

# 公益社団法人 トライアスロンジャパン 競技規則

2026 年度版

トライアスロンを謳歌するために



BE-CONNECT

## 目 次

<b>第1章 総則</b>	1	
第1条	目的	1
第2条	競技規則の基本的理念	1
第3条	定義	1
第4条	規則の適用	2
第5条	国際競技団体との関係	2
第6条	規則の補足	2
<b>第2章 選手規範</b>	3	
第7条	基本精神	3
第8条	協力と理解	3
第9条	安全管理	3
第10条	大会期間中の言動	3
第11条	交通ルールの遵守	3
<b>第3章 選手の資格等</b>	4	
第12条	ドーピング	4
第13条	大会出場資格	4
第14条	大会出場の制限	4
第15条	年齢制限	4
第16条	性転換手術後の選手	4
第17条	国籍移行中の選手	5
第18条	国外の大会への出場	5
第19条	未成年者の大会出場	5
第20条	大会出場資格の譲渡の禁止	5
第21条	承諾書・誓約書の提出	5
第22条	身分証明書の提示	5
第23条	大会保険	5
第24条	応援活動	5
<b>第4章 大会</b>	6	
第25条	競技部門の設定	6
第26条	TRI 競技部門	6
第27条	大会変更時のポイント授与	6
第28条	カットオフタイムの適用	6
第29条	表彰	6
<b>第5章 競技共通事項</b>	8	
第30条	コース等の把握	8
第31条	コース離脱と復帰	8
第32条	逆走・停滞の禁止	8
第33条	指示・注意	8
第34条	個人的援助の禁止と外部からの支援	8
第35条	交通ルールの遵守と安全確保	8
第36条	優先進路	8
第37条	時間の厳守	8
第38条	競技説明会	9
第39条	レースウェア	9
第40条	レースウェアへの表示	9
第41条	TRI 大会におけるユニフォーム	9
第42条	日本選手権等におけるユニフォーム	10
第43条	レースナンバーの割り当て	10
第44条	ボディマーキング	10
第45条	タトゥー	10
第46条	競技用具の安全管理	10

第47条	使用禁止用具	10
第48条	使用条件付き競技用具	10
第49条	新技術を用いた競技用具	11
第50条	競技用具の検査	11
第51条	貸与品	11
第52条	計測される時間	11
第53条	競技の一時停止	11
第54条	競技の中止・棄権	11
第55条	制限時間	11
第56条	エイドステーションでの補給	11
<b>第6章 スイム(水泳)</b>		<b>12</b>
第57条	スイムコース	12
第58条	スイムの競技方法と注意	12
第59条	小休止	12
第60条	緊急時の心得と合図	12
第61条	スイムスキップ	12
第62条	禁止行為	12
第63条	着用義務用品	12
第64条	トライスーツ	13
第65条	ウェットスーツ	13
第66条	スイムスキン	13
第67条	ウェットスーツの形状	13
第68条	TRI ワールドカップ及び世界選手権におけるウェットスーツ	13
第69条	日本選手権等におけるウェットスーツへの表示	13
第70条	使用禁止用品	13
第71条	使用制限用品	14
第72条	ウェットスーツの着用	14
第73条	ウェットスーツ着用基準	14
第74条	スタート手順	15
<b>第7章 トランジションエリア</b>		<b>17</b>
第75条	トランジションエリアの定義	17
第76条	トランジションでの基本	17
第77条	競技用具の置き方	17
第78条	競技中の着替え	17
第79条	持ち込み禁止・制限品	17
第80条	入出制限	17
第81条	バイクシューズ	18
第82条	トランジションエリアでのバイク乗車禁止	18
第83条	バイク乗車方法	18
第84条	バイク降車方法	18
第85条	ヘルメットの着脱	18
<b>第8章 バイク(自転車)</b>		<b>18</b>
<b>第1節 バイク共通事項</b>		<b>18</b>
第86条	バイクコース	18
第87条	バイクの競技方法	18
第88条	禁止行為	18
第89条	安全の確保	18
第90条	バイクの基本構造	18
第91条	ホイールとタイヤ	18
第92条	装備の取付け	22
第93条	取付け禁止装備	22
第94条	ハンドルバーとブレーキ	22
第95条	サイクルメーター	23
第96条	小中高校生の選手のバイク	23

第97条	ヘルメット	23
第98条	小中学生のヘルメット特別規定	23
<b>第2節 ドラフティング総則</b>		<b>24</b>
第99条	ドラフティングの基本概念	24
<b>第3節 ドラフティング禁止レース(Draft-illegal Race)</b>		<b>24</b>
第100条	ドラフティング禁止レースでの基本	25
第101条	キープレフト走行	25
第102条	並走の禁止	25
第103条	集団走行の回避	25
第104条	ブロッキング	25
第105条	ドラフトゾーン	25
第106条	ドラフトゾーンへの進入	26
第107条	追い越しと手順	26
第108条	ドラフティングの違反への警告手順	26
第109条	追い越すときの注意義務	27
第110条	追い越しの奨励事項	27
<b>第4節 ドラフティングレース(ドラフティング許可レース)</b>		<b>27</b>
第111条	ドラフティングレースの開催	27
第112条	トラフティングレースの特性	28
第113条	安全走行義務	28
第114条	周回遅れ	28
<b>第9章 ラン(ランニング)</b>		<b>29</b>
第115条	ランコース	29
第116条	ランの競技方法	29
第117条	ランの競技用具類	29
第118条	ランの伴走・並走の禁止	29
第119条	フィニッシュ	29
第120条	コース再進入の禁止	29
第121条	同伴フィニッシュ	29
<b>第10章 罰則(ペナルティ)</b>		<b>30</b>
第122条	罰則の適用	30
第123条	罰則適用の報告	30
第124条	罰則の種類	30
第125条	指導	30
第126条	指導の手順	30
第127条	タイムペナルティ及びストップ・アンド・ゴー	30
第128条	タイムペナルティの手順	31
第129条	ストップ・アンド・ゴーの手順	32
第130条	失格	32
第131条	失格の手順	32
第132条	資格停止	33
第133条	除名	33
<b>第11章 オフィシャル</b>		<b>34</b>
第134条	オフィシャル	34
第135条	審議委員会	34
<b>第12章 抗議(プロテスト)</b>		<b>35</b>
第136条	抗議	35
第137条	制限事項	35
第138条	抗議の手続	35
第139条	抗議の期限	35
<b>第13章 上訴(アピール)</b>		<b>36</b>
第140条	上訴	36
第141条	制限事項	36
第142条	上訴手続	36

第143条	上訴申立書	36
第144条	預託金	36
第145条	上部団体への上訴	36
<b>第14章 仲裁</b>		<b>37</b>
第146条	仲裁	37
承諾書の内容例		39
抗議用紙例		39
<b>トライアスロンと関連マルチスポーツ (TRI 特定競技実施ルール)</b>		<b>41</b>
1. インドアトライアスロン		41
2. ミドル、ロングディスタンス大会		41
3. チームリレー		42
4. パラトライアスロン		43
5. ウィンタートライアスロン		52
6. クロストライアスロンとクロスデュアスロン		54
7. 予選ラウンド形式での競技		55
8. タイムトライアル予選形式での競技		56
9. アクアバイク		57
(TRI 附則抜粋)		58
附則 A: レース距離と年齢要件		58
附則 F1: ユニフォーム規則		59
附則 F2: 権利と責任(大会とユニフォーム着用区分)		64
附則 K: 違反と罰則		65

トライアスロンジャパン競技規則の作成と編集について;

公益社団法人トライアスロンジャパンは、ワールドトライアスロン(TRI)競技規則を採択しています。

そのため、トライアスロンジャパン競技規則(2019 年版)発行以降2026年版までのTRI 競技規則の改訂部分を反映してルールブックを作成しました。

最新情報、個々の詳細は、TRI Competition Rules 及び関連規則を参照してください。簡易訳(英和対比)は、トライアスロンジャパンウェブマガジンに掲載しています。

なお、TRI 競技規則の英文と和文(簡易訳)に差異がある場合は、英文の意味を優先します。

## 競技規則

公益社団法人トライアスロンジャパン(以下本会と略す)定款第4条第5号の規定に基づき競技規則を制定する。

### 第1章 総則

#### (目的)

**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。  
2 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、自由かつたつ闘達な意見交換を行うものとする。

#### (定義)

**第3条** この規則に関する規定の解釈については、他に定めがある場合を除き、次の定義に従うものとする。

- (1)トライアスロン:スイム(水泳)、バイク(サイクル・自転車)、ラン(ランニング)の順に行う。
  - (2)パラトライアスロン:機能的障がいにより公式クラス分けされた選手が、トライアスロンと同様に連續して行う。
  - (3)デュアスロン:第1ラン、バイク、第2ランの順に行う。
  - (4)アクアスロン:第1ラン、スイム、第2ランの順に、あるいはスイム、ランの順に行う。
  - (5)アクアバイク:スイム、バイクの順に行う。
  - (6)ウインタートライアスロン:ラン、マウンテンバイク、クロスカントリースキーの順に行う。
  - (7)関連マルチスポーツ(複合競技):トライアスロンの競技形態を基本に、種目又は競技用具を変更して行う競技であり、以下のとおりとする。
    - a)クロストライアスロン(マウンテンバイクトライアスロン):スイム、マウンテンバイク、クロスカントリーランの順に行う。
    - b)インドアトライアスロン:屋内特設コースにおいて行う超短距離型トライアスロン。
    - c)模擬トライアスロン:プール、エルゴメーター、トレッドミルで行う模擬競技。
    - d)カヌートライアスロン カヌー、バイク、ランの順に行う。
    - e)チームリレー:複数の選手でチームを組み、一人の選手がトライアスロンや関連マルチスポーツを行って、次の選手に受け継ぎ、総所要時間を競う。この他に、異なる選手が一種目ごとに行うリレー形式、チーム選手が全員同時スタートして総合時間を競う方式などがある。
    - f)ミックスリレー:男女各2人が交互にトライアスロン(基本距離:スイム300m、バイク7.4km、ラン2km)を行い、次の選手に引き継ぎ、総所要時間を競う。
    - g)その他関連マルチスポーツ:a)からf)に掲げる競技のほか、トライアスロンの競技形態を基本に、種目又は競技用具を変更して行う競技。
  - (8)大会:トライアスロン等の競技会をいう。
  - (9)大会スタッフ:大会役員、運営スタッフ、審判、ボランティアなど大会にかかわるスタッフの総称をいう。
  - (10)大会期間:会場における選手受付開始の日など大会公式行事が始まる日から始まり、大会終了の日又は表彰式・閉会式など大会公式行事が終了する日までのいずれか遅い方の日までの期間をいう。
  - (11)大会規程:大会の開催、出場資格、その他大会出場に関する諸条件の規定をいう。
  - (12)公式大会:本会又は加盟団体が公式大会と認めた大会をいう。
  - (13)TRI公認大会:世界選手権、ワールドカップ、その他ワールドトライアスロン(以下「TRI」という。)イベント大会をいう。
- 2 前項第1号から第7号に定める複合競技は、競技形態や競技を行う際の環境などの制約により、種目変更のためのインターバルを設けることができる。

#### (規則の適用)

**第4条** この規則は、国内で開催される大会において適用される。

2 練習中など大会期間以外であっても、この規則の規定を尊重し、守るものとする。

(国際競技団体との関係)

**第5条** この規則は、TRI 競技規則(Competition Rules)に準拠し、制定される。

2 TRI 競技規則の改訂があったときは、これを準用する。

[参考]

TRI ホームページ <https://triathlon.org/>

(規則の補足)

**第6条** 大会固有の環境又は条件を補足するため、必要に応じ、この規則を基準とした「ローカルルール」を策定することができる。

2 ローカルルールは、競技開始前に選手へ通知しなければならない。

3 この規則及びローカルルールに規定されていない事案が生じた場合は、トライアスロン等に関連する種目の競技団体の規則を準用する。

## 第2章 選手規範

### (基本精神)

**第7条** 選手は、次の各号に掲げる基本精神を尊重する。

- (1) スポーツマン精神とフェアプレイの精神により競技を行うこと。
- (2) 日ごろの鍛錬により競技力の向上と体力の増進をめざすこと。
- (3) 選手一人一人がこの規則を守り、違反を行ってしまったときは自ら申告する精神を培うこと。
- (4) スポーツ活動を通じて社会人としての健全な精神の育成をめざすこと。
- (5) 勝利を至上とすることなく、主義主張を越えて理解しあい、友好を結ぶこと。
- (6) トライアスロン等に対する、スポーツとしての品格と社会認識を高めること。

### (協力と理解)

**第8条** 選手は、トライアスロンをはじめとするスポーツの総合的な発展のために、次の各号に掲げる事項について理解し、協力することが求められる。

- (1) 選手の保護と育成を目的とする競技団体の活動
- (2) 性別、年齢を問わず、生涯にわたってスポーツを謳歌できるようにするための環境づくり

### (安全管理)

**第9条** 選手は、競技上の安全を確保するため、次の各号に掲げる事項を守るものとする。

- (1) 自らの安全に責任をもち、競技を行うこと。
- (2) 他の選手の安全に配慮すること。
- (3) コース及びその周辺に存在するすべての人及びものに対して安全の配慮をすること。
- (4) 自らの競技能力、体調、経験及び周辺状況や環境に応じ、的確な判断をもって競技すること。

### (大会期間中の言動)

**第10条** 選手は、大会期間中、次の各号に掲げる事項を守るものとする。

- (1) 社会人として責任ある言動に心がけること。
- (2) 身だしなみを整え、大会公式行事には節度ある態度で臨むこと。
- (3) 道路交通法などの国内法規を守ること。
- (4) 大会会場付近の住民の方への感謝の気持ちを持つこと。

### (交通ルールの遵守)

**第11条** 選手は、練習中又は大会会場への移動中であっても、道路交通法をはじめとする交通ルールを守り、特にバイクに乗車するときは次の各号に掲げる事項を守るものとする。

- (1) ヘルメットをかぶること。
- (2) キープレフト(道路の左端を走ること)を守ること。
- (3) 周囲への注意を怠らないこと。
- (4) 併走を行わないこと。
- (5) 安全な車間距離を保つこと。
- (6) 信号を守ること。
- (7) 歩行者を優先すること。
- (8) 他の車両に注意すること。

### 第3章 選手の資格等

#### (ドーピング)

**第12条** ドーピング行為は禁止する。

2 禁止物質、禁止方法及び検査方法などアンチドーピングに関する規定は、TRI アンチドーピング規則 (World Triathlon Anti-Doping Rules) 及び世界アンチドーピング機構 (WADA) の定める世界アンチドーピング規定 (The World Anti-Doping Code) による。

#### [参考]

TRI ホームページ <https://triathlon.org/>

WADA ホームページ <https://www.wada-ama.org/>

公益財団法人日本アンチ・ドーピング機構 ホームページ <https://www.playtruejapan.org/>

TRI アンチドーピングホームページ <https://triathlon.org/anti-doping/>

#### (大会出場資格)

**第13条** 大会に出場するときは、大会規程の出場資格を満たさなければならない。

2 本会公式大会への出場は本会の登録会員でなければならない。

3 外国籍の選手は、所属国の競技団体から登録選手資格と出場許可証明書を得て本会に提出することにより本会公式大会に出場できる。ただし日本に 6 か月以上居住し、本会の登録会員となっている場合は、これらの書類の提出を要さない。

4 出場停止措置を受けていた選手は、いずれの大会にも参加できない。

#### (大会出場の制限)

**第14条** スタンダードディスタンス及びこれを超える距離の大会に出場した選手は、レースの開始から次のレースの開始まで 24 時間以内にトライアスロン大会や関連するマルチスポーツ大会の出場を禁止する。ただし、スーパースプリント（超短距離）で行うミックスリレー、PTV1、PTV2、PTV3 におけるガイド及びアクアスロンを除く。

2 年齢に合致しない部門に参加した選手、年齢区分で禁止とされる距離の大会に出場した選手及び 24 時間以内に前項で禁止する距離の大会に出場した選手の記録は無効となる。

3 前項に違反した選手が受けたポイントは削除し、賞、賞金は返還しなければならない。

#### (年齢制限)

**第15条** <附則 A>で示したとおり、TRI 大会に参加する年齢を満たしていないなければならない。大陸別競技団体は、ユース選手のために、コンチネンタル選手権やスーパースプリント大会の年齢制限を別に設けることができる。ただし、<附則 A>で示した年齢制限は変更できない。

#### (性転換手術後の選手)

**第16条** 性転換手術を受け、いずれかの競技に出場を希望する選手の参加資格は、以下の文書で決定された基準に従う。

- (i) TRI 性別資格ガイドライン (World Triathlon Gender Eligibility Guidelines)
- (ii) TRI トランジンダー選手の資格規則 (World Triathlon Eligibility Regulations for Transgender Athletes) および
- (iii) TRI ノンバイナリーポリシー (World Triathlon Non-Binary Policy)

#### (国籍移行中の選手)

**第17条** TRI フラッグ(旗)のもとで競技している選手は、移籍しようとしている国の国内選手権大会に出場することができる。表彰、賞金、ポイントの獲得において、他の選手と同様の権利が認められる。

#### (国外の大会への出場)

**第18条** 国外で開催される大会に日本を代表して出場する場合は、所属する加盟団体を通じて本会から資格証明書の発行を受けることとする。

2 日本を代表しないで国外で開催される大会に出場する場合であっても、大会主催者から大会に出場する資格証明を求められたときは前項に準ずる。

3 前2項の資格証明書は、大会が開催される国の競技団体によって承認された大会のみ発行される。

4 出場停止となっている選手は、どの TRI 競技大会にも参加できない。TRI 加盟団体による競技大会や TRI 競技

規則に基づいて実施される大会にも出場することができない。

(未成年者の大会出場)

**第19条** 大会当日において未成年者の大会出場には、保護者または法定代理人(親権者など)による大会出場の同意を必要とする。

(大会出場資格の譲渡の禁止)

**第20条** 大会出場資格を他の選手に譲渡することは禁止する。同様に、他の選手から譲渡された出場資格で大会に出場することも禁止する。

(承諾書・誓約書の提出)

**第21条** 大会規程に定めがある場合は、大会出場に対する承諾書を提出しなければならない。

2 前項の承諾書には提出する日の日付を付すものとし、かつ、選手本人による署名又は捺印を必要とする。

3 大会当日において未成年者の大会出場には、前項の署名のほか、保護者又は法定代理人(親権者など)による署名又は捺印を必要とする。

(身分証明書の提示)

**第22条** 大会出場にあたっては、写真付きの身分証明書を提示するものとする。

(大会保険)

**第23条** 選手は、大会主催者が契約している保険の内容を十分理解し、了承した上で大会に出場するものとする。

2 大会主催者が契約している保険以外については、選手本人が対応するものとする。

(応援活動)

**第24条** 選手は、その選手個人に対する応援者が、この規則に反する応援又は支援を行わないよう配慮しなければならない。

2 本会公式大会においては、選手の応援旗、スポンサー表示旗又はこれに類するものを使用する場合、事前に大会主催者の承認を受けるものとする。

3 本会公式大会以外の大会であっても、選手の応援旗、スポンサー表示旗又はこれに類するものの使用は、大会スポンサーに配慮しなければならない。

## 第4章 大会

### (競技部門の設定)

- 第25条** 大会規程により、年齢に応じた競技部門を男女平等に設けるものとする。
- 2 選手権大会の部門は、男女別のエリート部門とオープン・女別年代別のエイジグループ選手権部門とする。
  - 3 前項のエイジグループ選手権部門は大会が開催される年の12月31日現在の年齢を基準とし、5歳ごとに区分する。
  - 4 選手権大会以外の大会であっても、前3項の規定に準じ、エリート部門とエイジグループ部門を設けることが望ましい。
  - 5 前項のエイジグループ部門は、参加者の人数に応じて区分を統合することができる。
  - 6 ジュニア部門の区分は男女別に次の表のとおりとする。
    - ・ジュニア(小学生低学年部門)大会当日において小学校1年生から3年生の者
    - ・ジュニア(小学生高学年部門)大会当日において小学校4年生から6年生の者
    - ・ジュニア(中学生部門)大会当日において中学生の者
    - ・ジュニア(高校生部門)大会当日において高等学校、高等学校に準ずる学校又は高等専門学校の第1学年から第3学年に在籍し、かつ、大会が開催される年度(毎年4月1日に始まり3月31日に終わるものとする。)において満16歳から満18歳となる者

### (TRI 競技部門)

- 第26条** TRI 区分は次のとおりである。選手の年齢は、大会が開催される年の12月31日現在とする。

- ・U15部門 : 13歳から15歳の選手
- ・ユース部門: 15歳から17歳の選手
- ・U19部門 : 16歳から19歳の選手
- ・U23部門 : 18歳から23歳の選手
- ・主な大会や公認大会に関する特定の出場資格は TRI の次のサイトを参照。<https://triathlon.org/>

### (大会変更時のポイント授与)

- 第27条** 大会が不可抗力により、本来の形式で実施できなかったときは、オリンピック出場資格ポイントを含む全てのランキングに関わるポイントを実施された状況に応じて付与する。
- 2 大会が予定どおりにトライアスロン又はマルチスポーツとして実施されたら、いずれかの種目あるいは全ての種目の距離が TRI 競技規則により短縮されても、100%のポイントが与えられる。
  - 3 大会が、距離と条件の面で TRI 競技規則に従って、別の TRI マルチスポーツ競技として実施されたら、100%のポイントが与えられる。
  - 4 トライアスロン大会がデュアスロンに代わり、中止されたスイムが同程度の所要時間のラン競技となったら、100%のポイントが与えられる。
  - 5 大会が、距離と条件の面で TRI 競技規則を外れて、別のマルチスポーツ競技となったら、75%のポイントが与えられる。

### (カットオフタイムの適用)

- 第28条** 技術代表は、カットオフタイム(制限時間)を全競技又は中間ポイントに設けることがある。

- 2 カットオフタイムを設ける場合は、登録締め切りの 30 日前までに発表する。

### (表彰)

- 第29条** 表彰及び賞品の授与は男女平等に行わなければならない。
- 2 エリート部門及びエイジグループ部門それぞれの区分ごとに上位3人にメダル、トロフィー又は盾を与え栄誉を称えるものとする。ただし小学生及び中学生の部門については学年ごと、高校生の部門については大会が開催される年度に迎える満年齢ごとに表彰するものとする。
  - 3 団体競技は上位3チームを表彰するものとする。
  - 4 トライアスロンの発展に關し特に顕著な貢献が認められた選手には特別表彰を行うものとする。
  - 5 他選手の救助等に格別な支援が認められた選手には特別表彰を行うものとする。

## 第5章 競技共通事項

### (コース等の把握)

**第30条** 選手は、コース及び競技環境を事前に把握し、かつ、自らの責務でコースを確認し、競技を行うものとする。

### (コース離脱と復帰)

**第31条** コースを離脱したときは、離脱した地点に戻って競技を再開するものとする。

### (逆走・停滯の禁止)

**第32条** 正当な理由がある場合を除き、コースの逆走及びコース上で停滯をしてはならない。

### (指示・注意)

**第33条** 選手は、大会スタッフ及び警察官の指示に従い、自ら安全を確認しながら競技を行わなければならない。

2 大会スタッフは、次の各号に掲げる事項について選手に対して注意を与えることができる。

- (1) ルール違反が起こることが予想されるときであって、違反をする前に改善を求めるとき。
- (2) 安全確保のため選手に指示を与える必要があるとき。
- (3) 軽微なマナー違反やモラル欠如に対して改善を求める必要があるとき。

3 選手は、注意が与えられたときは速やかに大会スタッフの指示に従わなければならない。

### (個人的援助の禁止と外部からの支援)

**第34条** 大会主催者の提供する支援(エイドステーションなど)又は大会主催者から許可を受けた支援以外の援助、助力及び支援(以下これらを総称して「個人的援助」という。)を受けること及び与えることを禁止する。

2 前項の規定にかかわらず、事故など緊急時における救護や安全確保への協力は個人的援助とみなさない。

3 他の選手の前進を物理的に手助けすることは、コース上のいずれの状況においても、これを禁止する。この違反は、両選手の失格とする。

4 応援者又はコーチが特定の選手と伴走又は追走することは個人的援助とみなす。また、いかなる場合であっても、選手を前進させる等の物理的支援を行ってはならない。

5 応援者又はコーチが、拡声器を使って特定の選手に対し応援、指示又は他の選手との時間差を伝えることは個人的援助とみなす。

6 TRI 大会及び事前に発表された大会に限り、同じレースで競技する選手同士において、エイドステーションに置かれた、水やサプリメント類、空気入れ、替えチューブラーイヤ、インナーチューブやパンク修理キットの交換や貸与などの行為は個人的援助とみなさない。

7 前項に掲げる大会であっても、同じレースで競技する選手同士において、いずれかの選手が競技を続けることができなくなるような競技用具を提供しあうことは個人的援助とみなす。この品目には、シューズ、自転車一式、フレーム、ホイール、ヘルメットなどがあるが、これに限定しない。

### (交通ルールの遵守と安全確保)

**第35条** 選手は、競技中であっても道路交通法をはじめとする交通ルールを守り、次の各号に掲げる事項について注意して安全を確保しながら競技を行わなければならない。

- (1) 交通規制の状況を理解し、これに応じて競技を行うこと。
- (2) バイク及びランではキープレフトを保ち、車両に注意して競技を行うこと。
- (3) 観客や通行人のコース横断に注意して競技を行うこと。
- (4) 緊急車両の通過があるときは、左端に寄って徐行又は停止して進路を譲ること。
- (5) 交通規制されている場合を除き交通標識を守ること。ただし、別に指示がある場合はこれによる。

