき、開催致します。

競技に必要な内容は、この「競技説明資料」を必ずご確認ください。
この「競技説明資料」は競技説明会終了後、HPに公開いたします。
選手、コーチ、関係者はこの「競技説明資料」及び「アスリートガイド」を理
解し、当日に備えてください。

ご質問・事前確認事項は、次にご連絡下さい。
問い合わせ先 トライアスロンジャパン事務局 event@jtu.or.jp

Technical Official

技術代表 鹿内 卓也 (トライアスロンジャパン第1種公認審判員)

審判長 小出 寛 (トライアスロンジャパン第1種公認審判員)

Technical Official (審判員)

青森県トライアスロン協会・トライアスロンジャパン東北ブロック

栃木県トライアスロン協会・東京都トライアスロン連合・千葉県トライアスロン連合

群馬県トライアスロン協会・長野県トライアスロン協会・佐賀県トライアスロン協会

宮崎県トライアスロン協会

Competition Jury

主催者代表 大関 辰郎 (トライアスロンジャパン理事)

競技主管 伊藤 一博 (トライアスロンジャパン常務理事)

技術代表 鹿内 卓也 (トライアスロンジャパン第1種公認審判員)

選手の義務と権利

選手の義務

【第1条】

この規則はトライアスロン、パラトライアスロン、デュアスロン、アクアスロン及びこれらの関連マルチスポーツを謳歌するために、選手の義務と権利を定め、だれもが公平で安全に競技を行うことを目的とする。
(競技規則の基本的理念)

【第2条】

選手は一人の社会人である。従って、この規則のほかに、道路交通法などの国内法規、各所轄機関並びに団体の規則、道徳及びマナーを理解し、遵守するとともに第2章に掲げる選手規範の精神を尊重するものである。
トライアスロンをはじめとするスポーツの普及・振興や大会の発展を促し、より良い競技環境づくりのために、自由闊達(かっかつ)な意見交換を行うものとする。

選手の権利

第12章 抗議(プロテスト)
(抗議)

第136条 審判長の判定、競技環境及び他の選手並びに大会スタッフの言動に不服があるときは抗議をすることができる。

Right to Protest

ペナルティを受けた競技者は、以下を除き、抗議することができる:

- (i) ドラフティング違反に対するペナルティ
- (ii) 既に科された時間ペナルティー

競技者がタイムペナルティを受けた場合、競技者はそのペナルティを受け入れ、抗議は認められない。競技者がタイムペナルティを受けなかった場合、その競技者は失格となるが、失格およびタイムペナルティを科した審判長の決定に対して抗議することができる。

An Athlete who receives a penalty may protest, with the exception of:

- (i) a penalty for a drafting violation; and
- (ii) **a time penalty which has already been served.**

If an athlete serves a time penalty, the athlete accepts the penalty, and no protest will be admitted. If an athlete does not serve a time penalty, he/she will be disqualified but may protest against the disqualification and the decision of the Head Referee to issue the time penalty.

Registration

**本日、競技説明会後に以下のものを配布いたします。
確認してからお帰りください。**

■配布物

- ・ボディナンバーシール 両腕両脚 一式
- ・バイク・ヘルメットステッカー 一式
- ・トランジションバック 1枚
- ・案内資料他

Registration

大会当日の最終受付は、今日と同じ場所にて行います。
ボディナンバーシール、宝飾品の確認を行います。

※2025新ルール

* **腕時計** はスイム競技中のみ禁止とする。

確認後、計測チップ・スイムキャップ1枚を配布いたします。

不



- × 指の先より爪が長い
- × 爪の角が尖っている
- × 突起物がついている

ネイルアートの有無に関わらず、
ぶつかった際に他人を傷つける
可能性がある爪は不可

可



- 指の先より爪が短い
- 突起物がついていない

Schedule & Timetables

エリート男子 9月14日(日)