### (優先進路)

**第36条** 選手は、他の選手の優先進路(競技を実施するにあたり想定される進路をいう。以下同じ。)を速やかに判断し、競技のスムーズな流れを確保するよう努めなければならない。

2 他の選手の優先進路を妨害する行為(以下「ブロッキング」という。)をしてはならない。

### (時間の厳守)

**第37条** 大会規程による選手受付、競技説明会、ボディナンバーの記入、スタート地点への集合、その他公式催事(以下、これらを総称し「大会プログラム」という。)は決められた時間を守らなければならない。

- 2 大会プログラムに出席できない場合又は遅れて出席する場合は、あらかじめ書面で申請し、書面により許可を得なければならない。ただし、緊急な事由により書面で申請できない場合は、電話等で大会本部に連絡し、正当と判断され、かつ、運営上の対応が可能なときに限り、あらかじめ書面で申請することを免除される。
- 3 競技のスタート時間を遅れて大会に出場することはできない。

#### (競技説明会)

**第38条** 国内の本会主催関連大会において、運営面等を考慮し、次の TRI 競技規則を準用する。

- (1) エリート、U23、ジュニア、ユース、パラトライアスリート(ハンドラー、ガイドを含む)は、出席義務の競技説明会への無断欠席は、スタートリストからの除外とする。
- (2) 競技説明会開始後に入室した場合、欠席を通知した場合は、タイムペナルティ(ロング1分、ミドル30秒、スタンダード15秒、スプリント10秒、スーパースプリント5秒)を第1トランジションで受ける。
- (3) 欠席理由が不可抗力で競技説明会の開始前に技術代表に通知している場合、審判長が下したタイムペナルティへの上訴は、スタート2時間前までに行わなければならない。

#### (レースウェア)

**第39条** 競技の際に着用するレースウェアは、機能性、安全性に優れ、競技にふさわしいものを使用するものとする。

- 2 仮装すること及び公序良俗に反するレースウェアは使用してはならない。ただし、大会規程により仮装を認める場合は、競技に著しい支障をきたすもの及び公序良俗に反するものを除き仮装することができる。
- 3 バイク及びランでは上半身及び下半身ともレースウェアをしっかりと着用しなければならない。レースウェアがまくられ上がった状態で競技をすることはできない。
- 4 エリート、U23、ジュニア、ユースのスタンダード以下の距離の大会では、ジッパーは背面に設けその長さは40cm以内とする。ただし、エイジ、ミドル、ロングディスタンス大会では前面にジッパーを設けることができる。
- 5 エイジ、ミドル及びロングディスタンス大会で使用が認められる前面ジッパーは、ユニフォームの下部でつながっており、ユニフォームの上部が肩を覆っている限り、競技中、任意の位置までジッパーを下げることができる。フィニッシュ手前100mでジッパーを閉める必要がある場合は、ユニフォームのジッパーを完全に閉めること。

#### (レースウェアへの表示)

**第40条** ウェアへの文字及びロゴの表示は、別にこの規則又は大会規程に規定がある場合を除き表示できる。ただし、レースナンバーを容易に確認できなくするようなものであってはならない。

#### (TRI 大会におけるユニフォーム)

**第41条** TRI 大会におけるユニフォームの規定は次の各号によるものとする。

- (1) TRI 大会に出場する選手は、TRI 認定識別ガイドライン(附則F)に準じたユニフォームを着用しなければならない。
- (2) ユニフォームへの商業的ロゴの表示は、スペースの制限を設ける。詳細は、TRI 認定識別ガイドライン(附則F)を参照。
- (3) 競技中や表彰式では、ユニフォームを着用しなければならない。表彰式では、長袖や長ズボンのユニフォームを着用してもよい。
- (4) ユニフォームは上半身の前面全体をカバーしなければならない。ただし、背面は腰から上をカバーしなくてもよい。
- (5) 腕は覆われていてもよいが、ウェットスーツ禁止のスイムではこの限りとはしない。エリートのスタンダード又はそれよりも短い距離の大会では、肘から先の腕の部分を覆うことはできないが、低温のときは、技術代表がメディカル代表あるいは担当者と相談し、長袖を着用可又は必須とするかを決定する。
- (6) ウェットスーツ着用の場合、腕を覆うことはできるが、手を覆ってはならない。
- (7) 全ての選手は、いかなる距離の大会でも肩から袖付きのユニフォームを着用できるが、肘(ひじ)を覆ってはならない。
- (8) ウェットスーツ禁止のスイムでは、ひざ下を覆うユニフォームを着用してはならない。
- (9) ユニフォームはワンピース型が好ましい。ツーピースの場合は、上部と下部が重なるようにし、競技全般を通し、腹部が見えないようにしなければならない。ただし、ミドルとロングディスタンス大会では、腹部を覆わなくともよい。
- (10) ジッパーは40cm以内で背面に限り認められる。このルールは、エイジ、パラ、ミドル、ロングディスタンス大会では適用しない。
- (11) ユニフォームは競技中、両肩の上にかかるべきなければならない。

- (12) エリート、U23、ジュニア、ユース、パラトライアスロンのスタンダード距離以下の大会では、スタートからフィニッシュまで、同じユニフォームを着用しなければならない。
- (13) ミドルとロングディスタンス大会及び技術代表が認めた場合は、雨天用ジャケットを着用できる。ただし、雨天用ジャケットは、ユニフォームと同じデザインで同色であるか、透明な素材でなければならない。
- (14) 競技規則に準じていない場合、TRI 提供のトライアスロンスーツを着用しなければならない。競技規則に準じていないロゴは、マーカーや他の方法で隠すよう要請されることがある。レース中や表彰式で、競技規則(TRI 認定識別ガイドライン)に準じていないロゴの付いたユニフォームを着用した場合、失格とする。
- (15) 宗教上の理由があり、次の要件を満たした場合、顔を除く全身をカバーすることができる。FINA が承認したウェットスーツ禁止スイムで適用できる素材であること。バイクメカニズムに支障がないこと。特別なレースナンバー表示は、指示に従って取り付ける。

(日本選手権等におけるユニフォーム)

**第42条** 日本選手権及び世界並びにアジア選手権選考大会におけるユニフォームへの表記は、第 41 条の規定を準用する。

(レースナンバーの割り当て)

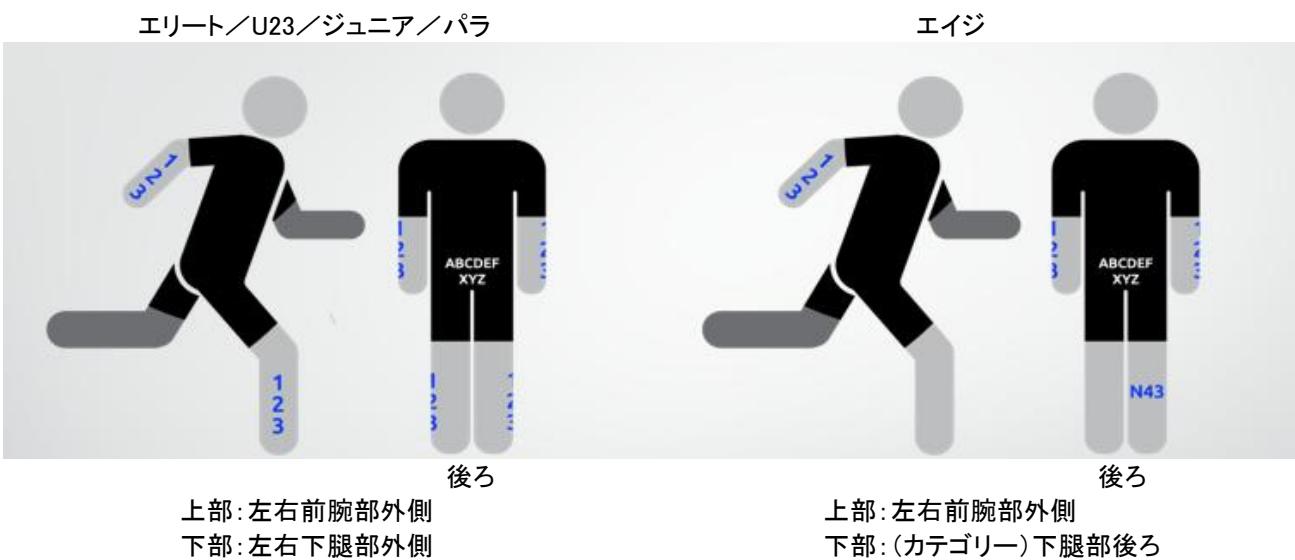
**第43条** レースナンバーの割り当て

- (1) 選手のレースナンバーは、前の同様の大会の結果に基づいて、最も関連のあるランキングやポイントリストをつかって、割り当てられる。
- (2) エリート男子とエリート女子の大会は、ミドル、ロングディスタンス大会を除いて、数字の 1 から番号を付す。ただし、TRI 大会では、数字の 13 番は使用しない。

(ボディマークイング)

**第44条** 大会規程による指示に従ってボディマークイングを受けるものとする。

- 2 指定されたナンバー以外を身体に書き込むことは禁止する。
- 3 指定又は許可されたシール以外のものを身体に貼り付けることは禁止する。
- 4 大会実行委員会はボディマークイング転写シールを配布する。選手は競技開始前に貼らなければならない。
- 5 ボディマークイングは、競技説明会で TRI の技術代表による特別な指示がない限り、下図に示すようにそれぞれの前腕と下腿部に付けなければならない。



6 複数の数字を使用するボディマークイング、または転写シールは、上下になるようにし、横並びとしない。

7 エイジグループとオープンパラトライアスロン

- (1) ボディマークイングは TRI 技術代表が競技説明会で特別な指示をしないかぎり、両腕に施す。
- (2) 複数の数字を使うボディマークイング、または転写用シールは横並びではなく上下で配置する。
- (3) 片方のすねに、もしユニフォームでカバーされていなければ、選手のカテゴリーと性別をマークする(例:N25(オープン 25~29 歳)、F25 (女子 25~29 歳)、X120(オープングループミックスリレー120-159 歳)

(タトゥー)

**第45条** タトゥーは、原則として、隠さなくとも参加することができる。ただし、大会施設がこれを制限し、または大会独自の理由により禁止することがある。この場合において、長袖シャツ着用やテープ類でタトゥーを覆うことにより出場を認める。

2 大会が指定した、貼付式のレースナンバー及びロゴ以外のタトゥーの使用は禁止する。

(競技用具の安全管理)

**第46条** 競技用具は、製作メーカー指定の取扱方法を守って使用するものとする。

2 競技用具の整備は、選手自らの責任で行い、常に整備された状態で使用するものとする。

3 競技中の転倒などで競技用具に損傷を受けたときは、選手自ら適切な処置を行うものとする。ただし、処置を行った場合であっても、危険が予測されるときは競技を中止するものとする。

(使用禁止用具)

**第47条** 次に掲げる用具の使用は禁止する。

(1) 危険を生じさせるおそれがある用具(ガラス製品、ヘッドフォン等)及び装飾品

(2) 無線機、携帯電話、ナビゲーター等の通信機器および各種録画機器。ただし、大会規程において緊急時の使用が認められている場合および大会側から許可された場合を除く。

(使用条件付き競技用具)

**第48条** ワセリン、オイル類、保湿クリーム及び日焼け止めなどは、無色のものに限り使用できる。ただし、ボディマーキングを受ける前に使用してはならない。

2 スプレー類は、他の選手に影響を与えないように使用するものとする。

3 ウォーターバッグは、レースナンバーが隠れないように使用しなければならない。

4 ベルトタイプの冷却材は、頭部と首にそれぞれ1個のみ使用できる。ただし、見苦しくないこと及びフィニッシュの手前で取り外すことを条件に複数個使用することができる。

(新技術を用いた競技用具)

**第49条** 新技術又は革新的な技術を用いた競技用具は、事前に許可を受けなければ大会で使用することはできない。

(競技用具の検査)

**第50条** 大会規程に定めがある場合は、指定された競技用具の検査を受けなければならない。ただし、この検査は、この規則に適合しているかどうかを確認するものであり、競技用具の安全性を保障するものではない。

2 前項の検査を受けた後に、競技用具の変更及び改造することはできない。ただし、変更又は変更予定のある競技用具も同時に検査を受けた場合は変更できる。

3 大会当日、競技用具の故障又は天候の急変により検査を受けた競技用具が使用できない場合は、審判長の許可を受けて変更することができる。

4 大会規程により指定のあった検査のほか、大会スタッフから指示があったときは、事前検査の有無に関わらずいつでも検査に応じなければならない。

(貸与品)

**第51条** タイミングベルト(計測器具)などの貸与品は指示に従って使用し、競技終了後は返却しなければならない。

(計測される時間)

**第52条** トライアスロン等の記録として計測される時間は、スタートからフィニッシュまでに要した時間とし、トランジションエリアにおいて次の種目に移行する時間も含まれる。ただし、大会規程により、種目変更のためのインターバルが設けられる場合は、種目変更のための時間は計測される時間に含まれない。

(競技の一時停止)

**第53条** 選手は、危険回避、体調保全又は競技用具の整備のために、競技を一時的に停止することができる。この場合において、一時停止している時間は計測される時間に加算される。

(競技の中止・棄権)

**第54条** 大会スタッフは、選手が過度の疲労、競技力不足又は事故等により競技の続行に支障があると判断したときは、選手に対し、競技の中止を指示することができる。

2 大会スタッフに競技の中止を指示されたときは、これに従わなければならない。

3 選手は、競技続行に不安があると感じたときは、自らの意思で競技を棄権するものとする。

4 競技を棄権したときは、大会本部にその旨申告しなければならない。この場合の申告方法は、大会規程又は大会スタッフの指示による。

(制限時間)

**第55条** 制限時間内に各種目のフィニッシュライン又は指定箇所(閥門)を通過できなかった場合は、競技を中止しなければならない。ただし、運営上の問題がないと判断された場合に限り競技の続行が許可されることがある。

2 制限時間内に完走できなかった場合の記録は DNF(未完走)とする。

(エイドステーションでの補給)

**第56条** エイドステーション付近では、安全な速度まで減速し、周囲に十分注意して補給を受けるものとする。

2 補給を受けるときは次の各号に掲げる方式による。

(1) 受取方式 大会スタッフより補給物を直接受け取る方式。手を上げるか口頭で受け取ることを合図して受け取る。この場合において、大会スタッフは止まって補給物を渡すことを基本とする。

(2) 取上げ方式 テーブルに置かれた補給物を選手自ら取り上げる方式

(3) ピット方式 ピットにエイドステーションが設けられる方式。この場合において、選手は一旦停止して補給を受けるものとする。

## 第6章 スイム(水泳)

### (スイムコース)

**第57条** スイムは、海、湖沼、河川又はプールなどに設定されたコースで実施する。

2 スイムの距離は泳ぐ距離を基準とし、スタート、周回コースにおいて一旦陸上に上がる部分及びスイムフィニッシュ（スイムの終了地点をいう。以下同じ。）前後の走る距離を含まない。

3 スイムで計測される競技時間は、スタートからスイムフィニッシュのラインまでに要した時間とする。

### (スイムの競技方法と注意)

**第58条** スイムは、状況に応じた最良の泳法により競技することができる。

2 水中では、スポーツ競技を行うための個人スペースを有しているとみなされる。

3 水中で突発的に他選手と接触し、離れることなく進路妨害を続けることを禁止する。

4 意図的な進路妨害を行い、アドバンテージを得て相手に不利益をもたらした場合、重大な罰則が与えられる。

### (小休止)

**第59条** 危険回避や体調保全のため、競技を一時停止してブイ、コースロープ、フロート類及び停止中のボートにつかまるなどの方法により小休止をとることができる。ただし、これらを利用して推進することを禁止する。

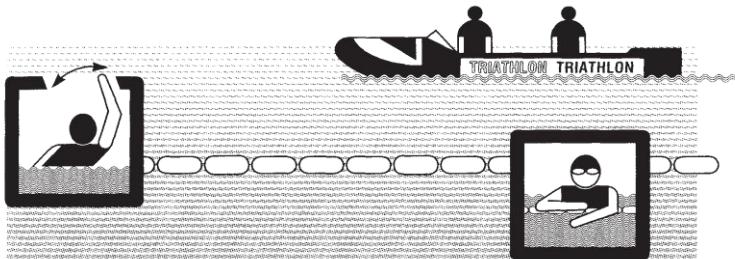
### (緊急時の心得と合図)

**第60条** スイムでは、緊急時に備えて余力を残して競技し、自ら安全を保てるよう心がけなければならない。

2 救助を求めるときは、図のように、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る。

緊急時は、選手は腕を頭の上に挙げ、助けを求めなければならない。

3 一度救助された選手は、原則として競技を再開することはできない。



### (スイムスキップ)

**第61条** スイムのスタート前や競技中、あるいは周回地点などでリタイアした場合、大会ルールにより、次の競技から再開を認めることがある。ただし、公式記録からは除外又はスイムスキップと表示する。

### (禁止行為)

**第62条** スイムでは、次に掲げる行為を禁止する。

- (1) 不正スタート(フォールス・スタート)
- (2) スタートエリア外又は指定のスタート位置以外からのスタート。
- (3) ブイ又はコースロープなどで示されたコース内側をショートカットして泳ぐこと。
- (4) コースロープなどでコースが区切られている場合は、このコース外を泳ぐこと。
- (5) プールでのスイムは、状況により水底に足を付けてもよい。ただし、歩き、又は水底を蹴りながら推進してはならない。
- (6) 危険行為(肘打ち、蹴る、のしかかるなど)
- (7) 固定物等を引っ張る、押す等を利用して前進すること。

### (着用義務用品)

**第63条** スイムでは、支給された公式スイムキャップを着用しなければならない。

2 スイムキャップを2枚重ねて使用するときは、内側のキャップはブランド名のないものとし、スタートへの整列を始めたときから、公式キャップは外側に着用しなければならない。

3 公式スイムキャップはそのまま使用するものとし、名前を書き込むなどを含め変造を禁止する。

(トライスーツ)

**第64条** トライスーツの形状・素材は次のとおりとする。

2 トライスーツには、いかなるネオプレーン(合成ゴム)の部分があつてはならない。

3 ウェットスーツ着用禁止のときは、肩よりも下の腕の部分や膝下の脚部を衣服で覆うことを禁止する

4 プリントロゴは認められたスペースのみに配置することができる。

(ウェットスーツ)

**第65条** ウェットスーツの着用が禁止されるときは、認定済のトライスーツを着用しなければならない。選手が複数のトライスーツ着用を選択した場合、いずれのトライスーツも規定に準じていなければならない。また、外側のトライスーツは、ユニフォーム規則に準じていなければならず、競技中の全般にわたり脱ぐことはできない。

2 前項の規程はミドル及びロングディスタンスの大会を除く。

(スイムスキン)

**第66条** エリート、U23、ジュニア、ユースおよびパラトライアスロンのスタンダードディスタンス以下の距離の大会においてスイムスキンは許可されない。

2 エイジグループの選手は全ての大会、距離においてスイムスキンが許可される。

3 スイムスキンはスイムセグメント以降では脱がなければならない。

4 スイムスキンの素材は、トライスーツと同じものとする。

5 スイムスキンはミドルとロング大会のための認定識別に関するガイドのウェットスーツ適用セクションに従わなければならない。

(ウェットスーツの形状)

**第67条** ウェットスーツの着用が義務付けられている大会及び着用することができる大会においては、次の各号に掲げる条件を満たす形状のものを使用するものとする。

(1) 身体によく合ったサイズであるもの。

(2) 手首及び足首より先を覆わないもの。

(3) 下半身のみを覆う形状でないもの。

(4) 厚さが 5mm を超えないもの(各部の厚さはこの範囲内であれば制限を設けない。) ウェットスーツが 2 ピースの場合、重なる部分の厚さも併せて厚さ 5mm の制限を超えてはならない。±0.3mm の誤差が許容される。

(5) 表面に推進力又は浮力を向上させるような加工が施されていないもの。

(6) 内部に浮力を向上させるものが入っていないもの。

2 頭部を覆うヘッドキャップは、前項の条件を満たすもののみ使用できる。

(TRI ワールドカップ及び世界選手権におけるウェットスーツ)

**第68条** TRI ワールドカップ及び世界選手権エリート部門、U23部門、ジュニア部門におけるウェットスーツは、別に定めがあるもののほか、次の各号によるものとする。

(1) 事前に TRI から許可を得たモデルであること。

(2) 正面及び背面に表記できるロゴ等は製造者のもののみとし、それぞれ面積 80 cm<sup>2</sup> 以内であることとする。

(3) 前号の規定はウェットスーツの外側及び内側とも適用される。

(4) 複数の製造者のロゴ等を組み合わせて表記する場合、その面積の合計 80 cm<sup>2</sup> を超えてはならない。

(5) 側面にロゴ等を表記する場合においてその面積は、正面又は背面に表記できるロゴ等の面積 80 cm<sup>2</sup> 以内に加算されるものとする。

(日本選手権等におけるウェットスーツへの表示)

**第69条** 日本選手権及び世界若しくはアジア選手権選考大会におけるウェットスーツへの表記は、前条の規定を準用する。

(使用禁止用品)

**第70条** スイムでは、次に掲げる用品の使用を禁止する。

(1) 足ヒレ又はパドルなど推進を補助する効果が得られる用具

- (2) 浮力を得られる用品
- (3) グラブ、ソックス(ウェットスーツ着用義務時を除く)、シュノーケル及びガラス製品
- (4) 保護のための耳栓を除き耳の中に挿入又は耳全体をカバーするヘッドホン、ヘッドセット、イヤホン
- (5) 他の選手や自身を傷つけると思われる宝飾品(選手はそれらを取り外す様要求される場合がある)
- (6) 禁止時にウェットスーツを着用、ウェットスーツの一部を利用すること
- (7) 承認されていないスイムスーツ
- (8) レースナンバー(ウェットスーツ禁止スイムの場合)
- (9) あらゆる宝飾品
- (10) エリート、U23、ジュニアレースのスタンダードディスタンス以下のレースにおいてスイムでは時計の使用は許可されない。但し、審判長が許可した場合を除く。

(使用制限用品)

**第71条** スイムでは、最新技術による安全救助機器を導入し、安全管理を促進するものとする。

2 安全のための瞬間膨張式浮力具(チューブ)。身に着けることはできる。ただし、ふくらませたときはレースを継続することはできない。この場合において、大会規程により認められるときは、参考記録として競技を継続することができる。

(ウェットスーツの着用)

**第72条** ウェットスーツは安全のために有効であり、着用を推奨する。ただし、別に指定がある場合はこれによる。

2 低水温や不安定な環境が予想されるときは、ウェットスーツの着用を義務付けることがある。この場合においては、競技開始前に公式掲示板等により通知される。

(ウェットスーツ着用基準)

**第73条** ウェットスーツの着用基準の水温は次のとおりとする。着用必須の場合、胴体を覆ったウェットスーツを着用しなければならない。

エリート、U23、ジュニアとユース選手

スイムの距離	禁止	必須
1500m 以下	20°C以上	15.9°C以下
1501m 以上	22°C以上	15.9°C以下

着用必須の場合、少なくともウェットスーツは胴体を覆っていること。

エイジグループ (59歳以下のカテゴリーの TRI 大会で限定的に適用)

スイムの距離	禁止	必須
1500m 以下	22°C以上	15.9°C以下
1501m 以上	24.6°C以上	15.9°C以下

着用必須の場合、少なくともウェットスーツは胴体を覆っていること。

エイジグループ (60歳以上のカテゴリーの TRI 大会で限定的に適用)

スイムの距離	禁止	必須
全ての距離	24.6°C以上	15.9°C以下

着用必須の場合、少なくともウェットスーツは胴体を覆っていること。

2 水中に留まる最長時間

スイムの距離	エリート、U23、ジュニアとユース	エイジグループ
300m 以下	10 分	20 分
301m 以上 750m(31°C未満)	20 分	30 分
301m 以上 750m(31°C以上)	20 分	20 分
751m 以上 1000m	25 分	50 分
1001m 以上 1500m	30 分	1 時間 10 分
1501m 以上 3000m	1時間 15 分	1 時間 40 分
3001m 以上 4000m	1 時間 45 分	2 時間 20 分

### 3 距離修正

(1) スイム距離は次の表により短縮または中止とすることがある。

設定された スイムの距離	水温								
	33°C以上	32°C– 32.9°C	31.0°C– 31.9°C	15.0°C– 30.9°C	14.0°C– 14.9°C	13.0°C– 13.9°C	12.0°C– 12.9°C	11.0°C– 11.9°C	11.0 °C 未満
300m 以下	中止	元の距離	元の距離	元の距離	元の距離	元の距離	元の距離	元の距離	元の距離
750m	中止	中止	750m	750m	750m	750m	750m	中止	中止
1000m	中止	中止	750m	1000m	1000m	1000m	750m	中止	中止
1500m	中止	中止	750m	1500m	1500m	1500m	750m	中止	中止
1900m	中止	中止	750m	1900m	1900m	1500m	750m	中止	中止
2000m	中止	中止	750m	2000m	2000m	1500m	750m	中止	中止
2500m	中止	中止	750m	2500m	2500m	1500m	750m	中止	中止
3000m	中止	中止	750m	3000m	3000m	1500m	750m	中止	中止
3800m	中止	中止	750m	3800m	3000m	1500m	750m	中止	中止
4000m	中止	中止	750m	4000m	3000m	1500m	750m	中止	中止

確認: 上記の温度は、必ずしも最終決定に使用される水温ではない。水温 22°C以下で気温 15°C以下のときは、次表に従って、実測値を下回る“公式水温(換算水温)”で最終判断を行う。

水温(全て°C)	気温(全て°C)										
	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5
水温(全て°C)	22	18.5	18.0	17.5	17.0	16.5	16.0	15.5	15.0	14.5	14.0
	21	18.0	17.5	17.0	16.5	16.0	15.5	15.0	14.5	14.0	13.5
	20	17.5	17.0	16.5	16.0	15.5	15.0	14.5	14.0	13.5	13.0
	19	17.0	16.5	16.0	15.5	15.0	14.5	14.0	13.5	13.0	12.5
	18	16.5	16.0	15.5	15.0	14.5	14.0	13.5	13.0	12.5	12.0
	17	16.0	15.5	15.0	14.5	14.0	13.5	13.0	12.5	12.0	中止
	16	15.5	15.0	14.5	14.0	13.5	13.0	12.5	12.0	中止	中止
	15	15.0	14.5	14.0	13.5	13.0	12.5	12.0	中止	中止	中止
	14	14.0	14.0	13.5	13.0	12.5	12.0	中止	中止	中止	中止
	13	13.0	13.0	13.0	12.5	12.0	中止	中止	中止	中止	中止

(2) 強風、大雨、温度変化、潮流など気象条件により、技術代表とメディカルディレクターは、スイム距離やウェットスーツの使用可否を決定する。技術代表は、最終決定をスタート 1 時間前に行い、選手に明確に伝えなければならない

(3) アクアスロン(第 1 ラン、スイム、第 2 ラン)

大会当日の水温が 22°C未満の場合、第 1 ランを中止し、スイムランに変更する。

(4) 水温は大会のスタート 1 時間前に計測する。計測地点はスイムコースの中間点と他の 2 力所で、水深は 60 cm とする。平均測定値が 27°C以下の場合、最低測定温度を公式水温(換算水温)とする。測定された平均値が 27°C を超える場合最高測定値を公式水温(換算水温)とする。

(スタート手順)

**第74条 スタート位置選択(エリート、U23、ジュニア、ユース選手)**

(1) スタート番号順に整列する。

(2) ポンツーンなどのスタートエリアに入ったら、選択した番号に進み、プレスタートラインの後ろで待機する。複数のスタート位置を占めることはできず、選択した位置を変えることはできない。

(3) スタートラインに配置された審判は、各選手のレースナンバーと選択した場所を記録する。

(4) 全選手がスタート位置についたときにスタート位置選択は完了する。

**2 スタート手順(エリート、U23、ジュニア、ユース選手)**

(1) 全選手が適切な位置につき、スタートラインに配置された審判が確認・記録後、“Athletes, you are now in the hands of the starter”(選手のみなさん、スタートナーの手に委ねられています)のアナウンスがされる。その後、ハートビートのサウンドが最大 15 秒間再生され、フェードアウトする。

(2) ハートビートフェードアウト 3~5 秒後に任意に鳴らされるスタートホールの合図で、スイム競技を開始する。スタートエリアで横に移動することは禁止とし、第 1 ブイの方向に向かって競技するものとする。

- (3) スタート手順を担当する審判は以下のとおり
- ①2人のスタート審判は、選手後ろのスタートエリア中間地点に、となり同士で待機する。
- ・第1スタート審判は、選手後方より、不正スタートを監視する役割とする。
  - ・第2スタート審判は、スタートを合図する役割とする。
- ②2人の不正スタートを管理する審判は、スタートがはっきり見えるスタートエリアの両サイドに配置される。
- ・不正スタート合図(短く繰り返す)として、エアホーンが使用される。
  - ・合図前の不正スタートを証明するために、写真/ビデオカメラを使用する。
- (4) 不正スタート(合図前に選手数名が前に動く)では、選手は選択した位置に戻る。この場合、スタートラインに配置された審判が制御し、スタート手順を繰り返す。
- (5) 不正スタートが数名である場合は、審判長の判断により、レース続行を可能とし、スタートを有効と判断することができる。不正スタートを行った選手は、写真、ビデオカメラで特定する。不正スタートの選手は、第1トランジションでレース距離に応じ、スーパースプリント5秒、スプリント10秒、スタンダード15秒、ミドル及びロング30秒のタイムペナルティが科せられる。リレーイベントにおいては、チームの最初に競技を行う選手にタイムが追加される。
- (6) 前項の手順は、他のマルチスポーツ大会において、スイムがランとなったスタートでも適用される。

### 3 スタート手順(エイジグループ、パラトライアスロン選手)

- (1) 選手は競技クラス・スタートウェーブごとにプレ待機所に集合する。
- (2) 選手はスタートエリアでレースナンバーか名前を呼ばれ、審判の指示により、スタート位置につく。
- (3) 全選手がスタート位置についたら、ホーンのスタート合図で競技をスタートする。
- (4) 不正スタートの場合、警告音を繰り返し、不正スタートであることを示す。選手は選択した位置に戻り、スタート手順を繰り返す。
- (5) 前述にかかわらず、不正スタートの選手が数名の場合は、競技を続行させることができる。不正スタートを行った選手は、第1トランジションにおいてレース距離に応じたタイムペナルティが科せられる。
- (6) 前述は、他のマルチスポーツ大会においても適用する。
- (7) 割り当てのウェーブよりも早い区分で競技開始した選手は失格とする。
- (8) 割り当てのウェーブに遅れた場合、スタートを担当する審判の判断によりスタートできることがある。計測される競技時間は本来のウェーブ開始時間とする。

### 4 スタート手順(インターバルスタートシステム)

- (1) 選手は、決められた時間どおりにスタートラインに立つ責任がある。
- (2) 全てのスタートを記録するためにビデオカメラが使用される。
- (3) スタートを担当する審判は、自分の時計とタイムキーパーの時計の時間を合わせる。
- (4) スタートを担当する審判は、全選手に予定時間のスタートを促す。スタート時の違反を記録する補助の審判はスタート近くに位置しなければならない。スタート遅延が不可抗力かどうかを審議委員が判断するため、電動及び手動計時で実際のスタート時間を記録する。
- (5) 選手はスタート順にしたがって整列する。選手はスタート時間の少なくとも2分前までにプレスタートエリアに集合しなければならない。
- (6) 選手はスタートの15秒前、5秒前をスタートから知らされる。
- (7) スタート審判は電子ホーンあるいは手動ホーンでスタート時間を告げる。
- (8) スタート時間前にスタートした選手は、スタートラインに呼び戻される。
- (9) スタート時間に遅れた選手は、スタート審判の許可を得てスタートすることができる、ただしスタート時間の変更はしない。

### 5 スタート手順(ローリングスタートシステム)

- (1) ローリングスタートは、多数の選手が出場するロングディスタンス大会で有効である。これ以外でも、ドラフトинг禁止大会やスイム同時スタートに適度な広さがない状況で適用できる。
- (2) この方式は、原則としてエイジグループに限定して適用する。
- (3) 個々のスタートグループの選手数は状況に応じるものとするが、大人数のマススタートとはしない。
- (4) スタート審判は、突発的状況に対応し、スタート手順を中断し、再設定できる。
- (5) 割り当てられたウェーブに遅れた選手は、スタート審判に承認を得る必要がある。選手のスタート時間は実際の選手のスタート時間となる。

## 第7章 トランジションエリア

### (トランジションエリアの定義)

**第75条** トランジションエリア(乗車ラインと降車ラインを含む)は、選手が次の種目に切り替えるための場所をいい、コースの一部とする。

2 トランジションエリアの範囲は、スイムフィニッシュからバイク乗車位置まで及びバイク降車位置からランスタートまでとする。乗車ラインと降車ラインは、同エリアの一部とする。

3 最初の競技から次に移るエリアを第1トランジション(transition 1)、三番目の競技に移るエリアを第2トランジション(transition 2)とする。コースにより同一、あるいは別の場所に設置する。

### (トランジションエリアでの基本)

**第76条** トランジションエリアでは次のことを守らなければならない。

2 バイクスタート時、ラックから外す前から、バイク競技終了時にバイクをラックに掛けるまで、ヘルメットのストラップをしっかりと締めていなければならない。

3 指定されたバイクラックにバイクを掛ける又は置かなければならない。

4 トランジションエリアの動線上に立ち止まることはできない。

5 トランジションエリアで選手位置に目印を付けることを禁止する。目印で付けられたものは、選手への通告なく撤去する。

6 バッグドロップシステム(荷物預け方式)の大会では、用具を指定のバッグに入れて預ける。ただし、バイクシュー  
ズはペダルに固定したままとする。

### (競技用具の置き方)

**第77条** 競技用具はトランジションエリアの指定された場所に置くこととする。この場合、他選手のじゃまにならないよ  
う、最小限の広さに収めなければならない。

2 前項の場所がナンバーシールで指定されているときは、シールの貼付けてある側に競技用具を置き、更衣などのトランジションを行うものとする。

3 前項の方法により場所が指定してある「棒状のバイクラック」を使用するときは、ナンバーシールの貼付けてある側にハンドルバーがあるように向けて、バイ克拉ックにサドルを掛けることを基本とする。

4 「棒状のバイ克拉ック」では、バイクは次のように掛けなければならない。

(1) 第1トランジション(トランジション・ワン):サドルの前方が水平方向のラックバーに掛かった直立した状態で、前輪がトランジション通路の中央に向かうように置く。ただし審判の判断により例外措置をとることができる。

(2) 第2トランジション(トランジション・ツウ):どちら向きでも良いが、ハンドルバーの両側、両方のブレーキレバー、又はサドルは、ラック番号またはネームプレートの真下を起点として 0.5 m 以内の場所に置かれなければならない。この場合において、バイクを他選手の進行を妨げるよう置いてはならない。

5 独立型個別バイ克拉ックでは、第1トランジションで後輪をラックし、第2トランジションでは前輪又は後輪のどちらかをラックする。

6 デュアスロン競技の第2ランで同じシューを使用する場合、トランジションエリアの用具入れに入れる必要はない、また、ラン用シュー1組は、競技中常に地面に置いておくことができる。この場合において、ラン用シューは用具入れ(ラックナンバー/名前プレート)の 0.5m 以内に置くものとする。

7 バイクシュー、メガネ、ヘルメット及び他のバイク用具を第1トランジションに設置したバイク上に置くことができる。

### (競技中の着替え)

**第78条** 更衣テントなど指定された場所以外において、みだりに裸になってはならない。

2 スイムからトランジションエリアに向かう際にスイムキャップ、ゴーグルなどを脱ぐことはできるが、ウェットスーツは、完全に脱ぐことはできない。また、これらの用具は、指定された場所に置かなければならない。

### (持ち込み禁止・制限品)

**第79条** 使用が禁止された用具や競技に直接必要でない物(着替え、バッグ類及び貴重品など)をトランジションエリ  
アに持ち込んではならない。

2 クーラーボックス又は耐寒用ウェアは、必要最小限の大きさであって競技の邪魔にならないことを条件に、事前に審判長又はトランジションエリアを統括する審判の許可を得て持ち込むことができる。

(入出制限)

- 第80条** 選手は、競技中を除き、トランジションエリアに立ち入るときは大会スタッフの許可を得なければならない。
- 2 トランジションエリアの競技用具は、許可があるまで持ち出すことはできない。ただし特別な理由があるときに限り、審判長又はトランジションエリアを統括する審判の許可を得て持ち出すことができる。
- 3 トランジションエリア内は、競技中及び競技前後にかわらず選手及び許可された大会スタッフ以外の立ち入りを禁止する。ただし、やむをえない理由がある場合に限り、審判長又はトランジションエリアを統括する審判の許可を得て立ち入ることができる。

(バイクシューズ)

- 第81条** あらかじめペダルにバイクシューズを付けておくことができる。ただし、バイクスタート直後のコース状況によっては、これを禁止することがある。

(トランジションエリアでのバイク乗車禁止)

- 第82条** トランジションエリア内では、バイクの乗車を禁止する。ただし、バイク競技中、トランジションエリア内を通過するコース設定である場合を除く。
- 2 サドルに乗っている状態、バイクにまたがっている状態及びペダルに片足を乗せて走行している状態は、「乗車している」とみなす。
- 3 トランジションエリア内(乗車ラインの手前と降車ラインの通過後)は、バイクは手だけで押し進めなければならない。
- 4 乗車又は降車の際に、シューズや他の用具を落とした場合、審判が回収し、ペナルティとしない。

(バイク乗車方法)

- 第83条** バイクの乗車は、選手の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しなければならない。
- 2 乗車ラインを通過してからもバイクを押して走ることができ、乗車ラインを越えた直後に乗車しなくともよい。

(バイク降車方法)

- 第84条** バイク降車は、降車ライン手前の地面に、片足が完全についてから降車しなければならない。
- 2 降車ゾーン(降車ラインから後方に向かって長さ5mを基準とするゾーン)が設定されている場合、選手のバイク先端が降車ゾーンに入る前に、片足を完全に接地してから、降車しなければならない。

(ヘルメットの着脱)

- 第85条** ヘルメットストラップは、バイクスタート前には、バイクラックからバイクを外す前にしっかりと締め、バイクフィニッシュ後は、ラックにバイクを掛けてからストラップを外さなければならない。
- 2 ヘルメット着用前にあらかじめストラップをつないでおくことは禁止する。
- 3 レース中、コース試走、トレーニングなどでのバイク乗車時は、常にヘルメットを着用しなければならない。
- 4 何らかの理由でコースの外側に出る場合、降車して、バイクから手が離れるまで、ストラップを外すことはできない。競技に復帰するためには、まずヘルメットを着用し、ストラップをしっかりと締めてから、バイクに乗車するものとする。

## 第8章 バイク(自転車)

### 第1節 バイク共通事項

#### (バイクコース)

**第86条** バイクコースの距離は乗車ラインから降車ラインまでとする。

2 バイクにおいて計測される競技時間は、スイムフィニッシュのラインからランスタートのラインまでに要した時間とし、トランジションエリアにおいて要した時間も含まれる。ただし、トランジションエリアにおいて要した時間が別に計測される場合は、乗車ラインから降車ラインまでに要した時間とする。

#### (バイクの競技方法)

**第87条** バイクの競技方法は、バイクに乗車して行うことを基本とする。

2 コースの路面状況、急坂又は機材の故障などの理由によりバイクに乗車したまま競技を行うことが困難なときは、降車し、押す、持ち上げ又は担ぐなどの方法により競技することができる。ただし、ホイールを伴わない状態でフィニッシュすることはできない。

#### (禁止行為)

**第88条** バイク競技中は次に掲げる行為を禁止する。

- (1) バイクコースを逆走すること。誤ってバイクコースから離脱し、又はコース上に落とした用具を拾うなど正当な理由によりバイクコースを戻らなければならない場合は、バイクから降りて押して戻らなければならない。
- (2) 手とハンドルバー、お尻とサドル、足とペダル以外の組み合わせで自転車に接触するフォームで走行すること。
- (3) バイクから離れて走行すること。
- (4) 道路が完全規制された一方通行であるコースを除き、センターラインをはみ出して走行すること。
- (5) 他の選手をブロックすること。
- (6) 上半身裸でバイクに乗ること。
- (7) バイクチェックイン時と異なるバイクを競技で使用すること。

#### (安全の確保)

**第89条** バイク競技中は、常に周囲に対して注意を払わなければならない。

2 徐行・減速・停止などによりいつでも危険を避けることができるよう心がけるものとする。

3 大会スタッフが特別な指示をしない限り、大会開催地の交通規則に従わなければならない。

4 安全上の理由で競技コースを離れるときは、アドバンテージを得ることなく、コースに戻らなければならない。この違反に対し、エイジグループはトランジションエリアでのタイムペナルティ、他区分ではペナルティボックス(ラン)で同ペナルティを受けるものとする。

#### (バイクの基本構造)

**第90条** 競技に用いるバイクは、ロードレーサーを基本とする。

2 UCI 規則(該当年の1月1日時点)に適合するバイクを競技、試走及び公式トレーニングにおいて使用しなければならない。

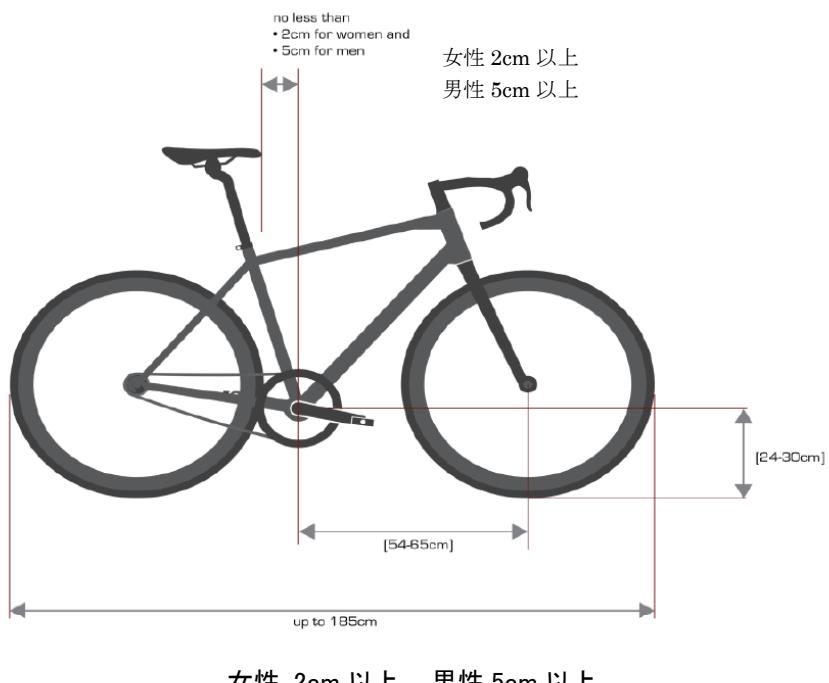
- (1) UCI ロードレース規則を、トライアスロンやデュアスロンのドラフティング許可レースで適用する。
- (2) UCI タイムトライアル競技規則を、トライアスロンやデュアスロンのドラフティング禁止レースで適用する。
- (3) UCI マウンテンバイク競技規則を、ウインターロードレース、クロストライアスロン、クロスデュアスロンで適用する。

3 自転車は、2つの同径ホイールからなる人的駆動の車両であって、前輪はハンドル操作が可能であり、後輪はペダルとチェーンでの駆動システムとする。自転車は、バイシクル、サイクル、一般にはバイクと表現し、次項の特性を備えていなければならない。

4 ドラフティング許可レース用(対象:エリート、U23、ジュニア、ユース)

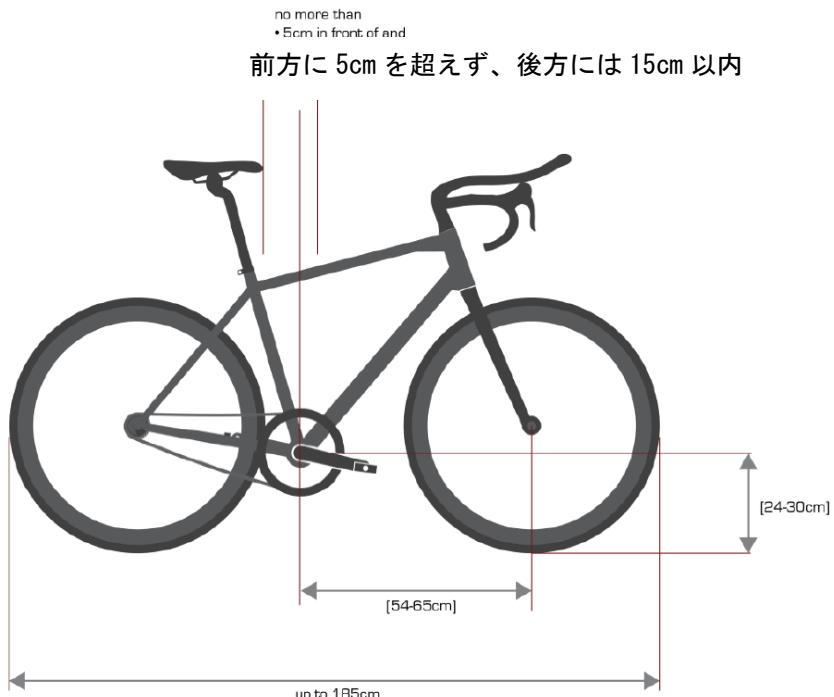
- (1) バイクのフレームは、メイン三角形を中心とする伝統的なパターンで次を満たすものでなければならない。
  - ・直管又はテーパー付きチューブ(断面形状が、円、楕円、偏平、涙滴形状等)で構成され、各構成材の中心線は、常に直線であること。
  - ・フレームの構成材は、次のパターンに適合した接合部をもって配置されていること。
  - ・トップチューブは、ヘッドチューブの上端とシートチューブの上端を接続すること。
  - ・シートチューブ(シートポストに連結する)は、ボトムブラケットシェルに接続すること。

- ・ダウンチューブは、ボトムブラケット、シェルとヘッドチューブの下端に接続すること。
  - ・リアトライアングル(後ろ三角)は、チェーンステイ、シートステイ及びシートチューブで構成され、シートステイはトップチューブの傾斜に許される範囲内でシートチューブに固定すること。
  - ・各チューブの最大径は、8cm、最小径は 2.5cm でチェーンステイとシートステイは、最小幅が 1cm であること。
  - ・フロントフォークは、最小幅を 1cm とし、直線状又は曲線状であること。
- (2) バイクは全長 185cm 以内、幅 50cm 以内であること。
- (3) チェーンホイール軸の中心は、地面から 24cm 以上 30cm 以内であること。
- (4) チェーンホイール軸を通る垂直線と前輪軸の中心を通る垂直線の間隔は、54cm 以上 70cm 以内であること。
- (5) 空気抵抗を低減する効果を有するもの、人工的加速を目的とした保護スクリーンや胴体状のフェアリング、あるいは同様の機能を有する部品をバイク本体に組み込んでいないこと。
- (6) UCI 承認ラベル(コード RD)が付いたバイクは、ドラ�ティング許可レースでの使用を認める。
- (7) UCI タイムトライアル承認ラベル(コード TT)が付いたバイクは、上記リストに明示された条件を満たさなければ禁止する。
- (8) U23 とエリート大会におけるサドルポジションは次のとおりとする。
- ・サドルの最先端部に触れる垂直線は、チェーンホイール軸の中心を通る垂直線の後方、男子は 5cm 以上、女子は 2cm 以上とし、競技中にこれらのラインを超えてサドルを調整してはならない。
  - ・大腿骨(だいたいこつ)から脛骨(けいこつ)の割合は 56% から 44% 程度であるが、この割合が 50 対 50 に近い場合は、特例措置を受けることができる。このための申請は、大会の 30 日以上前に本会から次の委員宛に行う。
    - TRI 技術委員会指名の1人
    - TRI コーチ委員会指名の1人
    - TRI メディカル・アンチドーピング委員会指名の1人



- (9) 非伝統的、一般的でないバイクや機材は、大会の 30 日以上前に TRI 技術委員会に詳細を提出し、承認を受けなければならない。この手続では、TRI 競技規則の基準が満たされていることが前提であり、画像を含む機材の全詳細を TRI 技術委員会に提出しなければならない。申請された機材のカタログ(一覧)は、承認か非承認かが明示され TRI ウェブサイトに掲載される。承認申請フォームは TRI ウェブサイトで入手できる。
- (10) バイクに表示できるバイク製作メーカーのロゴの配置は、バイクフレームへのレー スナンバーのさまたげとなってはならない。

- (11) 選手の姓名又はイニシャルは、トップチューブあるいはシートチューブの1カ所に10cm以内で表示することができる。
- (12) TRI 又は大会が提供するバイクナンバーステッカー(シール)は、変造することなく指示どおりに付けなければならない。
- 5 「ドラフティング禁止レース」及び「エイジグループのドラフティング許可レース」のバイク構造は次の各号に掲げる規定を満たすものでなければならない。
- (1) 全長 185cm 以内、幅 50cm 以内であること。
  - (2) ボトムブランケット(クランク軸)の中心と地面の間隔は 24cm 以上 30cm 以内であること。
  - (3) ボトムブランケットの中心を通る垂線と前車軸との間隔は 54cm 以上 65cm 以下であること。
  - (4) ボトムブランケットの中心を通る垂線とサドル先端の間隔は、後ろに 15cm 以内、前 5cm 以内とし、競技中にサドル位置を変更することができるシートピラーは、この範囲内において使用できる。



- 6 前2項の規定にかかわらず、マウンテンバイクトライアスロンのバイクは大会規程によるものとする。
- 7 リカンベント並びに選手本人の力以外で推進する動力又はアシスト機能を有するバイクの使用は禁止する。
- 8 バイクのフレームは伝統的型式、すなわち直管又はテーパー付チューブ(断面形状が円、楕円、偏平、涙滴形状等)が構成材でなければならない。ダウンチューブのないダイヤモンド形状又はトップチューブとダウンチューブの先端部分で接続されていないリアトライアングル(後三角)で構成されたバイクは、これを認める。
- 9 UCI 承認ラベル(コード TT)が付いたバイクは、第90条第5項の規定にかかわらず、TRI ドラフティング禁止レースにおいて使用できる。