男子レース	項目	会場
7:20	8:00 男子選手 ホイール預託	WS1(バイクコース折返し地点)
7:45	8:15 男子 バイク試走(女子と合同)	バイクコース
8:00	9:00 男子選手最終受付(身体チェック,アングルバンド配布)	選手受付
8:00	9:00 AL チェックイン 14:30までオープン	アスリートラウンジ
8:00	9:00 男子選手 トランジションオープン(バイクチェックイン)	トランジションエリア
8:30	9:00 男子選手 スイムウォームアップ	スイムコース
9:10	9:15 オープニングセレモニー	スイムスタートエリア
9:15	9:28 男子選手 スタートセレモニー	スイムスタートエリア
9:30	男子選手スタート	スイムスタートエリア
10:15	10:30 男子選手 バイクリムーバル	トランジションエリア、サブバイクラック
10:30	10:35 男子先頭選手フィニッシュ	フィニッシュエリア
11:00	男子最終選手フィニッシュ	フィニッシュエリア
11:00	11:20 男子預託ホイール返却	預託場所と同じ(WS1)

※バイク試走について

選手はWS1に集合し、モーターバイク先導に続き公式練習を開始します。

集合時間に遅れた場合、8:00以降はスタート不可となります。

Schedule & Timetables

エリート女子 9月14日(日)

女子レース		項目	会場
7:45	8:30	女子選手 バイク試走(男子と合同)	バイクコース
9:50	10:30	女子選手 ホイール預託	WS1(バイクコース折返し地点)
10:00	11:00	女子選手最終受付(身体チェック,アングルバンド配布)	選手受付
10:00	11:00	ALチェックイン 14:30までオープン	アスリートラウンジ
10:30	11:00	女子選手 トランジションオープン(バイクチェックイン)	トランジションエリア
10:30	11:00	女子選手 スイムウォームアップ	スイムコース
11:20	11:25	女子選手 スタートセレモニー	スイムスタートエリア
11:30		女子選手スタート	スイムスタートエリア
12:15	12:40	女子選手 バイクリムーバル	トランジションエリア、サブバイクラック
12:40	12:45	女子先頭選手フィニッシュ	フィニッシュエリア
13:00		女子最終選手フィニッシュ	フィニッシュエリア
13:00	13:20	女子預託ホイール返却	預託場所と同じ(WS1)
14:00		表彰式/閉会式	大会本部A(表彰式会場)

※バイク試走について

選手はWS1に集合し、モーターバイク先導に続き公式練習を開始します。

集合時間に遅れた場合、8:00以降はスタート不可となります。

The course

スイム 0.75km (750m × 1周)

バイク 20.23km (5.0km × 4周回 + 0.23km)

ラン 5km (2.37km × 2周回 + 0.26km)

制限時間: 1時間30分

越えた場合はDNFとする。

Start Procedure

集合

スタートセレモニー開始5分前に(スタート15分前)までにトランジションエリアに集合してください。

選手紹介

名前を呼ばれたらポンツーンに移動してください。

スタートグリッド

競技説明会後に行われるポジション選択において、参加選手が47人を超える場合は、48人目以降の選手に限り、二列目のグリッドを選択することになります。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します。