#### (ホイールとタイヤ)

**第91条** 加速を促すようなホイール構造は禁止する。

- 2 タイヤはしっかりと装着する。特にチューブラータイヤはリムセメントなどを用いて容易に剥がれないよう接着しなければならない。
- 3 それぞれのホイールにはブレーキが付いてなければならない。
- 4 ホイールは、公式ホイールステーションでのみ交換することができる。
- 5 ホイールステーションの大会スタッフは、選手に適切なホイールを提供する。  
選手は、自らホイールを交換しなければならない。他の選手やチームのために用意されたホイールは使用することができない。
- 6 ドラフティング許可大会(エリート、U23、ジュニア、ユース)では、ホイールは UCI 承認の非伝統的ホイールリストに示されるホイールを使用することができる。このリストにないホイールは、次の基準を満たさなければならない。
  - (1) タイヤ部分を含めて最大直径 70cm、最小直径 55cm であること。
  - (2) 両方のホイールが同じ直径であること。

- (3) ホイールは少なくとも 20 本のメタルスポークがあること。
- (4) リムの最大寸法が前後とも 65mm であること。
- (5) リムはアロイ(金属製)であること。
- (6) 全てのコンポ(装備品)は識別でき、商業的に入手できるものであること。

7 ディスクブレーキを使用することができる。

8 「エイジグループのドラフティング許可レース」では、ホイールは次の特性がなければならない。

- (1) ホイールは少なくとも 12 本のスポークがあること。
- (2) ディスクホイールは使用しないこと。

9 ドラフティング禁止大会では、後輪のカバー(ディスクホイールを含む)を使用することができる。ただし、強風などに対する安全面から禁止されることがある。

(装備の取付け)

**第92条** バイクに取り付けることができる装備は、スペアタイヤ、空気入れ(インフレーター)、バイクボトル、ボトルケージ及び補給食など必要最小限のものとし、かつ、走行中容易に脱落しないよう取り付けなければならない。

(取付け禁止装備)

**第93条** 次に掲げる装備はバイクに取り付けてはならない。

- (1) 空気抵抗を減らすフェアリングなどの風防機能を有する機材(風防機能を有するバイクボトルを含む。)
  - (2) 装着することによって、バイク競技に支障をきたし又は危険性を伴う装備。
  - (3) 前照灯、リフレクター、ベル、泥除け、スタンドなど競技に無関係な装備。
- ただし、前照灯、リフレクター及びベルについては一般公道で開催される大会において大会規程により装着義務となることがある。

(ハンドルバーとブレーキ)

**第94条** ハンドル形状は、ドロップハンドルを基本とする。

2 ドラフティング許可レースでは、次の各号に適合するハンドルバーを使用しなければならない。

- (1) 伝統的なドロップハンドルとし、ハンドルバーの先端をふさがないなければならない。
- (2) クリップオンバーの装着は禁止する。
- (3) 用具については、次を参照する。

#### ドラフティング許可レースの用具



- 4 ドラフティング禁止レースでは、次のハンドルバー規則が適用される。
  - ・前輪の最先端を超えないハンドルバーとクリップオンバーを使用することができる。
  - ・2つに分かれたクリップオンバーはつながなくともよい。
  - ・全てのハンドルの先端は、ふさがなければならない。
- 5 ドロップハンドルは3つのグリップポジション(ハンドル上部、下部及びブレーキブラケットそれぞれの箇所を握るポジションをいう。)をとれない形状もの及び3つのグリップポジションがとれないよう切断したハンドルバーの使用を禁止する。
- 6 ドロップハンドルを逆向きに取り付けることを禁止する。
- 7 前輪と後輪に、それぞれハンドル部のブレーキレバーで制御できるブレーキが装着されていなければならない。
- 8 ハンドルバーにはバーテープを巻き、バーエンドはエンドキャップでしっかりとふさがなければならない。
- 9 ドラフティング禁止レースではエアロバー(DHバー、クリップオンバー)が使用できる。
- 10 ブルホーン型ハンドルの使用はドラフティング禁止レースにおいてのみ使用できる。
- 11 フラットバーハンドルの使用は禁止する。ただし、マウンテンバイクトライアスロン及び初心者向けの大会については大会規程による。
- 12 ハンドルバーに装着できるものは次の各号に掲げるものとする。
  - (1) 第2項に掲げるレース及びドラフティング禁止レースにあってはエアロバー及び肘あてパッド
  - (2) ブレーキレバー
  - (3) ギヤシフトレバー
  - (4) サイクルメーター
  - (5) バイクボトル
  - (6) 小物専用バッグ
  - (7) 補給食

(サイクルメーター)

**第95条** 周回コースで行われる大会においては、大会規程によりサイクルメーターの装着が義務付けられることがある。ただし、装着が義務付けられていない大会であってもサイクルメーターの装着を推奨する。

(小中高校生の選手のバイク)

**第96条** 小学生及び中学生のエアロバーの装着を禁止する。

(ヘルメット)

**第97条** バイク競技では、常にバイク競技用の硬質ヘルメットを、その取扱説明書に従い正しく着用していかなければならない。

- 2 着用するバイク競技用硬質ヘルメットは、次に掲げる基準に適合したものと認定する。
  - (1) Snell Memorial Foundation スネル記念財団
  - (2) American National Standard Institute(ANSI Z90.4) 米国規格協会
  - (3) U.S. Consumer Product Safety Commission(16 CFR Part 1203)米国消費者製品安全委員会
  - (4) CEN European Standard (EN1078) CEN 欧州標準
  - (5) The National Swedish Board of Consumer Policy スウェーデン消費者機構
  - (6) 公益財団法人日本自転車競技連盟(JCF)
- 3 ヘルメットは、適切にフィットしたものでなければならず、ヘルメットの下に着用するキャップなどで、フィットしなくてはならない。
- 4 ひび割れ、表面の不良及びストラップの不良などがあるヘルメットの使用は禁止する。
- 5 ストラップ(あごヒモ)の変造(ゴム素材に代えるなど)やヘルメットの一部(外側の布カバーなど)を取り外すことを禁止する。
- 6 ヘルメットは TRI ユニフォーム規則に従わなければならない。

(小中学生のヘルメット特別規定)

**第98条** 小中学生においても第97条で規定されるヘルメットを使用するものとする。ただし、ロードレーサーを使用せず、かつ、伸縮しないストラップのある構造である場合に限り、バイク競技用以外の硬質ヘルメットを使用することができます。

## 第2節 ドラフティング総則

### (ドラフティングの基本概念)

**第99条** バイク競技でのドラフティングとは、他の選手又は車両のドラフトゾーンに入つて走行する行為をいう。競技区分でのドラフティング可否により、それぞれの競技方法を制定する。

- (1)ドラフティング許可レース(Draft-legal Race)、一般に、ドラフティングレース(Drafting Race)という。
- (2)ドラフティング禁止レース(Draft-illegal Race)

2 競技種別によるドラフティング可否は次に表示する。

	ジュニア、ユース	U23	エリート	エイジ グループ	パラトライアスロン エリートとオープン
<b>トライアスロン</b>					
チームリレー	許可	許可	許可	許可	禁止
スーパースプリント	許可	許可	許可	禁止	
スプリント	許可	許可	許可	許可と禁止	禁止
スタンダード		許可	許可	禁止	禁止
ミドルとロング			禁止	禁止	禁止
<b>デュアスロン</b>					
チームリレー	許可	許可	許可	許可	
スーパースプリント	許可	許可	許可	禁止	
スプリント	許可	許可	許可	許可と禁止	禁止
スタンダード		許可	許可	禁止	禁止
ミドルとロング			禁止	禁止	禁止
<b>アクアスロン</b>					
冬季トライアスロン				許可	
クロストライアスロンとデュアスロン				許可	
アクアバイク				禁止	

## 第3節 ドラフティング禁止レース(Draft-illegal Race)

### (ドラフティング禁止レースでの基本)

**第100条** 一般大会及びロングディスタンス大会はドラフティング禁止レースとする。この大会において、選手は各号に従つて競技を行わなければならない。

- (1)他選手のバイクや車両のドラフトゾーンに入るドラフティング走行を禁止する。
- (2)他選手に接近してドラフティング効果を得ることを禁止する。選手は、他選手のドラフトゾーンへ入らないよう心がけ、これを回避しなければならない。
- (3)選手は、他選手からドラフティング走行をされているときは、これを拒否することができる。拒否された選手はドラフトゾーンから速やかに離れなければならない。
- (4)選手は、他選手への接触や危険を避けながら適正ポジションを保ち、競技を継続する。
- (5)選手は、他選手が接触を避けられるスペースを想定し、追い越しや後ろに下がるときは、十分なスペースを確認しなければならない。

### (キープレフト走行)

**第101条** ドラフティング禁止レースにおいては、「キープレフト」を守り競技を行うものとする。

2 キープレフトとは路肩あるいは競技コース左端から1m以内を基準として走行することとする。

3 前項の規定にかかわらず、完全交通規制が敷かれ、コース幅が十分に広いときは、競技コース幅の左端より1/3を基準して走行することができる。

4 バイクコースが全面交通規制で、かつ、一方通行などの特別な条件である場合を除き、道路のセンターラインを越えて走行してはならない。

### (並走の禁止)

**第102条** ドラフティング禁止レースにおいては、並走したままバイク競技を行うことを禁止する。ただし、危険回避のためにやむをえないときはこの限りでない。

2 前項ただし書きにより併走したときは、危険が回避された場合、直ちに並走を解除しなければならない。

(集団走行の回避)

**第103条** ドラフティング禁止レースにおいては、ドラフトゾーンに進入しているかどうかに関わらず、集団走行とならないよう心がけなければならない。

(ブロックング)

**第104条** ドラフティング禁止レースにおいては、第36条第2項(優先進路)の規定によるものほか、次に掲げる行為をブロックングとみなし禁止する。選手はコースの端を走行し続け、ブロックング状態を回避しなければならない。

- (1) 前方選手の走行ポジション不正により、後続選手が追い越せない状態であること。
- (2) 前方選手を追い越したとき、次に示す距離以上を離さないでキープレフト走行に入ること。  
・12m(バイク前輪先端基準)

(3) 他の選手の右側を、同一速度を保ったまま走行を続けること。

(ドラフトゾーン)

**第105条** 選手は、前方の選手を追い越すときは、次の各号に掲げるドラフトゾーンから時間内に抜け出さなければならない。

- (1) 選手同士: 前方選手の前輪先端から後方12m、25秒以内。
- (2) オートバイドラフトゾーン: 後方15m。ドラフティング許可レースでも同様とする。
- (3) 自動車両ドラフトゾーン: 後方35m。ドラフティング可否によらず、全てのバイク競技に適用する。

2 前項に規定する時間内においては、第104条に規定するブロックングは適用しない。

3 左側通行の道路規制が適用される大会については、以下の図を参照。



(ドラフトゾーンへの進入)

**第106条** ドラフティング禁止レースにおいて選手は、他の選手のドラフトゾーンに進入することを禁止する。ただし次の各号に掲げるときに限りドラフトゾーンへ進入することができる。

- (1) 第105条に規定する方法で先行する選手を追い越すとき。
- (2) 危険回避のためにやむをえないとき。
- (3) トランジションエリアの出入り口及び合流地点の付近を通過するとき。
- (4) 減速指示又は追い越し禁止の指示がある鋭角ターン及び折り返し地点の付近を通過するとき。
- (5) 道路幅の減少、工事区間、迂回路、その他安全上の理由により、大会スタッフから指定された区間を通過するとき。
- (6) エイドステーションやトランジションエリア前後の100m区間。

2 前項ただし書きの規定により、他の選手のドラフトゾーンに進入するときであっても、必要最小限の時間とし、かつ、安全確保に努めなければならない。

3 車両ドラフトゾーンへの進入は、危険回避のためにやむをえないときを除き、禁止する。

(追い越しと手順)

**第107条** 「追い越しを試みている」とは、追い越す気持ちを持って前進している状態をいい、先行する選手のドラフトゾーン内において先行する選手と同一の速度を保ったまま走行しているときは、追い越しを試みているとはみなさない。

- 2 先行する選手は、追い越されるまでは加速をして競うことができる。
- 3 追い越しを試みている選手のバイク前輪の最前部が、先行する選手のバイクの前輪の最前部より前方に出たときに「追い越された」とみなす。

- 4 追い越した選手は、追い越すときの速度を持続させ、追い越された選手の前輪の最前部から12mの距離を引き離してから緩やかにキー プレフト走行に入るものとし、キープレフト走行に入る前に速度を緩めてはならない。
- 5 追い越された選手は追い越された瞬間から加速を止め、25秒以内に12m以上(バイク前輪先端基準)離れてドラフトゾーンから脱しなければならない。
- 6 ドラフトゾーンから脱落する前に、通過した選手を追い抜くことは、ドラフティング違反となる。追い越された選手が、規定のタイム以上に通過した選手のドラフトゾーンにいることは、ドラフティング違反となる。
- 7 複数の先行する選手を追い越す場合において、それらの選手の間に入ることによってドラフトゾーンの重なりが生じるときは、これらの選手の間に入ることなく一気に追い越さなければならない。

(ドラフティング違反への警告手順)

#### 第108条

(1)ドラフティング禁止レースでのドラフティング違反に対し、審判は、次の方によりペナルティを宣告する。

- ・「ブルーカード」を示してタイムペナルティを宣告する。
- ・「イエローカード」を示してストップ・アンド・ゴーを宣告する。

詳細は「第127条(タイムペナルティ及びストップ・アンド・ゴー)、第128条(タイムペナルティの手順)、第129条(ストップ・アンド・ゴーの手順)」を参照。

(追い越すときの注意義務)

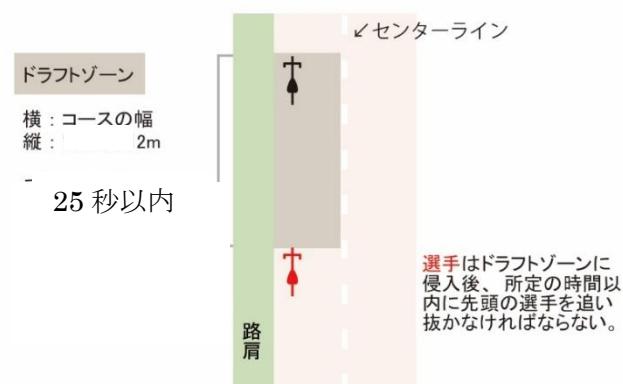
**第109条** 追い越すときは、周囲を確認してから前方の選手の右側から追い越すことを基本とする。

2 Uターン、急カーブ並びに視界が悪い区間及びコース幅が狭い区間などの危険箇所において、追い越し禁止の指示があるときはこれに従わなければならない。ただし、当該区間を徐行している選手がいる場合は、十分に安全に注意しながら追い越すことができる。

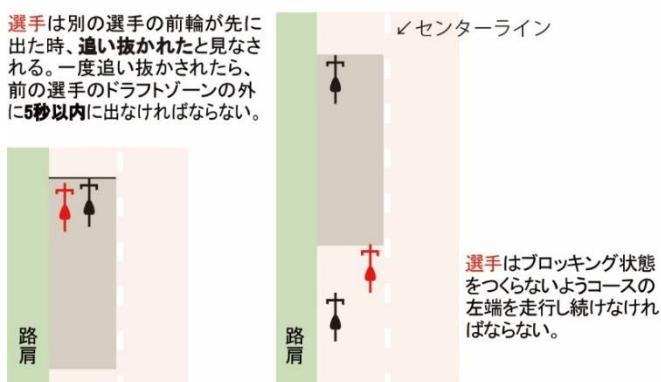
(追い越しの奨励事項)

**第110条** 追い越しを行うときは、周囲の選手に一声かけて追い越しを行うことを推奨する。

#### ドラフティング



#### ブロックинг



#### 第4節 ドラフティングレース(ドラフティング許可レース)

(ドラフティングレースの開催)

**第111条** ドラフティングレースの開催は、本会が承認した大会に限定する。

(ドラフティングレースの特性)

**第112条** ドラフティングレースであっても、オートバイや車両ドラフトゾーンへの進入は、危険回避のためにやむをえないときを除き、禁止する。

- 2 性別の異なる選手へのドラフティングを禁止する。
- 3 周回数が異なる選手へのドラフティングを禁止する。

(安全走行義務)

**第113条** ドラフティングレースにおいて選手は、周辺状況を把握し、他選手の動きを予想しながら競技を行う。

2 エアロバーは緊急時にブレーキかけることができるようになりますことを想定しながら使用する。

3 先頭を走る選手以外の選手は、ブレーキレバーに手指の届く位置をグリップして走行することを推奨する。

(周回遅れ)

**第114条** ドラフティングレースにおける周回コースでの周回遅れは、コースアウトとし、審判の指示に従ってコース左端に寄り競技を停止する。バイクパートでラップされたエリート、U23、ジュニア、ユース選手は、審判によってレースから除外される。その選手が先頭の前方 100m を切り、追い抜きが起こるであろうと審判が判断した場合、審判は安全上の理由で決定を(ラップされる前に)早めることができる。この規定は、審判によって変更することができる。

2 前項の規定にかかわらず、周回遅れとなつても競技続行が認められるときは、追い越した選手に影響を与えないように注意しながら競技を続けることができる。この場合において、周回遅れとなつた選手が周回遅れとした選手に対するドラフティングをすることを禁止する。

## 第9章 ラン(ランニング)

### (ランコース)

**第115条** ランコースは、ランスタートのラインからフィニッシュのラインまでとする。

2 ランで計測される競技時間は、ランスタートのラインからフィニッシュのラインまでの時間とする。

### (ランの競技方法)

**第116条** ランは、選手自身の走行により行う。

2 危険回避や体調保全のために歩行すること、一休みすることができる。

3 <sup>はって</sup> 這つて前進することは禁止する。

4 固定物(支柱、木、その他支点となるもの)をつかみ、カーブを回ることは禁止する。

### (ランの競技用具類)

**第117条** ランはランシューズを履いて競技することを基本とし、裸足で競技することは禁止する。

2 各基準によるユニフォームを着用し、上半身裸で走ることは禁止する。

3 バイクヘルメットを着用して走ることは禁止する。

4 大会が提供した場合、レースナンバーを指示どおりに着用しなければならない。

### (ランの伴走・並走の禁止)

**第118条** コース上やコースに沿って選手を伴走することを禁止する。この対象には、競技に出場していない選手、チームメンバー、チームマネージャーや他のペースメーカーとするがこれに限定しない。

2 周回コース(エリート、U23、ジュニア、ユース、パラトライアスロン)において、周回違いの選手と並走することを禁止する。

### (フィニッシュ)

**第119条** フィニッシュは、選手の胴体(トルソー)の一部(頭、首、肩、腕、脚、足、手足は含まれない)がフィニッシュライン手前の端から伸びた垂直線に達した瞬間とする。

2 選手は、単独でフィニッシュラインを走り抜くものとする。

3 選手権及びエリート部門では、意図的又は不自然な同着を禁止する。

4 一般部門においても、着順の決定は競技としての重要な要素であり、着順を明確にすることが求められる。

5 フィニッシュの直前では、帽子及びサングラスを外すことを奨励する。

### (コース再進入の禁止)

**第120条** フィニッシュ後に、再度コースに入ること及び再度フィニッシュすることを禁止する。

### (同伴フィニッシュ)

**第121条** 選手は、選手権部門以外において、次の各号が満たされ、かつ、所轄競技団体が認めた場合に限り、同伴フィニッシュを許可する。

(1) 事前に同伴フィニッシュを許可する旨の公表がされていること。

(2) 他の選手へ影響を与えない範囲内であること。

(3) 大会スタッフの指示に従うこと。

## 第10章 罰則(ペナルティ)

### (罰則の適用)

- 第122条** この規則の適正な運用を担保するため、この規則に違反し又はこの規則に基づく大会スタッフの指示に従わない選手には、違反の程度に応じて罰則が科せられる。
- 2 違反の情状に酌量すべきものがあるときは、その罰則を減免することができる。
- 3 すべての罰則の適用に際し、事前に注意が与えられることを条件としない。ただし、審判は、違反状況が起こりそなときは、事前に指導又は注意を与えることを基本とする。
- 4 罰則の適用は、審判長又は審判によって宣告される。ただし、その最終決定権限及び責任は審判長が負う。
- 5 審判長の罰則適用にあたり、技術代表又は大会主催者にコース設営や運営状況を確認することを基本とする。
- 6 罰則が適用されたときは、公式掲示板及び結果(リザルト)にその旨掲示する。
- 7 選手は、この規則に基づくことなく、いかなる罰則も科せられない。ただし、大会規程により事前に示される場合はそれによる。

### (罰則適用の報告)

- 第123条** 審判長は、罰則の適用を行ったときは遅滞なく加盟団体を通じ本会に報告しなければならない。
- 2 TRI 大会においては、基本フォーマットに基づき TRI に報告し、本会に報告結果を届け出る。
- 3 審判長や技術代表は、前述の他に大会実施の技術・審判に係る改善要求を行う。

### (罰則の種類)

- 第124条** 罰則の種類は、指導、タイムペナルティ(略称:TP)、ストップ・アンド・ゴー(略称:SG)、失格(略称:DS Q)、資格停止、除名とする。
- 2 罰則の軽重は、前条の順に軽い罰から重い罰とする。違反事例と罰則は、附則 K を参照する。

### (指導)

- 第125条** 指導は、違反によって競技上の大きなアドバンテージ又は順位の変動が得られない行為及び言動であつて、タイムペナルティ以上の重い罰則を適用することが適当でない違反に対して科せられる。

### (指導の手順)

- 第126条** 指導を科す必要がある違反が認めたられときは、審判からその違反を行った選手のレースナンバーを告げられるとともに、イエローカード、ホイッスル又はホーンなどを用い違反行為があつたことを示されるものとする。ただし、これらが行われることを必須条件としない。
- 2 指導は、違反の内容の説明及びその改善を求めるものとする。
- 3 指導を受けた選手は、前項による改善に応じることにより、より重い罰則を適用されない。

### (タイムペナルティ及びストップ・アンド・ゴー)

- 第127条** タイムペナルティ及びストップ・アンド・ゴーは、違反によって競技上の大きなアドバンテージ若しくは順位の変動が得られる行為(可能性がある行為を含む。)、危険行為及び重大なマナー違反に対し、一つの違反ごとに、状況に応じ、いずれかが科せられる。
- 2 一つの大会において、前項に掲げる違反行為等が複数回繰り返された場合においては、より重い罰則が科されることがある。
- 3 タイムペナルティは、失格とならない違反に対する罰則であり、トランジションエリア、コース上のペナルティボックスおよびコース上で与える。
- 4 タイムペナルティには二つの種類があり、ドラフティング違反とこれ以外の違反(附則 K 参照)に対し科せられる。
- 5 タイムペナルティは、大会距離と違反内容により、次のペナルティタイムを適用する。

#### (1)ドラフティング違反

- ・ロングディスタンス大会では 3 分
- ・ミドルディスタンス大会では 2 分
- ・スタンダードディスタンス大会では 1 分
- ・スプリントやそれより短い大会では 30 秒

#### (2)その他の違反

- ・ロングディスタンス大会では 1 分
- ・ミドルディスタンス大会では 30 秒
- ・スタンダードディスタンス大会では 15 秒

・スプリント大会およびミックスリレーでは 10 秒

・スーパースプリント大会では 5 秒

6 ドラフティング違反は、バイクペナルティボックスでタイムペナルティを受ける。

①ホイッスルを鳴らす。

②ブルーカード(青)を提示する。

③選手ナンバーをコールする。

④「ドラフティングペナルティ、次のペナルティボックスで止まってください」と指示。

⑤審判は、ペナルティ通告が選手に理解されたことを確認する。

7 異なったカテゴリーのペナルティ適用

	エリートドラフティング	エリートドラフティング禁止 エリートパラトライアスロン	エイジグループ オープンパラトライアスロン
スタート	第 1 トランジション	第 1 トランジション	第 1 トランジション
スイム	ランペナルティボックス	ランペナルティボックス	第 1 トランジション
第 1 トランジション	ランペナルティボックス	ランペナルティボックス	第 1 トランジションで警告
バイク	ランペナルティボックス	バイクペナルティボックス	バイクペナルティボックス
第 2 トランジション	ランペナルティボックス	ランペナルティボックス	第 2 トランジションで警告
ラン	その場所で*/ ランペナルティボックス	その場所で*/ ランペナルティボックス	その場所で警告/ タイムペナルティボックス

確認: エリート、U23、ジュニア、ユース選手の全てのエリート参照。ウィンタートライアスロンのランペナルティボックスはスキーペナルティボックスに置き換えられる。デュアスロンやアクアスロン大会のランペナルティボックスは第 2 ランペナルティボックスを指す。

\* : \* ラン競技の後半以降

(タイムペナルティの手順)

**第128条** タイムペナルティを科す必要がある違反が認められたときは、審判からその違反を行った競技者のレースナンバーを告げられるとともに、イエローカード、ホイッスル又はホーンなどを用い違反行為があったことを示されるものとする。ただし、これらが行われることを必須条件としない。

2 ブルーカード(青)かイエローカード(黄)を提示されたら、次の手順に従うものとする。

3 第 1 トランジションにおけるタイムペナルティ(この地点までの違反)

(1) タイムペナルティを受けた選手は、ペナルティボックスで止まってペナルティ受けるか、フィニッシュまでそのまま競技を継続するかの選択肢が与えられる。停止しなかった場合は、フィニッシュラインを通過した時点で、失格となる。選手はその後、ペナルティに対して抗議することができる。上訴が提起された場合 にのみ、証拠は掲示される。

(2) ペナルティを受けた選手が個人のトランジションエリアに着いたら、次の手順でペナルティを受ける。

・審判は、イエローカードを提示する。

・選手は、用具に触れず、自分のトランジションスペースにとどまる指示に従う。

・その後、計測を開始する。

・選手が用具に、触れたり、動かしたりした場合は計測を停止する。

・このとき、審判は「用具に触れないでください」と指示する。

・選手が是正したら、審判は、計測を再開する。

(3) ペナルティタイムが完了したなら、審判は「ゴー」と告げ、選手はレースを再開する。

4 バイクペナルティボックスでのタイムペナルティ

(1) バイクペナルティボックスでは、ペナルティを受けた選手のレースナンバーは表示されない。ペナルティ告知を受けたら、次のペナルティボックスで、告知を受けたことを報告しなければならない。

(2) ペナルティを受けた選手は、次の手順でペナルティを受ける。

・バイクから降りてペナルティボックスに入る。

・審判に、レースナンバーと受けたペナルティの回数、提示されたカードの色を告げる。

・その後、タイムペナルティが始まる。

・審判が「ゴー」と告げたら、レースを再開できる。

・ただし、計測中に選手がボックスを離れたら、計測は停止する。

・審判は、ボックスを離れた選手に戻るように告げる。

・選手が戻ったら、計測を再開する。

## 5 ランペナルティボックスでのタイムペナルティ

- (1) タイムペナルティを受けた選手は、ペナルティボックスで止まってペナルティ受けるか、フィニッシュまでそのまま競技を継続するかの選択肢が与えられる。停止しなかった場合は、フィニッシュラインを通過した時点で、失格となる。選手はその後、ペナルティに対して抗議することができる。上訴が提起された場合にのみ、証拠は掲示される。
- (2) ペナルティを受けた選手のレースナンバーは、ペナルティボックスの掲示板に表示される。  
・複数のペナルティに場合はレースナンバー×回数とペナルティの文字コードを表示する(下記参照)  
・D: 降車違反  
・E: 用具の収納違反  
・S: スイムでの違反  
・L: 用具、ゴミ等の不当投棄  
・M: 乗車違反  
・V: その他の違反  
・B: バイクでの違反行動  
・R: ランでの違反行動
- (3) ペナルティを受けた選手は、次の手順でペナルティを受ける。  
・審判にレースナンバーと受けたペナルティの数を告げる。  
・タイムペナルティが始まる。  
・審判が「ゴー」と告げたら、レースを再開できる。  
・選手がその場を離れた場合、審判は選手に戻るように告げ、計測を停止する。選手が戻ったら、審判は、計測を再開する。
- (4) ペナルティを受けると掲示板から選手のレースナンバーが削除される。
- (5) ペナルティはランラップのどの周回でも受けることができる。
- (6) リレー大会では、競技を終了していない、チームのどの選手でも受けることができる。
- (7) ペナルティ通知は、周回数に応じ、ペナルティボックス通過前に次の要領で掲示する。  
・ラン 1 周及び 2 周回コース(1 周目のペナルティボックス通過前)  
・ラン 3 周及び 4 周回コース(2 周目のペナルティボックス通過前)  
・ラン 5 周回コース(3 周目のペナルティボックス通過前)
- (8) リレーでのペナルティは、最終走者のラン前半に行う。これ以降の掲示は無効とする。
- (9) ランの後半での違反でのペナルティは、違反場所で行う。

### (ストップ・アンド・ゴーの手順)

**第129条** ストップ・アンド・ゴーを科す必要がある違反が認められたときは、審判からその違反を行った選手のレースナンバー及び「ストップ」又は「止まりなさい」などの通告及びイエローカード、ホイッスル又はホーンなどを用いて違反行為があったことを示されるとともに、ストップ・アンド・ゴーが適用されることを宣告される。

2 前項に掲げる宣告があった選手は、周囲の安全に注意しながら速やかにコースの左端又は競技に支障を来たさない場所に寄って一旦停止し、審判の指示に従って競技を再開しなければならない。この場合において要した時間は、競技の時間に加算される。

3 バイク競技中に第1項の宣告を受けた選手は、次の各号に掲げる順に行動をとらなければならない。

- (1) 周囲の安全に気を配りながら速やかにコースの左端に寄って停車する。
- (2) バイクから降車し、バイクの横に両足で立ち、両輪が地面から同時に離れるように持ち上げる。
- (3) 審判の「ゴー」又は「行ってください」などの合図を受けてから競技を再開する。

### (失格)

**第130条** 失格は、故意によって行われた悪質な違反及び重大なマナー違反に対し科せられる。

2 失格は、繰り返しのバイクドラフティング違反、意図的な危険行為、スポーツマン精神に反する行為などの深刻な競技規則違反に対応するための罰則である。

3 ペナルティボックスで停止するのは、選手の責任であり、履行できなかった場合は失格とする。

4 スタンダード以下の距離では、2回目のドラフティング違反を失格とする。

5 ミドル、ロングディスタンスでは、3回目のドラフティング違反を失格とする。

6 ジャッジメントコール(裁定)であるドラフティング違反には抗議できない。ただし、その通知の方法に異議ある場合は、審判長・技術代表に申し出ることができる。

(失格の手順)

- 第131条** 失格を科す必要がある違反が認めたときは、審判からその違反を行った選手のレースナンバーが告げられるとともに、レッドカード、赤旗、ホイッスル又はホーンなどを用い違反行為があつたことを示されるものとする。ただし、これらが行われることを必須条件としない。
- 2 競技中に失格の宣告を受けた選手は、周囲の安全に注意しながら速やかにコースの左端又は競技に支障を来たさない場所に寄って競技を停止して審判の指示に従わなければならない。
- 3 失格の宣告を受けた場合であつても、審判の指示に従って競技を再開し、競技終了後に審判長の裁定を受けることができる。ただし、当該選手が競技を再開することにより大会運営に支障を来たすと審判が認めたときは競技を再開することができない。
- 4 失格の裁定は、競技終了後、審判長により失格の裁定が出されるまで確定しない。ただし、当該違反に対して上訴が行われた場合は、上訴委員会の裁定が出されるまで確定しない。
- 5 処分決定後の選手は、上訴する権利を有している。

(資格停止)

- 第132条** 失格に相当する違反を繰り返し行ったとき及びドーピング違反を行ったときは、3ヶ月以上4年未満の資格停止を科せられる。
- 2 資格停止期間中は TRI、IOC、本会及び加盟団体の公式大会に出場することはできない。
- 3 資格停止の期間は本会理事会において決定される。
- 4 資格停止に至る違反のリストは、附則Kに示している。
- 5 処分決定後の選手は、上訴する権利を有している。
- 6 資格停止処分後、選手は復権のために TRI 仲裁機関に申請しなければならない。

(除名)

- 第133条** 次の各号に掲げる行為を行ったときは除名とする。
- (1)ドーピング違反を2回以上行ったとき。  
(2)暴行など極めて悪質な行為を行ったとき。
- 2 除名された者は TRI、本会及び加盟団体の公式大会に出場することができない。
- 3 除名は本会総会において決定される。
- 4 除名後の復権は本会総会において決定される。
- 5 処分決定後の選手は、上訴する権利を有している。

## 第11章 オフィシャル

### (オフィシャル)

**第134条** オフィシャルは、この規則に則って大会を運営する義務を負う。

2 大会においては次に掲げるオフィシャルを置くものとする。

(1) 技術代表(テクニカル・ディレクター(略称:TD))

この規則及びその他競技の実施に関する規則に則って大会が開催されていることを保証する責務を負う。

(2) 審判長(ヘッド・レフェリー:HR)は、審判を指揮し、技術代表(TD)と連携しながら、この規則に対する違反の最終的な判定を行う権限を有する。

(3) 審判(テクニカル・オフィシャル)コース、エイドステーション及びホィール・ストップに配置され、与えられた権限の下にこの規則に則って大会を運営する責務を負う。

3 審判長及び審判は、本会公認審判の認定を受けており、かつ、その認定が有効な者以外がその職務に従事することはできない。

### (審議委員会)

**第135条** 審議委員会は抗議に対する裁定を行い以下の3人が当たる。ただし、TRI の主催又は管轄による大会においては TRI の規定による。

(1) 本会が主催・共催する日本選手権各大会、国体及び本会が指定する大会においては本会理事、それ以外の大会においては所轄加盟団体の理事

(2) 主催者代表

(3) 技術代表

2 前項に掲げる者が審議委員となることが困難な場合は、本会主催に係る前項の大会においては本会理事会、その他の場合においては所轄加盟団体の理事会の承認を得て他のものが審議委員となることができる。ただし、審判長が審議委員となることはできない。

## 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。

2 自らの言動がこの規則に違反していると認めた場合、自己申告することを推奨する。

### (制限事項)

**第137条** 次の各号に掲げる判定(ジャッジメント・コール)に対する抗議は受け入れられない。

- (1) ドラフティング
- (2) ブロックинг
- (3) 暴言などスポーツマン精神に反する言動

### (抗議の手続)

**第138条** 抗議の申請は選手本人又は代理人が審議委員会に対して行う。

2 抗議は書面により抗議を行うものとする。

抗議は、抗議者によって作成、署名し、審判長に提出する。

3 抗議を受理したときは、できる限り速やかに抗議内容を審議委員会で協議し、裁定を行う。ただし、速やかに裁定を行うことが困難な場合は裁定が遅延する旨回答することを可とする。

4 審議委員会は、必要に応じ抗議内容に関係する者に対し事情聴取を行うことができる。

### (抗議の期限)

**第139条** 抗議は、次の各号に掲げる期限までに行わなければならない。

- (1) コースに関する抗議：競技開始24時間前まで。ただし、安全確保に関する抗議はこの限りでない。
- (2) 競技中に審判から受けた判定若しくは言動又は他の選手の言動に対する抗議：抗議者のフィニッシュ後60分以内
- (3) 他の選手の競技用具に関する抗議：抗議者のフィニッシュ後30分以内
- (4) 記録及び計時に関する抗議：公式記録が掲示されてから30分以内。ただし、記録の発表が後日行われる場合は、公式記録を受け取った日から14日以内

## 第13章 上訴(アピール)

### (上訴)

**第140条** 選手又は審判長は、審議委員会の裁定に不服があるときは上訴をすることができる。

### (制限事項)

**第141条** 次の各号に掲げる判定(ジャッジメント・コール)に対する上訴は受け入れられない。

- (1) ドラフティング
- (2) ブロッキング
- (3) 暴言などスポーツマン精神に反する言動

### (上訴手続)

**第142条** 上訴の申請は、裁定のあった日から14日以内に、選手本人若しくは代理人又は審判長が、預託金を添えて上訴申立書を、本会主催大会にあっては本会理事会に、その他の大会にあっては所轄加盟団体に対し提出することによって行う。ただし TRI 主催大会にあっては TRI の規則による。

- 2 上訴委員会は、前項の申請を受けた本会又は加盟団体の理事会の中から選出された理事若干名によって構成する。
- 3 上訴委員会は、上訴内容が合理的であると認めた場合は聴聞を開催する。
- 4 聴聞の開催日時は事前に発表される。
- 5 聴聞は非公開とする。
- 6 当事者は、自ら事実関係を証明しなければならない。
- 7 当事者の一方又は双方が、正当な理由なく欠席した場合には、欠席のまま聴聞を開催することができる。ただし、当事者の双方が欠席した場合には、その期日をもって審理を結審することはできない。
- 8 当事者の一方が欠席した場合には、出席した当事者の主張と立証に基づいて審理を進めることができる。
- 9 聴聞は当事者及び代理人のほか、証人及び参考人等、上訴委員会が必要と認める者のみが参加できる。
- 10 裁定は上訴委員会の過半数をもって決定する。

### (上訴申立書)

**第143条** 上訴申立書は次に掲げる項目について記載したものを提出する。ただし、上訴申立書に記載する事が困難又は不合理なものについては当該項目を省略することができる。

- (1) 上訴申立人の氏名(署名又は捺印)、レースナンバー(上訴申立人が審判長の場合はその旨記載)、住所、電話番号
- (2) 代理人を置く場合は、代理人の氏名(署名又は捺印)、住所、電話番号
- (3) 違反の概要及び根拠条文
- (4) 違反の対象となる選手及びレースナンバー
- (5) 現場の目撃者名及び連絡先
- (6) その他、上訴内容を説明するために必要な事項

### (預託金)

**第144条** 預託金は5千円とする。

- 2 上訴委員会によって上訴内容が合理的であると認められた場合、預託金は返還される。
- 3 上訴委員会によって上訴内容が合理的でないと認められた場合、預託金は没収される。この場合においては、理由を付して上訴申立人に回答しなければならない。

### (上部団体への上訴)

**第145条** 所轄加盟団体における上訴委員会の裁定に不服があるときは本会理事会に上訴することができる。

- 2 前項の上訴手続等は第142条から144条の規定を準用する。

## 第14章 仲裁

(仲裁)

**第146条** 本会及び加盟団体が開催した大会又はその運営に関して行った決定に対する不服申立ては、公益財団法人日本スポーツ仲裁機構の「スポーツ仲裁規則」に従って行う仲裁により解決されるものとする。

公益社団法人 トライアスロンジャパン主催公認大会用 承諾書の内容例  
＜大会名称(大会開催日： 年 月 日)＞

**(賛同と承諾)**

私は、標記大会(以下、「大会」)参加にあたり、下記全事項を確認し、承諾の上大会の参加申込みを行います。各項目を個々に確認し、納得したことを示すために、各項の□にチェックマーク(レ点)を入れます。

**1. (賛同の意思表明)**

- 1)私は、トライアスロン競技を謳歌(おうか)するために、主催者、選手、支援者が共存するよう努めます。
- 2)私の親族は、本承諾書のことを理解し、私の大会参加に同意しています。

**2. (承諾の基本)**

- 1)公益社団法人トライアスロンジャパンの諸規程、競技規則及び大会規程(ローカルルール)を遵守します。
- 2)大会のコース設定や注意箇所など大会情報を理解し、不明瞭な点や不安となる点があれば、大会主催者(以下、主催者)に確認します。

**3. (トライアスロンジャパン登録会員等と社会適正)**

- 1)トライアスロンジャパン細則第6条の規定による登録会員であり、日本国外のトライアスロン統括団体への登録はありません。
- 2)「暴力団員による不当な行為の防止等に関する法律(平成3年法律第77号)2条2号」に掲げる者に該当しません。

**4. (技量、健康状態の申告)**

- 1)トライアスロンまたは関連スポーツの経験があり、コース状況を見極めながら、自身の技量の範囲内で競技を行います。
- 2)最近1年間に医師の健康診断を受け、競技において配慮すべきことは理解しており、自身のペースを守りながら競技します。

**5. (特設コースの特性と救護体制)**

- 1)大会は特設されたコースで行われるため、競技専用コースとは異なる状況が起こり得ることを理解しています。
- 2)大会開催中、事故に遭遇し傷病が生じた場合であっても、直ちに救護できないことがあることを理解しています。

**6. (傷病・死亡事故の補償範囲)**

- 1)大会開催中に競技が原因で傷病もしくは傷病による後遺症が発生した場合、または死亡した場合の補償は、主催者の重大な過失がある場合を除き、主催者が契約している保険の範囲内であることを承知しています。

**7. (大会中止・変更、競技用具類の盗難・紛失・破損等)**

- 1)天災や気象状況の悪化など不可抗力による大会中止や変更があった場合には、主催者に対し大会参加のための参加費等の払戻し請求及びその他支出した費用の請求はしません。また、大会延期などの場合は別途示される規定に従います。
- 2)大会期間中の競技用具類の紛失・盗難または損傷に対し、主催者の重大な過失がある場合を除き、主催者に補償を求めません。

**8. (肖像権などの広報使用)**

- 1)肖像権及び個人情報(氏名、年齢、出身都道府県、所属先・競技歴・自己紹介内容等)に関して、大会関連の広報物及び報道・情報メディアなどによる広報的利用を認めます。

**9. (紛争の解決)**

- 1)大会の競技に関する抗議、上訴、不服申し立てについては、大会の管轄競技団体の競技規則に則り手続をすることとします。
- 2)大会に関する裁判上の紛争が生じた場合は、東京地方裁判所を第1審の専属的合意管轄裁判所とし、準拠法は日本法とすることに同意します。

私は、以上の事項を承諾したことを明確にするため、次に必要事項を明記し署名します。

・参加者署名( ) 年 月 日(署名又は捺印)

大会該当年 12 月 31 日時点の年齢( 歳)

トライアスロンジャパン会員番号( )

住所(〒 )

・親権者署名( ) 年 月 日(署名又は捺印)

未成年者は、保護者または法定代理人(親権者など)による署名又は捺印が必要です。

## 抗議用紙例

### パート1（抗議者が記入）

大会名		日付	
場所		提出日	
抗議者名		レースナンバー	
所属(都道府県)		Email:	
住所		電話(携帯)	
抗議される人		レースナンバー	

### 抗議のタイプ(チェックのみ)

<input type="checkbox"/>	選手資格に関する抗議
<input type="checkbox"/>	スタートリストに関する抗議
<input type="checkbox"/>	FOP の状況に関する抗議
<input type="checkbox"/>	選手が使用する機器に関する抗議
<input type="checkbox"/>	選手、TO、コーチまたはその他のスタッフの行為に対する抗議
<input type="checkbox"/>	審判長の決定に対する抗議
<input type="checkbox"/>	レース結果に対する抗議

### 証人の詳細

証人1 氏名	
証人2 氏名	
違反した規則	違反の時刻

### 抗議詳細

違反発生場所(場所詳細。 必要に応じて、追加の紙を使用して図を描く。)	
違反に関与した人物	
どのように違反が起こったか。(申し立ての違反の簡単な説明)	
抗議者の署名	日付

### パート2（事務局使用）

審議委員会メンバー	1.	(議長)	4.
	2.		5.
	3.		
審議委員会の議決			
署名			
抗議受領日時		抗議処理日時	

## トライアスロンと関連マルチスポーツ(TRI)特定競技実施ルール

### 1. インドアトライアスロン

#### 1.1. 定義

- a.) インドアトライアスロンは、スイミングプール、自転車競技用トラック、ランニングトラックを有するスポーツパビリオンなどの施設内にコースを特設して、超短距離型トライアスロンを行う。

#### 1.2. スイム

- a.) 2.5 メートル幅のレーンに選手 2 人が競技できる。

#### 1.3. トランジションエリア

- a.) スイム後の水分をぬぐうために、10 秒間のニュートライズド・タイム(中継タイム)を設ける。トラックがぬれると滑りやすく危険であり、この違反は失格とする。

#### 1.4. バイク

- a.) 周回遅れとなつても、競技を継続できるものとし、レースから除外しない。
- b.) 異なる周回の選手であつてもドラフティング走行が認められる。

### 2. ミドル、ロングディスタンス大会

#### 2.1. 外部からの支援

- a.) 医療補助や補給食・水分の提供は、大会が設置したエイドステーションやコーチステーションにおいて行うものとする。

#### 2.2. メディカルガイドライン

- a.) 大会メディカルディレクターは、メディカルデリゲート(MD)と連携し、熱中症に係るガイドラインや医療搬送計画を含む医療ガイドラインを作成する。

#### 2.3. 距離

- a.) レースコースは、選手の安全を優先し、さまざまなコースを盛り込み、整備しなければならない。バイクコースの距離は、技術代表の判断により、5%以内の誤差が認められる。

#### 2.4. 罰則

- a.) ドラフティング違反は、直近のペナルティボックスで、ロングは 3 分間、ミドルは 2 分間のタイムペナルティを受ける。ドラフティング違反は 3 回目で失格とする。

#### 2.5. コーチステーション

- a.) エリート部門のバイク・ランに特設される指定スペースにおいて、コーチは飲食物を選手に手渡すことができる。

##### 2.5.1 スペシャルニーズステーション

- a.) 特別なニーズのために、バイクとランコース又はいずれかにステーションが設置される。
- b.) これらのステーションで配布される物は、大会ボランティアが手渡しで行う。

#### 2.6. トランジションエリア

- a.) トランジションエリアにおいて、審判や大会スタッフは、バイクを受取る、並べる、用具を手渡すことができる。これらの支援は、全ての選手に平等に行うものとする。

- b.) ユニフォームの着替えは、トランジションエリアで行うことができる。ただし、裸になる場合は、大会テントで行う。着用する全てのユニフォームは、トライアスロンジャパン・TRI 競技規則(共通)に準じていなければならない。

- c.) ウェットスーツの脱衣は、指定の場所で行うものとする。

- d.) バッグドロップシステム(用具預け制度)のある大会では、全用具を大会バッグに入れるものとする。ただし、ペダルに装着されたバイクシューズは例外とする。

#### 2.7. ユニフォーム

- a.) 前面にジッパーを付けることができる。ただし、ミドル、ロングディスタンス大会に限定して適用する。
- b.) 競技中、前面ジッパーを胸骨の下端まで下げることができる。ただし、ランがラスト 200m になったら、ジッパーを最上部まで上げなければならない。

#### 2.8. 大会からの支援

- a.) 医療支援、飲食物は、次の場所で提供することができる。①エイドステーション ②特別ニーズステーション、③コーチステーション

- b.) バイクキヤッチャー(バイク受取スタッフ)が配置されることがある。

- c.) バイクメカニック支援は、指定場所及び大会専用車両で提供されることがある。

- d.) 大会は、ウェットスーツ脱衣のヘルパーを用意することがある。

e.) 前述 a.) から d.) 以外の外部支援は禁止する。

### 3. チームリレー

#### 3.1. チームリレーの種目

a.) TRI は次表に示すチーム競技を主催する。

	競技種目
トライアスロン	同性 3 人／混合 4 人／2x2 混合
トライアスロン LD	3 種目のベストタイムの合計
デュアスロン	同性 3 人／混合 4 人／2x2 混合
デュアスロン LD	3 種目のベストタイムの合計
ウインター	同性 3 人／混合 4 人／2x2 混合
クロストライアスロン	同性 3 人／混合 4 人／2x2 混合
クロスデュアスロン	同性 3 人／混合 4 人／2x2 混合
アクアスロン	同性 3 人／混合 4 人／2x2 混合
コーポレートトライアスロン	3 種目を 3 人でリレー

#### 3.2. 定義

- a.) 混合リレー/ミックスリレー:(アクアスロン／トライアスロン／クロストライアスロン／デュアスロン／クロスデュアスロン／ウインタートライアスロンのいずれか)チームは、男子 2 人 女子 2 人 計 4 人で構成し、女子、男子、女子、男子の順にリレーする。それぞれが、3 種目を全て競技する。チームの記録は、最初の選手のスタートから 4 番目の選手のフィニッシュまでとする。記録は連続しており、選手間で計時を停止しない。TRI は特定競技では国混在したチームを認めることがある。
- b.) 2×2 混合リレー/ミックスリレー:(アクアスロン／トライアスロン／クロストライアスロン／デュアスロン／クロスデュアスロン／ウインタートライアスロンのいずれか)チームは、男子 1 人 女子 1 人 計 2 人で構成し、女子、男子、女子、男子の順にリレーする。それぞれ 2 回、3 種目を全て競技する。チームの記録は、最初の選手のスタートから 2 人目の選手の 2 回目のフィニッシュまでとする。記録は連続しており、選手間で計時を停止しない。TRI は特定競技では国混在したチームを認めることがある。
- c.) 3 人リレー:
- ・アクアスロン／トライアスロン／クロストライアスロン／デュアスロン／クロスデュアスロン／ウインタートライアスロンのいずれかで実施する。
  - チームは、同性の選手 3 人で構成する。
  - ・それぞれが、3 種目を全て競技する。
- チーム記録は、最初のスタートから 3 番目の選手のフィニッシュまでとする。
- ・記録計測は連続して行い、選手間で停止しない。
- ・TRI は特定競技では国混在したチームを認めることがある。
- d.) コーポレイト:
- ・チームは、男女を問わず選手 3 人で構成する。
  - ・最初の選手がスイム、2 番目の選手がバイク、3 番目の選手がランを担当する。
  - ・チームの記録は、最初の選手のスタートから、3 番目の選手のフィニッシュまでとする。
  - ・記録は連続しており、選手間で計時を停止しない。
  - ・特定競技では、所属国が異なる選手チームを認めることがある。
- e.) 個人記録によるチーム競技:チームの記録は、同じチームで同一性の上位 3 選手の記録を足したものとする。同タイムとなった場合は、3 番目のタイムで決定する。

#### 3.3. 結果

- a.) 各国競技団体(NF)から複数チームをエントリーできる。ただし、表彰と賞金の対象は、最上位 1 チームとし、他は記録に残らない。

#### 3.4. 出場資格

- a.) 出場資格は、標準的なものとする。最年少資格は 15 歳とする。
- b.) 国籍移行などによる TRI 所属選手は、いかなるチームにも属することができない。

#### 3.5. ユニフォーム

- a.) TRI 認定識別に関するガイドラインが適用される。全てのチームメンバーは同じ国のユニフォームを身に付

けなければならない。

### 3.6. チームリレー競技説明会

- a.) 同一カテゴリーの個人競技を実施するリレー大会の場合:個人とリレーの両方の競技説明会が、大会前日に開催される。
- b.) リレーハウス単独の場合:申告した選手及びリザーブ選手(性別ごとに1人)は大会前日の競技説明会に出席する。

### 3.7. チーム編成

- a.) 同一カテゴリーの個人競技に関連してリレー競技が行われる場合:  
コーチは競技前日の所定時間までに選手とリザーブ選手(性別ごとに1人)を申請する。
- b.) 単独リレー競技が開催される場合:  
選手の競技説明会前にコーチ説明会が行われる。選手とリザーブ選手(性別ごとに1人)を申請する。
- c.) 規定時間内に出場選手を提出しなかったチームはスタートリストから削除される。
- d.) 競技開始の2時間前までにチーム編成、順番の変更を申し出ることができる。申し出がなければ、競技説明会で申請したチーム編成となる。