スタート

ダイブスタートです。ハートビート後に、沈黙 静止 後にエアホーンを鳴らします。

“On your marks”は言いません。

エアホーンが鳴る前にスタートした場合、フォルススタートとなります。

フォルススタートは、T1で10秒のタイムペナルティです。

Swim course

0.75km

750m × 1 LAP

第1ブイまで320m

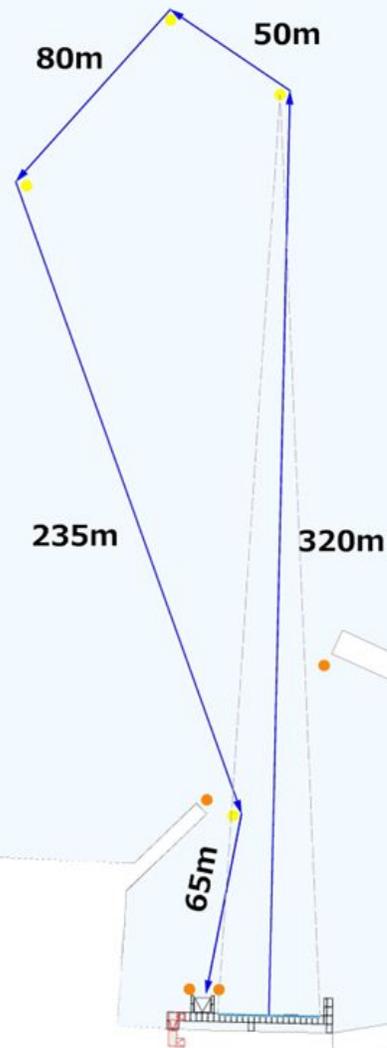
ウェットスーツ着用可否発表

9月14日(日) 8:30、10:30

※当日の気象状況は、
アスリートラウンジに
掲示します。



青い海公園



青森港国際クルーズターミナル

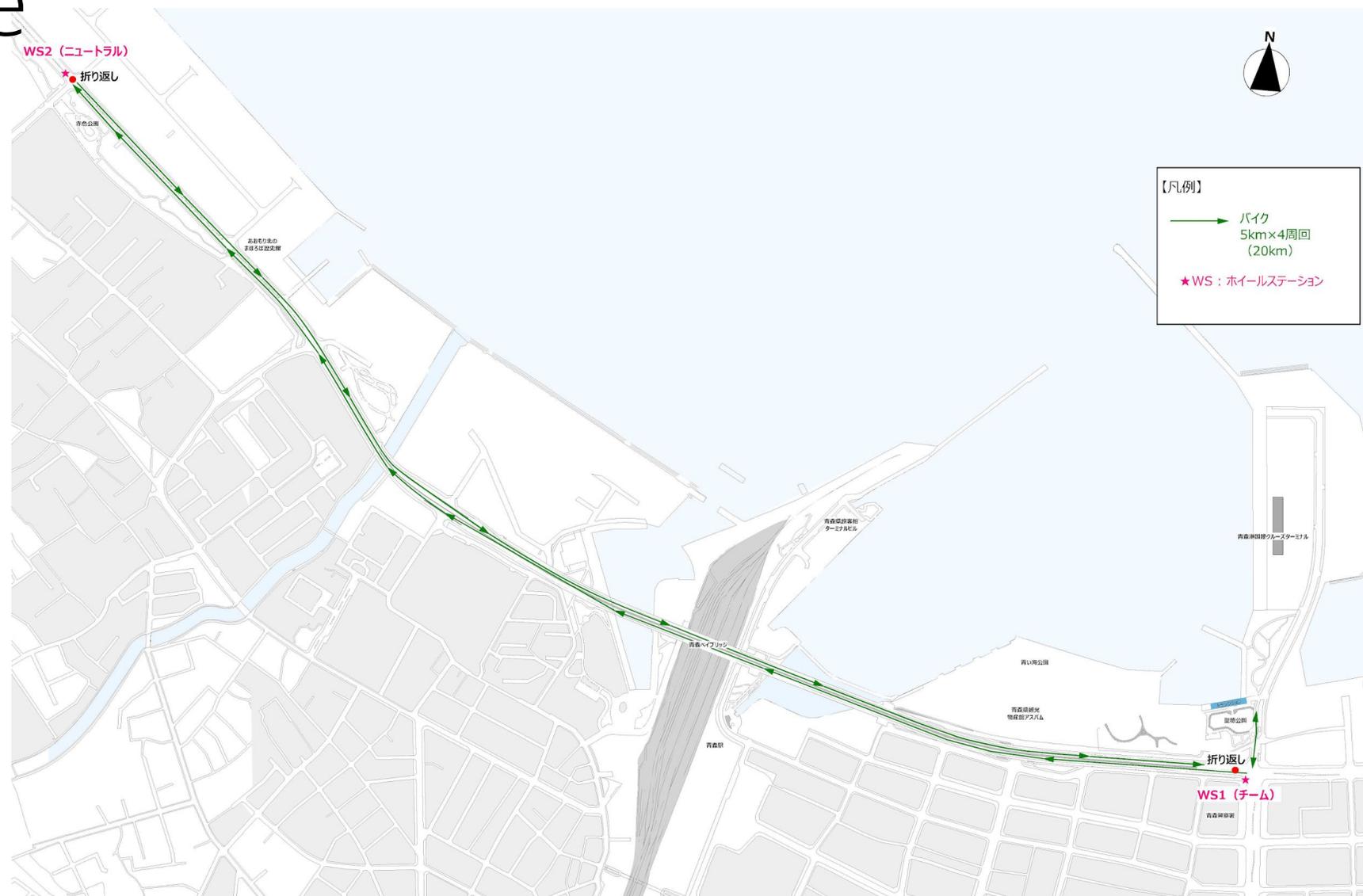
Transition Area

**本選手権では、自立式バイクラックを使用します。
ヘルメットはバイクへセットしてください。
ストラップは締めずにセットすること。**

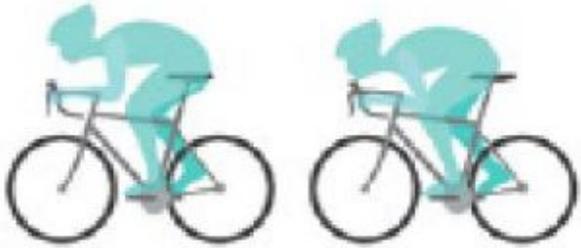
Bike course

20.23km
(5km × 4LAP
+0.23km)

片側2車線の中心に一部、亀裂が入っているところがあります。十分注意して走行してください。



OK



NOT OK



本選手権では、LAPカットを行いません。

周回数が違う選手へのドラフティングがあった場合、モーターバイクTOよりレースナンバーを選手に声を掛け、ブルーカードを提示しドラフティング違反であることを警告します。なおも警告に従わない場合や、2回目のドラフティングがあった場合、レースナンバーをコールしレッドカードを提示しながら2回目のドラフティング違反であることを宣告し「失格」とします。

Wheel Station

WS1は、個人ホイール・チームホイールです。

選手またはコーチが持ってきて下さい。ご自身の工具もご用意ください。

男子 7:20~8:00 女子 9:50~10:30

・名前、レースナンバーを明記してください。(A4サイズ用紙)

・競技中は、選手自身で交換してください

レース終了後、返却しますので速やかにWS1よりピックアップ願います。

WS2は、ニュートラルです。

レース中にWS2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交換します。特に男子はフィニッシュ後、速やかに外しに来てください。