### 3.8. レース当日チェックイン

- a.) 全てのチームメンバーが同時にチェックインしなければならない。
- b.) 同一のバイクを複数のチームメンバーで使用してもよい。

### 3.9. トランジションエリア

- a.) 全般的なルールはトライアスロンに準ずる。用具は指定のボックスに入れなければならない。ただし、バイクシューがペダルに固定されている場合を除く。

### 3.10. リレーの引継ぎ

- a.) リレーの引継ぎは、15メートルのリレーゾーン内で行わなければならない。
- b.) リレーの引継ぎは、リレーゾーンに入つて来た選手が、次走者の身体に手で触れることで行う。
- c.) リレーの引継ぎが、リレーゾーンの外で行われた場合、そのチームはペナルティボックスで10秒のペナルティを受ける。リレーの引継ぎが、故意にリレーゾーンの外で行われたと判断された場合は、失格とする。
- d.) リレーの引継ぎが行われなければ、チームは失格となる。
- e.) リレーの引継ぎ前は、審判がリレーゾーンに入る指示を出すまで、選手はプレリレーエリアで待機しなければならない。

### 3.11. ペナルティ

- a.) 競技説明会への欠席またはスタート違反(フライング)は、最初の選手が第1トランジションでペナルティを受ける。
- b.) 他のタイムペナルティは、競技中のどのチームメンバーが受けてもよい。タイムペナルティは全てペナルティボックスでの10秒とする。

### 3.12. フィニッシュ

- a.) 最終走者だけが、フィニッシュラインを通過することができる。

### 3.13. エイジグループの混合リレー固有のルール:

- a.) 出場資格:
  - (i) ((i))各チームは2人の女性と2人の男性で構成。
  - ((ii))一般的な出場資格を適用する。最少年齢は15歳である。
  - (iii) カテゴリーはチーム4名の選手の合計年齢(大会開催年の12月31日時点)毎になる。次の通り: 60-79歳(X60), 80-119歳(X80), 120-159歳(X120), 160-199歳(X160), 200-239歳(X200), 240-279歳(X240), 280-319歳以上(X280), 320歳以上(X320)。チームは15歳以上の選手を含めてよい。
- b.) 結果:
  - (i) すべてのチームが結果にリストアップされ、賞(メダル)の対象となる。
- c.) ユニフォーム:
  - (i) TRI認定識別に関するTRIガイドラインが適用される。
- d.) チームリレー競技説明会:
  - (i) チームマネージャー競技説明会は大会の2日前に開催される。
- e.) チーム構成申請:
  - (i) チームマネージャーは、設定された登録締切日に基づいて、TRIオンラインエントリーシステムにチームを登録することによって、競技するすべてのアスリートを確認する。
  - (ii) 登録締切日に統一して、チームマネージャーは、チームマネージャー競技説明会まで、チームのいずれかの選手をオンラインで置き換えることができる。チームマネージャー競技説明会開始後の変更は認めら

れない。

f.) 選手支給品受け取り:

- (i) 指定された時間内に公式競技登録エリアでチームの競技支給品を受け取らなければならない。選手支給受け取りは競技前日に設定される。
- (ii) 選手支給品には、競技者1人につき少なくとも5つの公式レースナンバー(ボディー用1枚、自転車用1枚、ヘルメット用3枚)安全ピン4個、レースナンバー入りスイムキャップ、選手ID、選手ガイド、公式行事用チケットが含まれる。大会実行委員会からのギフトがあれば、同時に配布される。
- (iii) 競技日にトランジションエリアへのチェックイン時にタイミングチップが配布される。

g.) 競技日チェックイン:

- (i) チームメンバーが全員一緒にチェックインする。
- (ii) チームメンバーは同じバイクを使用することができます。

h.) バイク:

- (i) 同じ性別間でのドラフティングが許可される。

i.) リレーの引継ぎ:

- (i) 3.10と同じ規則が適用される。

j.) ペナルティ:

- (i) エイジグループのペナルティルールが適用される。

k.) フィニッシュ:

- (i) 3.12と同じ規則が適用される。

## 4. パラトライアスロン

### 4.1 概要:

- a.) パラトライアスロンは、TRI憲章により、TRI競技規則に則って管理・運営される。本章にはパラトライアスロン、パラデュアスロン、パラアクアスロン及びこれらの関連マルチスポーツのための競技規則を記載する。

### 4.2. パラトライアスロン競技クラス

- a.) パラトライアスロン競技を公平に行うため、医学的根拠に基づいたシステムを利用し、機能的な違いに応じた選手のクラス分けを行う。

- b.) 競技クラスは次の9項目に定義される。詳細は<附則 G>参照。

(1) PTWC1(座位クラス①):

車いすを使用する重度の障がいのある選手。バイクではリカンベント式(背もたれ式)のハンドサイクル、ランでは競技用車いすを使用する。

(2) PTWC2(座位クラス②):

車いすを使用する重度の障がいがある選手。バイクでリカンベント式のハンドサイクル、ランでは競技用車いすを使用する。

(3) PTS2(立位クラス②):

重度の高い障がいのある選手。バイク及びランでは、承認済みの義肢やその他の装具を使用することができる。

(4) PTS3(立位クラス③):

重度の障がいのある選手。バイク及びランでは、承認済みの義肢やその他の装具を使用することができる。

(5) PTS4(立位クラス④):

中度の障がいのある選手。バイク及びランでは、承認済みの義肢やその他の装具を使用することができる。

(6) PTS5(立位クラス⑤):

軽度の障がいのある選手。バイク及びランでは、承認済みの義肢やその他の装具を使用することができる。

(7) PTV I 1(視覚障がいクラス①):

全盲および両目ともに光を全く感知できないレベルからわずかに感知できるレベルの選手。競技にはガイド1人が付く。バイクではタンデムバイクを使用する。

(8) PTVI2(視覚障がいクラス②):

重度の視覚障がいのある選手。競技にはガイド1人が付く。バイクではタンデムバイクを使用する。

(9) PTVI3(視覚障がいクラス③):

重症度の軽度の視覚障がいのある選手。競技にはガイド 1 人が付く。バイクではタンデムバイクを使用する。

#### 4.3. パラトライアスロン・メダルイベント

- a.)メダルイベントが次の 6 クラスで開催される。
- (i) PTWC:PTWC1 と PTWC2 競技クラスの選手が一緒に競技する
  - (ii) PTS2;
  - (iii) PTS3;
  - (iv) PTS4;
  - (v) PTS5;
  - (vi) PTVI1、PTVI2、PTVI3 競技クラスの選手が一緒に競技する。

#### 4.4. クラス分け

- a.) パラトライアスロンクラス分け競技規則は<附則 G>を参照する。
- b.) TRI 大会に出場するパラトライアスリート(選手)は、国際パラトライアスロンクラス分けを受け、適切な競技クラスに認定される。クラス分けを受ける選手は、次のことが求められる。
- (1) 競技に先立ち、TRI 指定のクラシファイアによる国際クラス分けに出席すること。
  - (2) 選手が初めて大会ウェイティングリストに入る前及びクラス分けの際、医師の署名入り診断書「TRI PI Medical Diagnostics Form(MDF)」又は「TRI VI Medical Diagnostics Form(MDF)」、パスポートサイズ写真、その他関係する医学的書類(検査結果など)を提出すること。
- c.) クラス分けが実施できないときは、本会を通して、遅くとも大会 8 週間前までに、必要書類(「TRI Paratriathlon PROVISIONAL CLASSIFICATION FORM」及び前項(2)参照)を TRI に送付する。

#### 4.5. 競技クラスごとの出場資格とレースフォーマット

- a.) 全てのパラトライアスリート(選手)は、トライアスロン、デュアスロン、アクアスロンの大会に出場することができる。PTS2、PTS3、PTS4、PTS5 クラスの選手は、ウインタートライアスロン、ウインターデュアスロン、クロストライアスロン、クロスデュアスロンの大会にも出場することができる。
- b.) 大会は、一斉スタート又はウェーブスタートで実施する。同一競技クラスで同性の選手は、同じウェーブでスタートする。
- c.) パラリンピック、世界パラトライアスロン選手権、大陸別パラトライアスロン選手権、世界パラトライアスロンシリーズ、パラトライアスロンワールドカップは全てスプリントディスタンスで行われ、2 時間を制限時間とする。
- d.) デュアスロン大会でのパラトライアスロン競技は、一分以上の間隔を空け、2 ウェーブでスタートする。PTWC1 と PTWC2 は第 1 ウェーブとし、ほかの競技クラスは第 2 ウェーブとする。
- e.)競技フォーマットは技術代表の判断で変更することがある。
- f.)「インターバル・スタート(時間差スタート)」では、異なるクラスの選手が同時に競技することがある。

- (1) 全ての競技クラスが同時にスタートするときは、最終記録に「調整タイム」が次のように加算される。

	PTWC1 Men	PTWC2 Men	PTWC1 Women	PTWC2 Women
Sprint triathlon	0:00	+3:00	0:00	+3:38
Sprint duathlon	0:00	+2:44	0:00	+3:18
Aquathlon 750m+5km	0:00	+1:17	0:00	+1:33
Aquathlon 1000m+5km	0:00	+1:29	0:00	+1:48

	PTVI1 Men	PTVI2/PT3 Men	PTVI1 Women	PTVI2/PTVI3 Women
Sprint triathlon	0:00	+2:51	0:00	+3:21
Sprint duathlon	0:00	+2:35	0:00	+3:02
Aquathlon 750m+5km	0:00	+2:51	0:00	+3:21
Aquathlon 1000m+5km	0:00	+3:14	0:00	+3:48

\* トライアスロンがデュアスロンに変更された場合、デュアスロンの値が使用される。

- (2)インターバルスタートでは、<附則 J>に示した TRI 様式によりスタートリストが作成される。
- (3) クラス分け再評価によって異なるクラスに再認定された場合、最終タイムは、再認定後の所定の調整タイムが適用される。
- (4) 周回遅れや、時間的な制約による問題を避けるため、一斉スタートを行うことがある。

(5) スタート順や調整タイムに対する不服申し立てや抗議は、TRI 競技規則 12. 2 章の「資格の正当性についての抗議」により行うものとする。

#### 4.6. パラトライアスロン競技説明会

- a.) 選手およびそのガイド/パーソナルハンドラーは競技説明会に出席しなければならない。コーチも出席することができる。欠席した選手に対し、次の罰則を適用する。
- ・選手およびそのガイド/パーソナルハンドラーは、スタートリストから除外する。
  - ・開始後に会場に入った選手およびそのガイド/パーソナルハンドラー、また技術代表に連絡のうえ欠席した選手およびそのガイド/パーソナルハンドラーは、第 1 トランジションでタイムペナルティを受ける。
  - ・競技説明会へ欠席が不可抗力であるとともに技術代表に欠席する旨を伝えている場合、スタート 2 時間前までに審判長が決定したタイムペナルティへの抗議を行わなければならない
  - ・世界パラトライアスロンシリーズやパラトライアスロンワールドカップにおいて、技術代表への連絡の有無によらず同年に 3 回以上欠席した場合は、それ以降全てのレースのスタートリストから除外される。
- b.) 全てのガイドとパーソナルハンドラーは、競技説明会の受付で登録を行う。
- c.) 選手支給品は、競技説明会の後に配布される。選手支給品には次のものが含まれる。
- (1) PTWC1 と PTWC2:  
赤色のスイムキヤップ、ヘルメット用レースナンバーシール 3 枚、ハンドサイクル用レースナンバーシール 1 枚、競技用車いす用レースナンバーシール 1 枚、日常用車いす用レースナンバーシール 1 枚、公式レースナンバー 1 枚、パーソナルハンドラー用公式レースナンバー 1 枚。
  - (2) PTS2, PTS3, PTS4, PTS5:  
赤色、黄色、緑色いずれかのスイムキヤップ、ヘルメット用レースナンバーシール 3 枚、バイク用レースナンバーシール 1 枚、義肢や補助用具用レースナンバー 3 枚、公式レースナンバー 1 枚又はボディーナンバーシール 4 組、パーソナルハンドラー用公式レースナンバー 1 枚(帯同の場合)。
  - (3) PTVI1:  
選手用オレンジ色スイムキヤップ 1 枚、ガイド用白色スイムキヤップ 1 枚、ヘルメット用ナンバーシール 6 枚、バイク用レースナンバーシール 1 枚、選手用公式レースナンバー 1 枚又はボディーナンバーシール 4 枚、ガイド用レースナンバー 1 枚(GUIDE 表示)。
  - (4) PTVI2 と PTVI3:  
選手用緑色スイムキヤップ 1 枚、ガイド用白色スイムキヤップ 1 枚、ヘルメット用ナンバーシール 6 枚、バイク用レースナンバーシール 1 枚、選手用公式レースナンバー 1 枚又はボディーナンバーシール 4 枚、ガイド用レースナンバー 1 枚(GUIDE 表示)。

#### 4.7 パラトライアスロン・パーソナルハンドラー

- a.) 資格のあるパーソナルハンドラーを確保するのは選手の責任である。パーソナルハンドラーは、競技説明会で TRI 技術代表の確認を受け、資格を得る。
- b.) パーソナルハンドラーは次のように割り振られる。
- (1) PTS2, PTS3, PTS4, PTS5 クラスのパーソナルハンドラーは 1 人とする。クラス分けにおいて、各選手にパーソナルハンドラー 1 人を認めるか否かを決める。すでにクラス分けされた選手への判断は、次で構成される承認パネル(小委員会)が行う。
    - ・ TRI クラス分け代表責任者、TRI パラトライアスロン委員会メンバー、TRI スポーツデパートメントが指名した者
  - (2) PTWC クラスのパーソナルハンドラーは 1 人に限定する。
  - (3) PTVI1, PTVI2, PTVI3 クラスにパーソナルハンドラーの帯同はない。(ガイドがパーソナルハンドラーの役割を担う。)
- c.) パーソナルハンドラーは、次の支援を行うことができる。
- (1) 義肢やその他移動用補助具への支援
  - (2) ハンドサイクルや競技用車いすへの乗降の支援
  - (3) ウェットスーツや衣類の脱衣の支援
  - (4) トランジションエリアや公式ホイールステーションでの、バイク修理や競技用具への支援。PTVI1, PTVI2, PTVI3 のガイドは、バイクコースにおいて修理支援を行うことができる。ただし、外部からの支援を受けることはできない。
  - (5) トランジションエリアでバイクをラックに掛ける支援
- d.) パーソナルハンドラーは、TRI 競技規則及び審判長が指示した追加規則を守らなければならない。
- e.) パーソナルハンドラーが選手を前進することは禁止する。

- f.) パーソナルハンドラー1人は、1人の選手に限定して支援することができる。
- g.) パーソナルハンドラーは、レース中、担当する選手のトランジションエリアから2m以内にいなければならぬ。この場所を離れるには、審判の許可を得なければならない。

#### 4.8. パラトライアスリート登録手順:

- a.) 競技説明会での登録:
  - (1) 競技説明会への入室時に、出席のサインを行う。パーソナルハンドラーの有無も伝えなければならない。
  - (2) 選手はパーソナルハンドラーを伴って出席しなければならない。
  - (3) 競技説明会の後に、選手支給品を受け取り、パーソナルハンドラーは大会から提供されるパーソナルハンドラーティーシャツを受け取る。
- b.) アスリートラウンジ・チェックイン
  - (1) 選手、ガイドとパーソナルハンドラーは一緒にチェックインしなければならない。
  - (2) パーソナルハンドラーは、公式パーソナルハンドラーティーシャツを着用し、公式レースナンバーを付けなければならない。
  - (3) 選手がパーソナルハンドラーを同行していない場合、その到着を待たなければならない。選手が単独でチェックインした場合、パーソナルハンドラーは競技エリアに入ることはできない。
  - (4) パーソナルハンドラー登録後は、特例的理由があり、技術代表がそれを認めない限り交代することはできない。
  - (5) 計測チップ2つがチェックイン時に配布される。
  - (6) プレトランジションエリアに置く競技用具(義肢やクラッチなど)は、レースナンバーを表示しなければならない。これらの競技用具は、アスリートラウンジでチェックされる。

#### 4.9. プレトランジションエリア規則:

- a.) プレトランジションエリアが設置されている場合の選手らの動きは、次のとおりとする。
  - ・PTWC1、PTWC2、PTS2、PTS3、PTS4、PTS5クラスの選手は、このエリアでウェットスーツを脱ぐことができる。
  - ・PTWC1とPTWC2クラスのパーソナルハンドラーだけが、対象選手のプレトランジションエリアに入ることができる。ただし、選手を前進させることはできない。パーソナルハンドラーは当該選手がSEAによって、プレトランジション内の日常用車いす、指定された椅子又は場所に運ばれるまで、選手を補助してはならない。
- b.) PTWC1とPTWC2の選手は、プレトランジションエリアからトランジションエリアまで、日常用車イスで移動する。この車イスにはブレーキ機能がなければならない。
- c.) PTWC1とPTWC2の日常用車イスは、スイム出口から最も近い場所に、レースナンバー順に並べられる。
- d.) プレトランジションエリアでは、クラスに応じて次の設定を行い運用する。
  - ・PTWC1、PTWC2、PTS2、PTS3、PTS4、PTS5(必要に応じて): 義肢やクラッチを準備するために、1から順に番号の付いた椅子と必要なスペースを用意する。
  - ・PTS2、PTS3、PTS4、PTS5: レースナンバー末尾と同じ数字の付いた椅子に、義肢やクラッチを置く。
  - ・全ての用具は番号順に並べられる。
  - ・少なくとも2人の審判が、…スイムを終了した選手への競技用具・器具の準備を統括する。
- e.) 選手がプレトランジションエリアを出たら、このエリアには選手の用具等が残っていないことを確認する。ハンドラーは、選手の用具を運ぶことができる。
- f.) クリート(滑り止め)が露出していないバイクシューズが義足に装着されていても、クリートが露出していない場合に限りプレトランジションエリアに準備することが出来る。クリートはカバーされているか滑り止め素材で覆われていること。
- g.) クラス分けにおいて許可を受けた選手は、ラン用靴をプレトランジション内に置くことができる。但し選手は靴にタグ付けする必要がある。
- h.) PTS2からPTS5の下肢切断の選手は、プレトランジションエリアから第1トランジションまでは義肢かクラッチを使用しなければならない。この間を片脚でジャンプしながら移動することは禁止する。

#### 4.10. トランジションエリア規則

- a.) 大会では、スイム出口に16人以上のスイムイグジット・アシスタント(スイム出口補助員)を配置する。同アシスタントは、スイム出口からプレトランジションエリアへの選手の移動支援を行う。スイム出口補助員の必要数は技術代表が決定する。技術代表は滞りない業務を確認する。
- b.) スイム出口では、次のスイムキャップの色に応じてスイム出口補助員の支援を受ける。
  - (1) 赤色: スイム出口からプレトランジションエリアまで、持ち上げられて移動する。

- (2) 黄色:スイム出口からプレトランジションエリアまで、歩くか走るときに支援が必要である。
- (3) 緑色、オレンジ色、白色:スイム出口でいかなる支援も必要としない。白色キヤップはガイドが着用する。
- c.) スイム出口補助員は、出来る限りの力で、誠意をもって、安全第1で選手を支援する。
- d.) スイム出口からトランジションエリアまでのバイク、タンデムバイク、ハンドサイクルの使用を禁止する。
- e.) 全ての移動用具は、トランジションエリアの各選手スペースに置かなければならない。使用したスイムキヤップ、ゴーグル、ウェットスーツ、スイム用ガイドロープ、ヘルメットはボックスに入れなければならない。
- f.) バイクシューズは、バイクの前後に、トランジションエリアの選手スペースに置かなければならない。
- g.) トランジションエリアにおける PTVI1、PTVI2、PTVI3 の位置は乗車ラインから最も近いところに設定する(女子と男子)。これ以外のクラスがそれに続き、PTS5、PTS4、PTS3、PTS2、PTWC1、PTWC2 の順となる。PTWC1 と PTWC2 は、トランジションエリアでハンドサイクルに乗ることができる。
- h.) PTWC1 と PTWC2 の選手スペースは 4x2 メートルである。選手とパーソナルハンドラーがトランジションエリアにいる間は、全ての競技用具をこのスペース内に設置しなければならない。
- i.) トランジションエリアにおいて、移動用装具エリアを 2 か所設置する。1 つは乗車ライン手前、もう 1 つは降車ラインの後ろであり、このエリア内で義足の利用が可能である。その義足は、TO 又は TD によって許可されたによって、乗車エリアから降車エリアに移動される。選手は T1, T2 またはその両方において追加の義足を利用可能である。選手が降車移動用装具エリアにて、移動用装具を回収しなくともペナルティは発生しない。装具には選手のレースナンバーを明示する必要がある。

#### 4.11. パラトライアスロン・スイム規則/用具

- a.) スタートの選手紹介は、次の競技クラス順に行う。
- ・PTVI1、PTVI2、PTVI3、PTS5、PTS4、PTS3、PTS2、PTWC1、PTWC2。
  - ・PTWC1 と PTWC2 は、安全面から、他クラスの選手が所定位置についてから入水する。
- b.) スイムは、水中スタート(ディープウォータースタート)とする。
- c.) 複数周回のスイムコースでは、周回ごとに水中から出ないコース設定が求められる。
- d.) フィンやパドルなど人工的な推進器具や浮力器具は禁止する。承認済のニーーブレースを除き、全ての補装具は推進力を生む器具とみなし、その使用を禁止する。
- e.) スイム中、鋭利な物、スクリュー、義肢のライナー、他者を傷つける可能性がある補助用具の使用を禁止する。
- f.) ウェットスーツ使用は次の表により決定する。

スイム距離	ウェットスーツ着用義務(未満)	制限時間
750 m	18 °C	45 分
1500 m	18 °C	1 時間 10 分
3000 m	18 °C	1 時間 40 分
4000 m	18 °C	2 時間 15 分

- g.) 最大水中滞在の制限時間内にスイム終了できず、スイム出口まで 100m 以上ある場合は、直ちに退水とする。
- h.) 水温が 24.6°C 以上のときは、ウェットスーツの着用を禁止する。
- i.) 水温が 30.1°C から 32°C のときは、水中滞在の制限時間は 20 分とする。
- j.) 「公式水温(換算水温)」が 32°C を超えるとき、あるいは 15°C に満たないときは、いずれもスイム競技を中止する。  
(公式水温(換算水温)は、下表の気温・水温対比表で算出する。)
- (1) 上述 f.) の水温は、気温との対比を考慮するため、常にスイム実施への最終決定の基準とはしない。水温 22°C 以下で気温 15°C 以下のときは、計測値より下げた “公式水温(換算水温)” で最終判断を行う。

		気温(単位は°C)								
水温 (単位 は°C)		15°C	14°C	13°C	12°C	11°C	10°C	9°C	8°C	7°C
	22°C	18.5	18.0	17.5	17.0	16.5	16.0	15.5	15.0	中止
	21°C	18.0	17.5	17.0	16.5	16.0	15.5	15.0	中止	中止
	20°C	17.5	17.0	16.5	16.0	15.5	15.0	中止	中止	中止
	19°C	17.0	16.5	16.0	15.5	15.5	中止	中止	中止	中止
	18°C	16.5	16.0	15.5	15.0	中止	中止	中止	中止	中止
	17°C	16.0	15.5	15.0	中止	中止	中止	中止	中止	中止

	16°C	15.5	15.0	中止						
	15°C	15.0	中止	中止	中止	中止	中止	中止	中止	中止

#### 4.12. パラトライアスロンバイク規則／用具

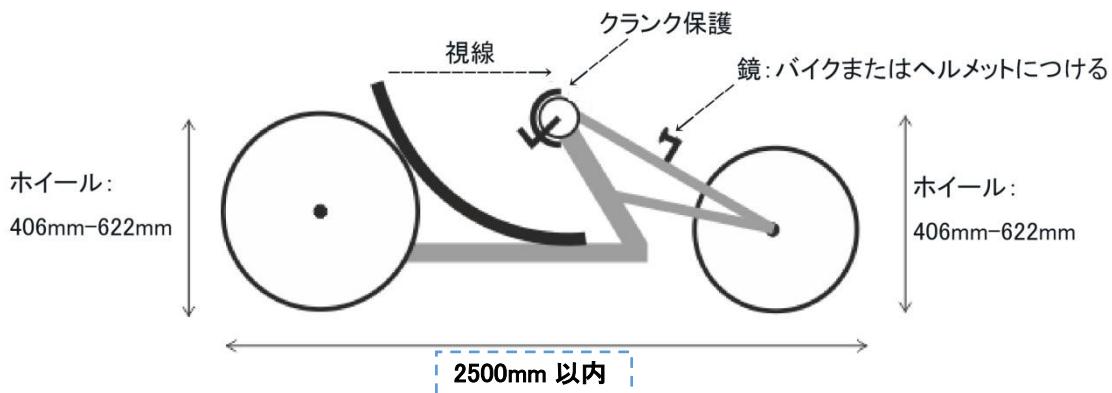
- a.) パラトライアスロン競技ではドラフティングは禁止とする。ウィンタートライアスロン、クロスデュアスロンクロストライアスロンは選手同士のドラフティングを認める。
- b.) パラトライアスロン競技においては、「バイク」という用語は、ロードバイク、タンデムバイク、ハンドサイクルを含むものとする。
- c.) 全てのバイクは選手の力で推進しなければならない。腕や脚はバイク推進に使用されるが、両方同時に使ってはならない。この違反行為は失格とする。
- d.) パラトライアスロン競技のバイク仕様は、TRI 競技規則 5.2 章の概要を参照する。
- e.) 全てのバイクは 2 つの独立したブレーキが付いていなければならない。ロードバイク、タンデムバイクは前後輪それぞれに独立したブレーキを付ける。ハンドサイクルの両方のブレーキは、いずれも前輪が効くようにする。
- f.) ディスクブレーキを使用することができる。
- g.) 片上肢障がいの選手は、ブレーキにスプリッターを取り付けることができる。これを改造とはみなさない。
- h.) 抵抗を減らす効果を持つ防護シールド、フェアリング(整流板)や他の器具を禁止する。
- i.) 人工のハンドグリップや義肢は、バイク又は選手の身体に取り付けることができる。ただし、バイクと選手の身体に同時に固定してはならない。
- j.) ハンドサイクル(PTWC1 と PTWC2)を除き、選手のポジションは、ペダル、サドル、ハンドルバーだけで支えられていなければならない。
- k.) 義肢を装着しない大腿切断や下肢欠損の選手は、バイクの改造承認申請をせずに、大腿部を支える補装具やソケットを使用することができます。
- l.) 障がいに応じたバイクやハンドサイクルの改造は、出場希望大会の 1 か月以上前に、次の要領で申請する。
  - ・明確な説明文と 5 枚以上の写真を添え、TRI ウェブサイト掲載の「Equipment Adaptation Form(競技用具 改造の申請書)」を作成する。
  - ・申請は、本会 から TRI へ承認依頼を行う。
  - ・TRI 承認委員会の評価結果が伝えられる。
  - ・承認されると、「承認済みの障がいに応じたバイク改造」ファイルとして、次の TRI サイトに掲載される。  
[https://www.triathlon.org/about/downloads\\_category/paratriathlon](https://www.triathlon.org/about/downloads_category/paratriathlon).
- m.) 競技用具の選択や改造によって生じる結果がいかなるものであっても、選手自身が引き受けなければならぬ。
- n.) バイクコースの勾配は 12%を超えてはならない。
- o.) 公式レースナンバーが使用されるときは、背面から見えるようにしなければならない。

#### 4.13. パラトライアスロン PTWC1 と PTWC2 のスイム規則／用具

- a.) 浮力のない素材で作られた締め具(最大幅 10cm)は 3 個まで使用することができ、脚のどの位置にでも留めることができる。
- b.) ニーブレースは、浮力や推進力がないことを条件に使用することができる。ウェットスーツ着用時は、同スーツの外側に着用しなければならない。ニーブレースは脚の半分までを覆うことができる。ただし、大腿中央部より上、下腿中央部より下を越えてはならず、膝周辺を固定しなければならない。
  - (1) ニーブレース(ひざ用プロテクター)仕様
    - ・素材:浮力や推進力のない PVC プラスチック又はカーボンファイバーであるもの。
    - ・空気や他のどんな気体も取り込む隙間や空間がないもの。
    - ・厚さは最大5mm であるもの。
- c.) ニーブレースは TRI 承認が必要である。申請は、本会より、出場大会の 1 カ月前までに、TRI 様式に写真 5 枚と説明文を添えて行う。承認パネルが認定すると、「認定済みニーブレース」として TRI サイトに掲載される。  
 「Knee Brace Approval Request Form(ニーブレース承認要請書)TRI サイト掲載」
- d.) 下肢部分に限定したウェットスーツは常に使用できる。

#### 4.14. パラトライアスロン PTWC1 と PTWC2 バイク規則／用具

- a.)腕の力(AP)で推進するハンドサイクルは、リカンベントポジションで使用しなければならない。
- b.) リカンベントポジションのハンドサイクルの仕様は次のとおりとする。
  - (1) ハンドサイクルは「腕力による」三輪車で、国際自転車競技連合(UCI)の自転車構造の一般原則に適合していなければならない(シャーシフレームが直線やチューブラーである必要がないことを除く)。座席又は背もたれのフレームチューブの直径は、UCI の一般原則に定める最大値を超えてても良い。
  - (2) パーツ類の仕様及び作動基準は次のとおりとする。
    - ・前後輪のうち一方のシングルのホイールは、もう一方のダブルのホイールと異なる直径でもよい。
    - ・前輪は操舵可能でなければならず、ハンドグリップ及びチェーンを含む機構を介して駆動されなければならない。
    - ・ハンドサイクルは、フットペダルに代わるハンドグリップを備えたクランクアーム、チェーンホイール、チェーン、ギアの従来の自転車ドライブトレイン及びチェーンセットだけで推進されなければならない。
    - ・手、腕、上半身だけの力で進まなければならない。
  - (3) 選手は明瞭な視界を確保しなければならない。水平視線は、ハンドルバーを最大限伸ばした上に手を置き、背もたれに肩甲骨の先が接し、ヘッドレストがあれば、頭が接した状態で座った時、クランクハウジング／クランクセットより上になければならない。
    - ・測定値の判定は、このポジションで次のように計算する。
      - (#1) 地面から選手の眼の中心までの距離。
      - (#2) 地面からクランクハウジング(クランクセット)の中心までの距離。
    - ・測定(#1)の結果は測定(#2)以上でなければならない。
  - (4) 全てのハンドサイクルには、後方視界を得るために、ヘルメット又はハンドサイクル前方箇所にバックミラー(鏡)を付けなければならない。
  - (5) バイク競技中、膝の前に脚を置くポジションにしなければならない。
  - (6) 競技中にハンドサイクルの調整を行ってはならない。
  - (7) ハンドサイクルのホイールのリム径(ETRTO 規格)は、最小径 406mm、最大径 622mm とする。必要に応じ、改造されたハブ取り付け具を使用できる。ハンドサイクルのダブルホイール側車輪間隔は、接地点におけるタイヤ中央間の距離において、最小 55 cm、最大 70 cmとする。



- (8)ディスクホイールを使用することができる。
- (9)ディスクブレーキを取り付けることができる。
- (10) ハンドサイクルは長さ 250cm、幅 75cm を超えてはならない。
- (11) 変速機器はハンドルバー先端か選手の体側のどちらかに取り付けることができる。
- (12) 最大のチェーンリングには選手を保護するための安全カバーを付けなければならない。このカバーは十分に堅固な材料で作られ、チェーンリングを選手に面する半円周(180°)以上完全に覆わなければならぬ。
- (13) フレームチューブの最大径は、材料、形状に関わりなく 80mm とする。チューブの接合部に付けられるひれ状、脈状のものは、強度向上の目的に限定する。空気力学的装置は競技での使用を禁止する。

- (14) クイックリリースの脱着の容易なボディーハーネスは使用することができる。
- (15) 下肢(脚部)が地面に接触し引きずらないよう、下肢をしっかりと固定するか又は足置きに置かなければならない。
  - c.) レースナンバーは、後方から見えるように、ハンドサイクルの背面に貼り付ける。
  - d.) ヘルメットは、ハンドサイクルに乗車する前にストラップを締め、フィニッシュするまで締めておかなければならぬ。
  - e.) 乗降者ラインでは次のとおりに競技する。
    - ・第1トランジション出口の乗車ラインと、第2トランジション 入口の降車ラインで完全に止まなければならぬ。
    - ・止まった後に、審判が「ゴー」と告げれば、競技を続けることができる。
    - ・ハンドサイクルは、ライン直前で前輪が止まれば、正しく停止したとみなされる。
    - ・ラインに触れたり、ラインを越えて停車したときは、タイムペナルティが適用される。

#### 4.15. パラトライアスロン PTWC1 と PTWC2 ラン規則／用具

- a.) ラン競技では、「競技用車いす」を使用する。
- b.) 競技用車椅子の仕様は以下のとおりとする。
  - (1) 競技用車椅子は、大きなホイール2つと小さなホイール1つを有する。
  - (2) ブレーキは前輪に装着される。
  - (3) 競技用車いすのどの部分も、前輪のハブを超えて前に出てはならず、後輪 2つのハブの内部より広くてはならない。本体は地面からの高さは最大 50cm とする。
  - (4) 大きい方の車輪の最大径は、空気を入れたタイヤを含め 70cm を超えないものとする。小さい方の車輪の最大径は、空気を入れたタイヤを含め 50cm を超えないものとする。
  - (5) それぞれの大きい車輪に、簡素な円状のハンドリムを 1 つずつ取り付けることができる。競技用車いすを推進させる機械的装置やレバーは禁止する。
  - (6) 手で操作するメカニカルステアリング装置を使用することができる。
  - (7) 前輪は手動で操舵し旋回できなければならない。
  - (8) 競技用車いすのどの部分も、後輪タイヤ後端の垂直面から突き出していてはならない。
  - (9) 競技用車いすは、常に競技規則に適合させておかねばならず、この調整のために大会を遅延させることはできない。
  - (10) 下肢(脚部)が地面に接触し引きずらないよう、下肢をしっかりと固定するか又は足置きに置かなければならない。
  - (11) 競技用車いすに着座している間は、基準に適合したバイクヘルメットを着用していかなければならない。
  - c.) ホイールやハンドリムを駆動させることを除き、いかなる方法による推進も禁止する。
  - d.) オートバイや車両のドラフトゾーンに入るドラフティング行為は禁止する。違反にはブルーカードが提示される。(罰則は TRI 競技規則 5.6 章を参照)
    - ・ オートバイドラフトゾーン: オートバイ後方 15m までとする。
    - ・ 車両ドラフトゾーン: 車両後方 35m までとし、全ての車両に適用する。
  - e.) 追い越しを試み、追い越した相手の進路前方へ入るときは、十分な間隔を確保しなければならない。追い越される選手は、相手の競技用車いすの前輪が一度でも自分の前輪を追い越したら、追い越されたとみなされ、追い越しの妨害や邪魔をしてはならない。
  - f.) PTWC1 と PTWC2 では、前輪の車軸中心が、フィニッシュライン幅の手前境界線から伸びる鉛直線上に届いた瞬間を、フィニッシュしたと判定する。
  - g.) レースナンバーは、後方から見えるように競技用車いすの背面に貼り付ける。
  - h.) ランコースの勾配は最大 5%を超えてはならない。

#### 4.16. パラトライアスロン PTS2、PTS3、PTS4、PTS5 のラン規則／用具

- a.) 身体の欠損部位等に義肢の使用が認められる。クラス分け評価で認められた補装具や競技用具のみを用いて競技できる。
- b.) ランニングブレード(板バネ足部)は、義足に装着して使用することができる。
- c.) レースナンバー又はボディナンバーシール4枚を前方から見えるように身に付ける。

#### 4.17. パラトライアスロン PTVI1、PTVI2、PTVI3 の規則

視覚障がいのある選手(PTVI1, PTVI2, PTVI3)及びガイドに対し、次の付加的ルールが適用される。

- a.) 概要

- (1) ガイドドッグ(盲導犬)は競技中に帯同することはできない。
- (2) ガイドは同性で同国籍でなければならない。選手及びガイドともに本会会員登録が求められる。
- (3) 各選手は1人のガイドを帯同することができる。
- (4) 選手が次の大会に出場後、12カ月を経過するまでガイドとなることはできない。ただし、デュアスロン、アクアスロン等のみへの出場であればこの限りとはしない。
  - ・TRI スプリントトライアスロン大会のエリートカテゴリー
  - ・TRI スタンダードトライアスロン大会のエリートカテゴリー
  - ・TRI 公認スプリント及びスタンダードトライアスロン大会のエリートカテゴリー
- (5) 全てのガイドは、TRI 競技規則附則 A に定める出場最低年齢規定を満たしていなければならない。
- (6) ガイドが怪我や病気の場合、医師の診断書提出を条件とし、公式な競技開始の 24 時間前までであれば交代することができる。ただし、これを越えての交代はできない。
- (7) ガイドは、アドバンテージを得るために選手を引っ張る、押すなどの行為を禁止する。
- (8) 選手とガイドは、スイム中は 1.5m、その他の競技中は 0.5m 以上離れてはならない。
- (9) ガイドは、機械的移動手段を用いてはならない。スイムでは、パドルボード、カヤックなどを禁止し、ランでは、自転車、オートバイなどを禁止する。
- (10) PTVI1 選手は、競技全般において、次のようにブラックアウトゴーグルを着用しなければならない。
  - ・スイム完全遮光ゴーグルは、第 1 トランジションの指定場所まで着用する。
  - ・バイクとランの完全遮光グラス(眼鏡)は、選手とガイドが、第 1 トランジションからフィニッシュラインを越えるまで着用する。
  - ・完全遮光のゴーグルとグラスの両方がアスリートラウンジ・チェックイン時に検査される。
  - ・主なつなぎ目、黒く塗られた部分、ノーズピース、サイドや底部から光が入らないように、選手自身が施さなければならない。
- (11) TRI アンチドーピング規則が選手及びガイドに適用される。

#### b.) スイム競技

- (1)スイム中、ガイドとスイム用ガイドロープでつながれていなければならない。
- (2)ガイドは、選手を引っ張る、押すなどの行為を禁止する。
- (3) ガイドは、選手のとなりで、選手の頭部とガイドの頭部が 1.5m 以内で泳がねばならない。スイム用ガイドロープは明度が高い色か反射性の色で、張力をかけない状態で最大長 80cm までの弾力のある素材とする。スイム用ガイドロープは選手の身体のどの部分に固定しても良い。

#### c.) バイク競技

- (1) 選手とガイドは、タンデムバイクを使用する。タンデムバイクの仕様は次のとおりとする。
  - ・タンデムバイクは、2 人乗り用バイクで、最長 2.7m、最大幅 0.5m とする。
  - ・UCI の自転車構造の一般原則に適合した 2 つの同径車輪を有しているもの。
  - ・前車輪は、パイロット役のガイドが操舵可能であるもの。
  - ・後輪はペダルとチェーンを介し、両者で駆動するもの。
  - ・ガイド、選手ともに前方を向いて前傾姿勢を取れるもの。
  - ・タンデムバイクのトップチューブ及び追加の補強チューブは、ガイド、選手の身体的寸法に応じて傾斜させることができる。

#### d.) ラン競技

- (1) 各選手はラン中、選手とガイドをラン用ガイドロープでつながなければならない。ラン用ガイドロープは伸縮性がない素材であって、エネルギーをためたり、選手の能力を増幅したりするものであってはならない。
- (2) ガイドランナーは、次のことを行うことができる。
  - ・選手に肘(ひじ)を持たせて誘導すること。
  - ・選手の足元がつまずいたり、倒れたりした選手を支援すること。
  - ・コース進行方向に選手を誘導して進めること。
- (3) ガイドランナーは、次の行為が禁止される。
  - ・いかなる状況でも、アドバンテージを得るように選手を押したり、引いたりすること。
  - ・他の推進力を与えるすべての行為。
- (4) フィニッシュラインを越えるとき、ガイドは 0.5m 以内の距離で、選手の横か後ろにいなければならない。
- (5) フリーリードゾーン:

安全上の理由で、ガイドが選手を先導できるゾーンであり、次の場所の前後 10mの範囲とする。

- ・エイドステーション、鋭角な折り返し、ペナルティボックス、トランジションエリア、スイム出口、プレトランジションエリア、その他技術代表が決定した場所。
- ・詳細は、競技説明会で説明される。

#### 4.18. 衛生管理

- a.) カテーテル及び尿路変更機器を使用している選手は、トレーニング、競技、クラス分けを通してカテーテルバッグを使い流出を防ぐものとする。

#### 4.19. 承認パネル(小委員会)

- a.) バイク改造やブレース承認に関する審議は、次のメンバーで構成される承認パネル(小委員会)が行う。
  - (1) TRI 技術委員会 1人 (2) TRI スポーツデパートメント代表 1人 (3) TRI パラトライアスロン委員会 1人
- b.) 承認パネルの決定に対し、TRI アビトレイション・トリビューナル(裁定審査委員会)へ上訴することができる。承認パネルの決定は、TRI 裁定審査委員会が上訴に基づく決定を行うまでは有効である。

### 5. ウィンタートライアスロン

#### 5.1. 定義

- a.) ウィンタートライアスロンは次の2つのフォーマットで行われる。
  - (1) ウィンタートライアスロン(ラン、マウンテンバイク、クロスカントリースキー)
  - (2) エスリー(S3)ウィンタートライアスロン(ラン、スケート、クロスカントリースキー)
- b.) 全ての競技種目は、雪上もしくは氷上で行うことを基本とする。ランとバイクは異なる路面で行うことができる。

#### 5.2. 公式トレーニングとコース試走

- a.) 公式トレーニングと試走会は、技術代表と大会が管理・運営し、選手とコーチはいずれにも参加できる。
- b.) レース当日の規律:レース進行中にコース上でウォームアップや試走を行うことはできない。

#### 5.3. ラン

- a.) ラン競技ではランニングシューズを着用義務とする。この規則はエイジグループでは適用しない。
- b.) スパイク付ランニングシューズを含むあらゆる種類のシューズを使用することができる。

#### 5.4. マウンテンバイク

- a.) 最小タイヤ寸法は 26 インチ最大 29 インチ以下、タイヤ幅は 1.5 インチ以上とする。
- b.) 前輪と後輪で異なるサイズのホイールを使用することができる。
- c.) ウィンタートライアスロンのバイクコースは、一般道路や小道に沿って、雪上クロスカントリーのように設定される。
- d.) バイクは、コース上で、降車し、押す、持つ、担ぐなどの方法で進むことができる。
- e.) バイクでのドラフティングを認める。周回遅れに対する競技からの除外は行わない。安全上の理由から、コース上に追い越し禁止ゾーンを設けることがある。
- f.) クリップオンバー(エアロバー)の使用は禁止する。
- g.) ロード用のドロップハンドルの使用は禁止する。
- h.) 選手は、自分の工具及び部品を持参し、選手自身が修理を行わなければならない。
- i.) スパイクタイヤは、スパイクがタイヤ表面から 5mm 未満のものを使用することができる。
- j.) 伝統的な MTB バーエンドは認める。エンドはふさがれてなければならない。

#### 5.5. スキー

- a.) レース前の用具(スキー板)テストは、大会発表があれば、特別に指定されたトラック又はレースコースで行うことができる。
- b.) コース上のチームメンバー、チームマネージャー、ペースメーカーなどの伴走を禁止する。
- c.) スキー1組と両ポールは変更することができる。エリートおよびジュニア競技会では、スキーまたはビンディング

グが壊れたり、破損したりした場合にのみ、1 つのスキーを交換できる。これはコースのどこでも行うことができるが、選手は他の人の助けを借りずにトラックの外での区間数と同じ数のスキー板のペアを預けることができる。

- d.) スキーの技法は自由に選択することができる。
- e.) 指定されたゾーンでは、クラシックスタイルもしくはダブルポーリングに制限される。
- f.) スキー競技中のバイクヘルメット着用を禁止する。ただし、急変化しやすい低気温の影響を防ぐ目的であれば、技術代表が認めた場合、ヘルメットを着用することができる。
- g.) 後続選手から追い越しを要求されたとき、追い越される選手は速やかにコース脇に寄らねばならない。
- h.) フィニッシュシュート(30~50m)では、フリースタイルスキーは禁止とする。そのため、ダブルポーリングを義務とし、クラシックテクニック用に準備されたトラックを使用しなければならない。この規定は競技説明会で発表される。
- i.) フィニッシュラインから 10m を過ぎるまで、スキー板を脱着することはできない。スキー板の最終チェックはこのラインを通過した場所で行う。
- j.) クロスカントリースキーでは、スキーブーツ着用を義務とする。この規則はエイジグループで適用しない。

#### 5.6. スノーシューイング

- a.) 参加者自身が足に履いたスノーシューで全コースを終了しなければならない。
- b.) スノーシューの交換は禁止する。
- c.) スノーシューは、幅 18cm(7 インチ)以上、長さ 51 cm(20 インチ)以上とし、使用面が 774 cm<sup>2</sup>(120 平方インチ)以上でなければならない。
- d.) 後続選手から追い越しをコールされたとき、追い越される選手は速やかにコース脇に寄らねばならない。

#### 5.7. スケート

- a.) ノルディックブレードを含む全ての形式のスケート靴を使用することができる。
- b.) スケート靴の交換は禁止する。
- c.) 後続選手から追い越しをコールされたとき、追い越される選手は速やかにコース脇に寄らねばならない。
- d.) 選手は、競技規則 5.2g) に沿ってヘルメットを着用する。

#### 5.8 .トランジションエリア規則

- a.) トランジションエリアでのスキー滑走は禁止する。
- b.) トランジションエリアの選手個人のスペース内で、ランシューズ(スノーシュー)やスケート靴の着脱を行わなければならない。「ノルディックブレード交換ゾーン」があれば、そこにノルディックブレードを置くことができる。
- c.) トランジションエリアでは、技術スタッフが、バイクの受け取りと設置、用具の手渡しなどの支援を行う。このサービスは選手に平等に行うものとする。
- d.) ヘルメットのストラップは、バイクスタート時にバイクをラックから外す前に、フィニッシュ時にはラックに掛けるまで、しっかりと締めておかねばならない。同様に、スケート靴を履く前から脱ぐまで、ヘルメットストラップをしっかりと締めておく。
- e.) 「ノルディックブレード交換ゾーン」が設置される場所は、氷上の端の脇とする。
- f.) シューズカバーを脱ぎ捨てられるゾーンは、「スキー板設置ライン」の後方とする。

#### 5.9. コーチステーション

- a.) コーチは、バイクコースの指定された場所で、選手に飲食物を渡すことができる。

#### 5.10 スペシャルニーズステーション

- a.) スペシャルニーズステーションが、バイク、ランのコースに設置されることがある。
- b.) これらのステーションで提供する物は、大会ボランティアにより渡される。
- c.) これらのステーションが設置されなければ、提供物はコース上で支給されない。そのため、大会のステーション以外で選手に物を提供することは、外部支援とみなされる。
- d.) ツール(工具)やスペア品を置くことのできる「修理ゾーン」をバイクコース周辺に設けることがある。修理は選手自身が行う。ツール類は適切に梱包され、選手名が付けてあるものとする。

#### 5.11. フィニッシュ定義

- a.) フィニッシュライン先端から伸ばした垂線を、前に出した方のスキーブーツが越えた時に、「フィニッシュした」と判断される。

## 5.12. 気象条件

- a.) 気温がマイナス 18 度未満のときは、レースを中止する。

## 6. クロストライアスロンとクロスデュアスロン

### 6.1. 概要

- a.) クロストライアスロンは、スイム、マウンテンバイク(MTB)、クロスカントリーランの順に連続して競技を行う。
- b.) クロスデュアスロンは、クロスカントリーラン、マウンテンバイク(MTB)、クロスカントリーランの順に連続して競技を行う。

### 6.2. 距離

- a.) クロストライアスロンの競技距離については、TRI 競技規則の附則 A に付記する。
- b.) クロスデュアスロンの競技距離については、TRI 競技規則の附則 A に付記する。
- c.) レースコースは、選手の安全を優先しながらも、タフでテクニカルであることが望ましい。バイクコースの距離は、技術代表の判断により、5%以内の誤差が認められる。

### 6.3. 公式トレーニングと試走

- a.) 選手とコーチは、大会と技術代表が管理・運営する公式トレーニングと試走に参加することができる。
- b.) 競技が開始されてからは、コースでのウォームアップや試走を禁止する。

### 6.4. マウンテンバイク規則

- a.) 最小タイヤ寸法は 26 インチ最大 29 インチ以下、タイヤ幅は 1.5 インチ以上とする。
- b.) 前輪と後輪で異なるサイズのホイールを使用することができる。
- c.) ブロックタイヤとスリックタイヤのいずれも使用することができる。
- d.) コース上でバイクを降りて、押す、担ぐなどの方法で競技することができる。
- e.) 他選手へのドラфтингを行うことができる。周回遅れとなった場合でも、競技から除外されない。安全上の理由から、コース上に追い越し禁止ゾーンを設けることがある。
- f.) クリップオンバー(エアロバー)の使用は禁止する。
- g.) ロード用のドロップハンドルの使用は禁止する。
- h.) MTB 用のバーエンドを装着してもよいが、バーエンドはふさがれてなければならない。
- i.) 選手は、自分の工具及び部品を持参し、選手自身が修理を行わなければならない。

### 6.5. トランジションエリア規範

- a.) 競技規則、第7章の全てを参照すること。

### 6.6. ラン規則

- a.) スパイクシューズを含む、あらゆるタイプのシューズを使用することができる。

## 6.7. コーチステーション 及び 6.8.スペシャルニーズステーションは、前章ウインターライアスロン「5.9」、「5.10」を参照

## 7. 予選ラウンド形式での競技

### 7.1. 概要

- a.) 予選ラウンド形式の競技は、複数のラウンドで構成し、各予選を通過した選手が次のラウンドに進み、決勝で勝者を決定する。

### 7.2. ラウンド

- a.) ラウンドは、予選と決勝の 2 ラウンドを行う。
- b.) 予選と決勝での選手は最大 30 人とする。予選を実施する数は次により決定する。

参加選手	予選
30人未満	予選無し、一発決勝
31人から60人	2つの予選(15人から30人毎)
61人から90人	3つの予選(20人から30人毎)
91人から120人	4つの予選(22人から30人毎)
121人から150人	5つの予選(24人から30人毎)