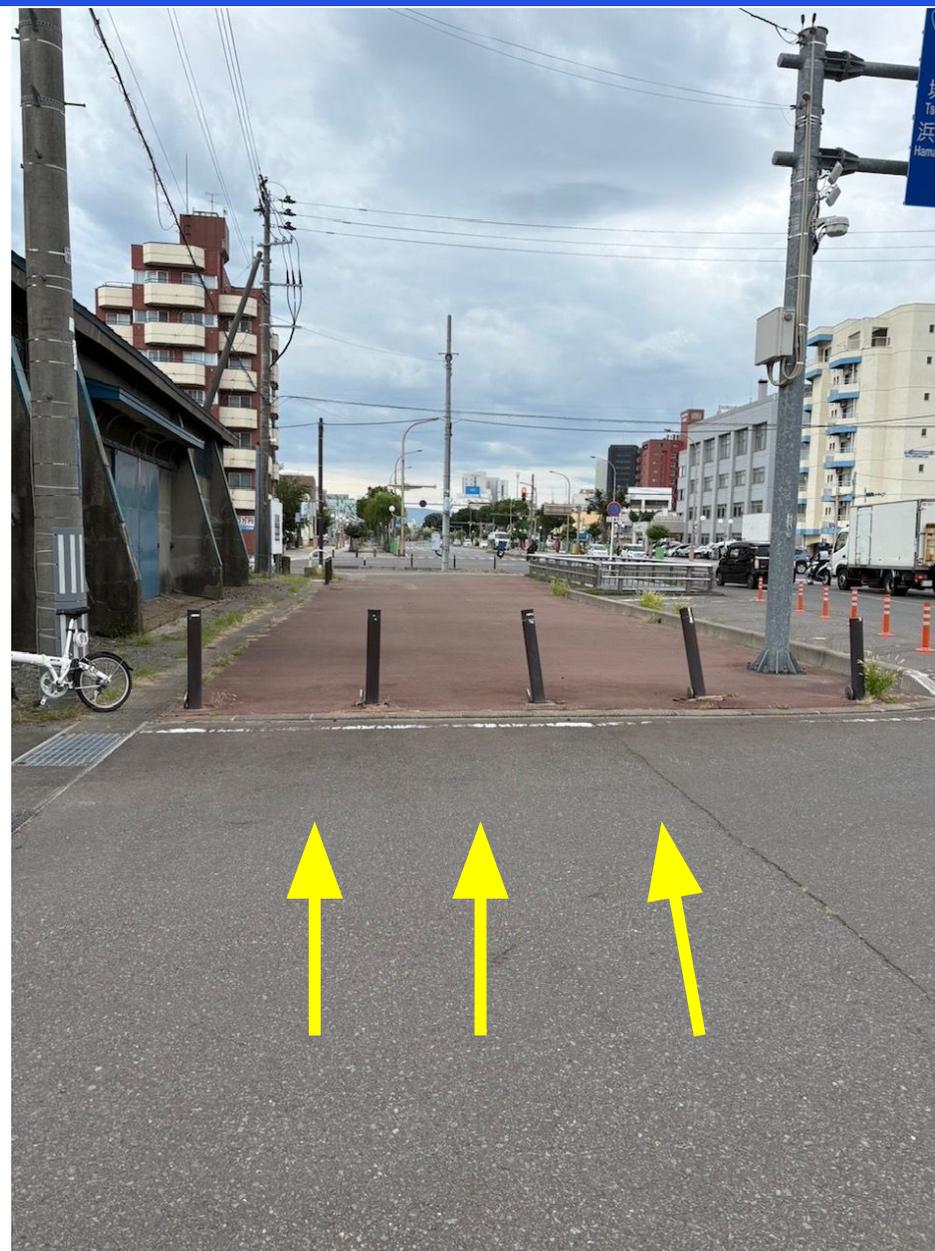
Run course

5km
(2.37km × 2LAP
+0.26km)



Run course

ランコース上(トランジション向かい側)に車止めを撤去できませんでした。
レース中はご注意ください。



Penalty Box

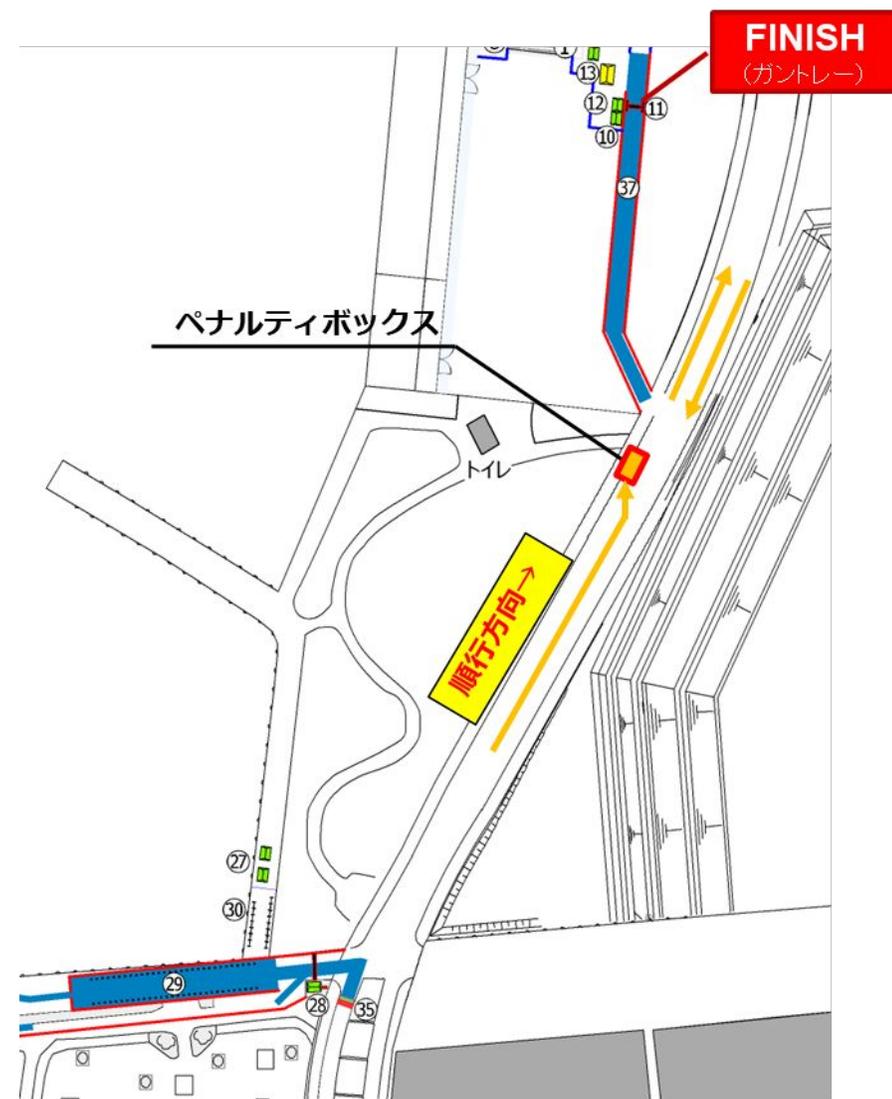
ペナルティボックスはフィニッシュ分岐手前です。

ペナルティ時間は **10秒** です。

競技終了までに選手自身で止まってください。

ペナルティボックスで止まらなかった場合はDSQです。

審判員は、停止指示をしません。



場所: トランジションエリア入口側

競技終了までに選手自身で止まること

※フィニッシュエリアのホワイトボードにもペナルティ情報を掲示

違反コード/ Penalty code	
S	スイムでの違反
M	乗車ライン違反
D	降車ライン違反
E	用具の格納違反
L	ゴミ捨て違反
B	バイクでの違反
R	ランでの違反
V	その他の違反

Violations Abbreviations:

Dismount Line	D
Mount Line	M
Swim Behavior	S
Run Behavior	R

Littering	L
Equipment outside the box	E
Bike Behavior	B
Other violations	V

レースナンバー × ペナルティ回数 ・ペナルティコード

例1) レースナンバー 89の選手が、降車違反

⇒「89**D**」

例2) レースナンバー 89の選手が、用具の収納違反、乗車違反

⇒「89×2**EM**」

Weather forecast

9月14日(日) ※9月13日現在の予報

天気:くもりのち晴れ

降水確率(6-12時):20%~0%

湿度:60%

気温:26.0°C

水温:26.7°C(9月13日 12:00現在)

アスリートラウンジ付近にフラッグを設置



水質検査結果(2025年9月7日実施)

	WT基準	地点①	地点②	地点③
大腸菌数 E.Coli (CFU/100ml)	250以内	6	3	1
腸菌数 Enterococcus (CFU/100ml)	100以内	26	34	7
pH	6~9の間	7.8	7.9	8.0

水温	21.0°C	21.0°C	21.0°C
気温	27.1°C	27.2°C	27.2°C



盗撮防止

盗撮防止についてトライアスロンジャパンでは、大会会場での盗撮防止に努めています。近年、大会会場における盗撮行為がいくつか報告されています。

特に女子選手はフィニッシュ後にタオルを巻くなどの自己防御対応をお願いいたします。尚、盗撮行為と疑わしき場合を発見した際は、お近くの大会関係者までお知らせください。

エイド

暑さ対策で氷のうを用意する場合があります。

氷は製氷会社で作ったものを使用しますが、あくまで体を冷やすためであり、飲むためのものではありません。

表彰式

第16回日本スプリントトライアスロン選手権 1～3位(副賞あり)

時間:

14時00分～

場所:

大会本部A(青森港国際クルーズターミナル:競技説明会場と同じ)

ドレスコード:

レースウェアとランニングシューズ(※サンダルは不可)

レースNo.

男子 17・37・46 ユニフォームチェックがまだです。

必ずチェックを済ませてからお帰りください。



Triathlon Sprint Japan Championships

Aomori
2025

Have a good race!