### 7.3. 予選

a.) すべての予選は、決勝に決まった数の選手を選出する。さらに、一定数の選手が、予選タイムで選出される。

参加選手	予選の数	各予選の決勝進出者数	タイムで選出される選手数
31人から60人	2	14	2
61人から90人	3	9	3
91人から120人	4	7	2
121人以上	5	5	5

b.) 別の予選の組の選手が、同タイムで予選ポジション最下位で同順位となった場合、それら全員を予選通過とし、結果次のラウンドでは選手数が増える。

c.) 準決勝に進出した選手が規定数より少ない場合、準決勝での最速タイムに基づいて選手を補充する。

d.) 決勝に進めなかった選手は、タイムにより選別される。決勝を辞退した選手がいたら、決勝進出できなかった選手の中より第1選手を繰り上げとする。決勝への選手数が30人を下回った場合、繰り上げを行う。(同一タイムの選手からランダム選択する。) 繰り上げの制限時間は、選手登録開始までとする。

e.) B 決勝があるレースでは、A 決勝に進出できなかった予選タイム上位30名がB 決勝に選出される。B 決勝はB 決勝は最低10名の選手が進出した場合のみ開催される。

### 7.4. 予選での選手配分

a.) 技術代表は、予選の組を次のように構成する。

- (1) 該当するランキングが存在しない場合、準決勝の選手数を同じくするために予選ごとに配分される(準決勝の組によっては、他より選手1人が多い)。同じ国内競技団体からの選手は、同じ原則に従い各予選ヒートごとに配分される。
- (2) ランキングが適用できる場合、ランク付けされた選手は次のチャートにより配分され、非ランク選手は、同一国内競技団体からの選手は全てのヒートに同数配分し、全ヒートを同人数とする原則に従い、残りのスポットに配分される。いない選手は、残りのスポットに配分される。

### 7.5. ナンバーリング

2つのファイナルのナンバーのオプションがある。

a.) 決勝でのナンバーリングは、以下の基準で順次割り付ける。

第1基準: 予選での順位。第2基準: 予選のタイム。第3基準: ポイントランキング。第4基準: ランダム配分。

b.) ファイナルのナンバーは、セミファイナルと同じ。選手のラインナップは第一基準を準決勝の順位、第二基準を決勝タイムとする。しかし、トランジションの位置は番号順になる。

### 7.6. リザルト

a.) 大会の最終結果は、決勝での結果とする。

b.) 大会で、決勝での完走者よりも、より多くの順位にランキングポイントが配分されるときは、残りのポイントは次のように配分する。

- (1) 予選タイムに準じて決勝でのDNF選手へ配分。
- (2) 予選タイムに準じて決勝でのDNS選手へ配分。
- (3) B 決勝のないレース: 予選タイムに準じて決勝に進めなかった選手へ配分。B 決勝があるレース: B 決勝の結果でポイントを配分。
- (4) DSQ選手は、ポイントを獲得することはできない。

### 7.7. プライズ(賞金)

a.) プライズ(賞金)の配分は、総則(TRI 競技規則の附則 I)に従い、必要に応じて前項を参照する。

## 8. タイムトライアル予選形式での競技

### 8.1. 総則

- a.) タイムトライアル予選形式での競技は、予選と決勝の2レースで構成する。予選は1人ずつスタートするタイムトライアル方式であり、決勝は、予選タイムで選抜された選手が一斉スタートする。
- b.) 決勝での結果をレース結果とする。

### 8.2. ラウンド

- a.) 競技は2ラウンドがある。
- b.) それぞれ予選と決勝と呼ばれる。
- c.) 予選は、タイムトライアル(ドラフティング禁止)で行われる。決勝は、バイカー斉スタート(ドラフティング許可)とする。使用バイクは、予選・決勝ともにドラフティング許可レース仕様とする。
- d.) タイムトライアル予選のスタート間隔は、技術代表が、15 秒から 3 分の間で決定する。
- e.) 決勝は選手 30 人で行う。同着があった場合、選手 30 人以上で決勝を行うことがある。審判長は、計測機器を利用して着順判定を行う。

### 8.3. 予選から決勝へ

- a.) 予選でタイムの速い上位から選手 30 人が、決勝進出の資格を持つ。
- b.) 決勝に進出しない選手は、予選のタイムで順位を付ける。決勝に棄権する選手が出たら、決勝に進出しなかった中で、最も速かった選手が繰り上がり決勝へ進出する。この繰り上げは、決勝進出 選手が 30 人を下回った場合に行われる。繰り上げは選手登録が開始されるまでとする。
- c.) B 決勝が行われる場合、A 決勝に進出できなかった選手の中から、タイムの速い上位 30 人の選手が B 決勝への出場資格を有する。

### 8.4. 予選でのナンバーリングと選手の配分

- a.) レースナンバーは、TRI 競技規則 2.10 章により割り当てられる。
- b.) 大きなレースナンバーから降順で、一人ずつスタートする。
- c.) 選手がスタートしなかった、一部のレースナンバー割り当てがなかった場合、使用されなかったナンバーに割り当てられた時間にスタートしたとみなして、スタートを連続して進める。
- d.) スタートリストの例を以下に示す。

レースナンバー	名	姓	国コード	スタート時間
102	Grzegorz	Zgliczynsk	POL	09:00:00
101	Andrew	Farrell	USA	09:00:30
100	Todd	Martin	AUS	09:01:00
99	Gervasio	Da silva	BRA	09:01:30

### 8.5. 予選スタートシステム

- a.) TRI 競技規則 4.7 に定められた原則を適用する。
  - (1) 選手は、指定された時間前にスタート地点にいなければならない。
  - (2) 全てのスタートを記録するためにビデオカメラを使用する。
  - (3) スタート審判は、自身の時計と記録担当の時計を一致させる
  - (4) スタート審判、アシスタントは、予定時間スタート及び違反等記録に対応する。選手のスタート遅れが不可抗力か否かを審議委員が判断するために、電子的装置と手動でスタートタイムを記録する。
  - (5) 選手はスタート順に並ぶ。スタート時間の 2 分前までに、プレスタートエリアで申告しなければならない。
  - (6) スタートへの残り時間は、15 秒前と 5 秒前に告げられる。
  - (7) スタート審判は、電子/手動ホーンを用いてスタートの合図を行う。
  - (8) 時間前にスタートした選手は、スタートラインに呼び戻される。戻らなかつた場合は失格とする。時間に遅れてスタートしようとする選手は、スタート審判の許可を得てスタートする。これらの選手のスタート時間は予め設定されたスタート時間になる。

### 8.6. 決勝でのレースナンバーの割り当て

a.) 決勝のレースナンバーは、予選タイム順に割り当てられる。予選で最も速いタイムに、決勝でレースナンバー1番が割り当てられる。同着の選手は、ランダムにナンバーを振られる。

## 8.7. 結果

- a.) 決勝結果が最終結果となり、これに応じて表彰、賞金が授与される。
- b.) 決勝で完走した選手よりも多くのランキングポイントが割り当てられる大会であれば、次の順で残りのポイントを割り当てる。
  - (1) 予選タイムに応じ、決勝で DNF(未完走)の選手
  - (2) 予選タイムに応じ、決勝で DNS(未出場)の選手
  - (3) B 決勝がなかった場合：決勝に進出しなかった選手から、予選タイムによりポイントを割り当てる。B 決勝がある場合：B 決勝の結果でポイントを決める。
  - (4) 失格(DSQ)の選手にはポイントが与えられない。

# 9. アクアバイク

## 9.1. 総則

- a.) アクアバイクは、スイム、第1トランジション、バイク第2トランジションの構成で競技を行う。
- b.) アクアバイクは、エイジグループに限定したカテゴリーとし、同じ距離のスイムとバイクが行われるトライアスロン大会に併設して行う。

## 9.2. 競技距離

- a.) アクアバイクが併設されるスタンダードディスタンス・トライアスロン大会の距離を利用し、スイム 1500m、バイク 40km の順で競技を行う。
- b.) スイム 1900m 以上、バイク 80km 以上。アクアバイクが併設されるロングディスタンス・トライアスロン大会の距離を利用し競技を行う。

## 9.3. 特別競技規則

- a.) アクアバイクは、併設されるトライアスロン大会と同じ競技規則が適用される。

## 9.4. フィニッシュ

- a.) バイクコースの終了地点に設置されたフィニッシュラインで競技を終了する。フィニッシュは、前輪がフィニッシュライン幅の手前側端から立ち上げた垂直面にかかった瞬間とする。この地点での計測記録を競技タイムとする。

(TRI 附則抜粋)

#### 附則 A: レース距離と年齢要件

##### トライアスロン

	スイム	バイク	ラン	出場最低年齢
チームリレー	250 から 300m	5 から 8 km	1.5 から 2 km	15
スーパースプリント	250 から 500m	6.5 から 13 km	1.7 から 3.5 km	15
スプリント	750m	20 km	5 km	16
スタンダード	1500m	40 km	10 km	18
ミドル	1900 から 2999m	80 から 90 km	20 から 21.9 km	18
ロング	3000 から 4000m	91 から 200 km	22 から 42.2 km	18

##### デュアスロン

	第 1 ラン	バイク	第 2 ラン	出場最低年齢
チームリレー	1.5 から 2 km	5 から 8 km	0.75 から 1 km	15
スーパースプリント	1.7 から 3.5 km	6.5 から 13 km	0.85 から 1.75 km	15
スプリント	5 km	20 km	2.5 km	16
スタンダード	5 から 10 km	30 から 40 km	5 km	18
ミドル	10 km	60 km	10 km	18
ロング	10 から 20 km	90 から 150 km	20 から 30 km	18

##### アクアスロン

	第 1 ラン	スイム	第 2 ラン	出場最低年齢
チームリレー	1.25km	500m	1.25km	15
チームリレー(低水温)		500m	2.5km	15
スプリント	1.25km	500m	1.25km	16
スプリント(低水温およびパラ)		500m	2.5km	16
スタンダード	2.5 km	1000m	2.5 km	16
スタンダード(低水温およびパラ)		1000m	5 km	16
ロング	5 km	2000m	5 km	18
ロング(低水温およびパラ)		2000m	10 km	18

##### ウィンタートライアスロン

	クロスカントリーラン	マウンテンバイク	クロスカントリースキー	出場最低年齢
2x2 ミックスリレー	1 km	2 km	2 km	15
3x 同姓／4x ミックスリレー	2 から 3 km	4 から 5 km	3 から 4 km	15
スプリント(エイジ)	3 から 4 km	5 から 6 km	5 から 6 km	16
スプリント／スタンダード (Run + Bike + Ski + Run + Bike + Ski)各セグメント距離	2 km	4 km	4 km	16
スタンダード(エイジ)	3 から 4 km	5 から 6 km	5 から 8 km	18

##### S3 ウィンタートライアスロン

	ラン	スケート	クロスカントリースキー	出場最低年齢
スタンダード	4 から 6 km	10 から 14 km	7 から 9 km	16

##### ウインターデュアスロン

	うロスカントリーラン	クロスカントリースキー	出場最低年齢
2x2 ミックスリレー	1 km	2 km	15
スプリント	2 km	4 km	16
スプリント(エイジ)	6 km	12 km	16

クロストライアスロン

	スイム	マウンテンバイク	クロスカントリーラン	出場最低年齢
チームリレー	200 から 250m	4 から 5 km	1.2 から 1.6 km	15
スプリント	500m	10 から 12 km	3 から 4 km	16
スタンダード	1000 から 1500m	20 から 30 km	6 から 10 km	18

クロスデュアスロン

	クロスカントリーラン	マウンテンバイク	クロスカントリーラン	出場最低年齢
チームリレー	1.2km から 1.6km	4 から 5 km	0.6 から 0.8 km	15
スプリント	3km から 4km	10 から 12 km	1.5 から 2 km	16
スタンダード	6km から 8km	20 から 25 km	3 から 4 km	18

アクアバイク

	スイム	バイク	出場最低年齢
チームリレー	1500m	40 km	18
スプリント	1900 から 3000m	80 から 90 km	18
スタンダード	3000 から 4000m	90 から 200 km	18

## 附則 F: ユニフォーム規則

### 1. 概要

- 1.1. TRI 大会では、TRI ユニフォーム規則を適用する。
- 1.2. この附則はトライアスロン及び関連マルチスポーツにふさわしいユニフォームを規定することである。
- 1.3. 競技環境によっては、長袖や下肢のカバーを認めることがある。

### 2. 目的

- 2.1. 主催地、グローバルな観客、メディアに対し、クリーンでプロフェッショナルなイメージを提供すること。
- 2.2. 履行できる広告露出のために、合理的なスペースをスポンサーに提供すること。
- 2.3. TRI 加盟団体である各国競技団体(NF)と所属の選手が、<附則 F2 権利と責任(大会とユニフォーム着用区分)>に基づき、互いに有益な関係を保てるようなフレームワークを提供すること。附則 F2 を参照。

### 3. 一般的な要件

- 3.1. ユニフォームは、次に示された全てのロゴやイメージが基準どおりに使用されていること。
- 3.2. ロゴのサイズ測定は、着用していないユニフォームを平らな面に置いて行う。ロゴサイズ測定に“TRI ロゴ計測テンプレート”を使用する。
- 3.3. スポンサーのスペースには、タバコ、蒸留酒、WADA 禁止リストにある物質を含んだ製品以外であれば、ロゴのタイプに制限は設けない。(スポンサースペースの位置は図1参照)
- 3.4. ユニフォームの全てのマークの回りには、1.5 cm 以上のすき間を設ける。
  - a) TRI ロゴ
  - b) 姓
  - c) 国コード
  - d) 全てのスポンサーのロゴ

### 4. ユニフォームの色とデザイン

- 4.1. ユニフォームは次のように国内競技団体(NF)が選択した色であること。
  - a)エリート: TRI ワールドトライアスロンシリーズ(WTS)グランドファイナル、TRI ワールドトライアスロンシリーズ(WTS)、アジア選手権、TRI マルチスポーツ世界選手権大会
  - b)ジュニア、U23: TRI 世界選手権、アジア選手権
  - c)パラトライアスロン: TRI 世界選手権、TRI 世界パラトライアスロンシリーズ、アジア選手権
  - d)ユース: アジア選手権
- 4.2. その他の TRI 大会のユニフォームには制限を設けない。
- 4.3. 競技用ユニフォームと表彰式で着用するウェアの色とデザインは、国ごとに違いがあり、事前に TRI 承認を受けなければならない。
- 4.4. ユニフォームは、国ごとに識別できるデザインとする。ただし、選手の体型やサイズに関わる技術的要件に影響を与えないものとする。
- 4.5. ユニフォームの色・デザイン承認の目的は、国別ユニフォームが識別しやすいことを確認することである。承認過程は、TRI 競技規則附則を参照。
- 4.6. エリート選手のために、TRI は、TRI 世界トライアスロンシリーズの実質的リーダー選手が着用するユニフォームの色に関する特別ルールを該当年の1月 30 日までに設けることができる。

図 1:スポンサーロゴのサイズとスペース

ユニフォーム前面      ユニフォーム背面



## 5. 名字(姓)と国コード/名

5.1. 名字(エイジグループには適用しない)と IOC 国コードは、ユニフォーム前面上部と臀部に表示する。

- ・ファーストネームのイニシャルを名字の前に加えてもよい。
- ・同性の選手は、ファーストネームのイニシャルを付けることを推奨する。
- ・名字と国コードは、基準により表記する。

a) Font Type: フォント(書体)の種類

- i. フォントは“Arial(アリアル)”を使用する。
- ii. 名字や国コードの文字は、大文字で表記する。名字が 9 文字より多い場合、最初の大文字に続き小文字を使用してもよい。「、-」などの記号やスペースは字数に加える。(図2: 名字レイアウト参照)

b) Colour: 色

- i. ユニフォームが暗い色では、文字は白。明るい色なら、文字は黒とする。

c) Position: 位置

- i. 前面: 前面の位置は、TRI ロゴやスポンサースペース B や F の下になる。名字は国コードやスポンサースペース A の上になる。
- ii. 背面: 背面の位置は、バイク乗車中にはっきりと見られるようにウエストラインより上になる。名字は国コードより上になる。
- iii. 高さ: 名字や国コードは、名前の文字数に関わらず、5cm の高さとする。
- iv. 幅: 名字の幅は 12 cm 以上 15 cm 以内とする。文字数の少ない名字でも幅 12 cm 以上にしなければならない(図 2: 名字レイアウト参照)。国コードの幅は 6 cm から 10 cm とする。

図 2. 姓レイアウト

I D A

- 上部の“IDA”のような姓は、高さ 5cm、幅 12cm
- 下部の“Nakabayashi”のような長い名前は、高さは 5cm だが、名前は最大 15cm 取れる

Nakabayashi

#### 6. TRI ロゴ

- 6.1. 公式 TRI ロゴは右肩上部に付ける。
- 6.2. ユニフォームの右下に、TRI リングと TRI 文字を付ける。
- 6.3. その横軸サイズは 4cm
- 6.4. 「白とオレンジ」版は、暗い色のユニフォームに適用し、「青とオレンジ」は、明るい色のユニフォームで使用する。
- 6.5. TRI ロゴのプリント版は、TRI サイトを参照する。

Diagram 3. TRI Logo Layout



- 6.6. 上の図 3 は TRI ロゴの正確なレイアウトを示している。

- a) TRI Orange:オレンジ
  - i. Pantone 144C (Coated papers);
  - ii. CMYK conversion (4 colour process) – C:0%, M:49%, Y:100%, K:0%.CMYK バーション
- b) TRI Blue:ブルー
  - i. Pantone 2955C (Coated papers);
  - ii. CMYK conversion (4 colour process) – C:100%, M:45%, Y:0%, K:37%.

- 6.7. エリート個人部門の世界チャンピオンは、TRI ロゴの下に WTS がこの名誉を称えるデザイン要素を追加することできる。図柄詳細は、別途発表。

## 7. スポンサースペース

### 7.1. スポンサースペース A

- a) このスペースは国コードの真下とする(図 1. スポンサーロゴ: サイズとスペース参考)
- b) 最大高さは 20cm
- c) 最大幅は 15cm
- d) 3つまでのスポンサーロゴをこのスペースに置くことができる。
- e) 選手はこのスペースに1つか 2つ又は 3つロゴを付けられる。それぞれのロゴは、異なったスポンサーの表示でなければならない。

### 7.2. スポンサースペース B: 前面左上

- a) このスペースは、ユニフォームメーカー又は他スポンサーのために設けられる。
- b) 最大高さは 4cm
- c) 最大幅は 5cm
- d) このスペースはユニフォームの左肩部分にあり、真ん中ではない。

### 7.3. スポンサースペース C: 側面

- a) スポンサーロゴは側面に表記する。
- b) 最大幅は 5cm
- c) 最大高さは 15cm
- d) スポンサーロゴ1種類を両側に配置することができる。そのロゴは同一でなければならない。
- e) このスペースは側面からだけ見えることが基本である。ただし、選手の体型によっては正面や背面から見えることがある。

### 7.4. スポンサースペース D: 正面の低い位置

- a) 最大高さ 4cm × 最大幅 5cm
- b) あるいは、最大高さ 3cm × 最大幅 6.5cm
- c) このスペースは、ユニフォーム下部の左か右に付けることができるが、両方に付けることはできない。

### 7.5. スポンサースペース E: 背面上部

- a) スポンサーロゴの1つを背面の姓の上に表記できる。
- b) 最大高さは 10cm
- c) 最大幅は 15cm

### 7.6. スポンサースペース F: 正面上部

- a) スポンサーロゴの1つを正面の姓の上に表記できる。
- b) 最大高さは 5cm
- c) 最大幅は 15cm

## 8. スイムキャップとヘルメット

### 8.1. スイム

- a) TRI/大会が定めたもの以外は、スイムキャップにスポンサーロゴなどを付けることを禁止する。

### 8.2. 自転車と PTWC ラン

- a) TRI 競技規則に定められているとおり、自転車競技中及び PTWC 選手のラン競技中は、ヘルメットを着用しなければならない。
- b) TRI 又は大会が提供したヘルメットナンバースティッカーは、変造しないで、ヘルメットの正面と両サイドに付ける。他のステッカー類を貼り付けることは禁止する。
- c) ヘルメットナンバースティッカーの周囲に 1.5cm 以上のすき間を設ける。
- d) ヘルメットは、上述の b) と c) に合致している限り色やデザインは自由で、どのようなロゴでもよい。

## 9. ウエットスーツ

### 9.1. ロゴ

- a) ウエットスーツへのロゴ表示は、メーカーのロゴに限定して表示できる。
- b) メーカーのロゴのサイズと位置は、大会開催の少なくとも 6 か月前に市場に出ているものと同じであれば、制限はない。

## 10. レースナンバー

### 10.1. エリート、アンダー23、ジュニア、ユースのレースナンバー

- a) TRI はレース識別ロゴを含むボディナンバー・デカール(シール)を提供する。デカールは、大会前に貼り付ける。
- b) ボディナンバー・デカールの1セットは両腕、両脚に貼り付ける。

c) 二桁の数字のデカールは横並びではなく上下に付ける。

10.2

- a) 伝統的なレースナンバー: TRI 又は大会が提供するレースナンバーは、指示に従い、変造しないで、指定箇所に付けなければならない。
- b) ボディマーキング(ナンバーシール)が提供された場合、エリート選手は大会前に指定箇所に貼り付ける。
- c) ボディマーキング(シール) 1 セットは、両腕、両脚に貼り付ける。ただし、別の指示があった場合はこの限りとはしない。

10.3 エイジグループのレースナンバー

- a) 伝統的なレースナンバー: TRI 又は大会が提供するレースナンバーは、指示に従い、変造しないで身に付けなければならない。
- b) ボディマーキングは、別の指示がない限り、両腕や両脚に貼り付ける。
- c) 片方のふくらはぎに選手カテゴリーと性別をマークする。(例: ナンバー「M25」は、男子カテゴリーで 25-29 歳の選手用。「F40」は、女子カテゴリーで 40-44 歳用)

11. 一時的タトゥー(テンポラリー・タトゥー)

- 12.1. 大会で提供されたレースナンバーやロゴ以外の一時的なタトゥーをすることは禁止する。

12. 表彰台のユニフォーム(エリート、U23、ジュニア、ユース)

- 13.1. この附則のユニフォーム規則は、表彰台での服装にも適用する。

13. PTVI 競技クラスの特別ルール

- 13.1. ガイド用のユニフォームは、上記の規則に従わなければならず、パラトライアスロン選手のユニフォームと同様にスポンサー名とスペースを使用できる。
- 13.2. 名字(姓)スペースの中に、ガイドのユニフォームは“GUIDE”の文字を表示する。
- 13.3. フォントタイプは“Arial(アリアル)”で、高さは 5cm、幅は 12cm。

<附則 F2 権利と責任(大会とユニフォーム着用区分)>

TRI 大会及び関連大会(選手区分別)による使用ユニフォームとロゴ等は次のとおりとする。

(1の1)エリート、U23、ジュニア、ユース(対象大会:TRI トライアスロン世界選手権シリーズ、TRI グランドファイナル、TRI マルチスポーツ選手権、アジア選手権)

- ・ユニフォームの色とデザイン:カタログ(TRI 承認)による。
- ・名字、国コード、TRI ロゴ:TRI 競技ルールにより必須。
- ・スポンサースペース(A~F)選手と本会の合意による。

(1の2)エリート、U23、ジュニア、ユース(対象大会:TRI トライアスロンワールドカップ、トライアスロンアジアカップ、他 TRI 大会)

- ・ユニフォームの色とデザイン:選手と本会の合意による。
- ・名字、国コード、TRI ロゴ:TRI 競技ルールにより必須。
- ・スポンサースペース(A~F) 選手と本会の合意による。

(2の1)パラトライアスロン(対象大会:TRI トライアスロン世界選手権、トライアスロンアジア選手権、TRI マルチスポーツ選手権)

- ・ユニフォームの色とデザイン:カタログ(TRI 承認)による。
- ・名字、国コード、TRI ロゴ:TRI 競技ルールにより必須。
- ・スポンサースペース(A~F)選手と本会の合意による。

(2の2)パラトライアスロン(対象大会:前述以外の TRI 大会)

- ・ユニフォームの色とデザイン:選手と本会の合意による。
- ・名字、国コード、TRI ロゴ:TRI 競技ルールにより必須。
- ・スポンサースペース(A~F) 選手と本会(3の1)エイジグループ(対象大会:TRI トライアスロン世界選手権、トライアスロンアジア選手権)
- ・ユニフォームの色とデザイン:カタログ(TRI 承認)による。
- ・名字、国コード、TRI ロゴ:TRI 競技ルールにより必須。
- ・スポンサースペース(A~F)選手と本会の合意による。

(3の2)エイジグループ(対象大会:TRI マルチスポーツ選手権、前述以外の TRI 大会)

- ・ユニフォームの色とデザイン:選手と本会の合意による。
- ・名字、国コード、TRI ロゴ:TRI 競技ルールにより必須。
- ・スポンサースペース(A~F) 選手と本会の合意による。

## 附則 K: 違反と罰則

一般的な「違反と罰則」を簡潔にまとめた用例である。詳細は競技規則の本文を参照。主要略語例は、「エリート(エリート、U23、ジュニア、ユース)を含む。」「パラトライアスリート(パラ選手)」「ロングディスタンス大会(ロング)」「トランジションエリア(トランジション)」「スタンダードディスタンス大会及びスプリントディスタンス大会(スタンダード以下)」。

一般	
違反事例	罰則
1.別の年齢区分、出場禁止の距離、スタンダード以上出場後 24 時間以内に大会(超短距離など例外)出場した選手	・この期間の全ての大会で失格(DSQ)
2.定められたコースから離脱したとき	・警告でコース離脱地点から競技に復帰 ・改めない場合:失格(DSQ)
3.安全面からコースを離脱、その地点から競技再開せず、アドバンテージを得た	・アドバンテージを得たら、タイムペナルティを適用
4.競技関係者、観客への乱暴な言動	・失格(DSQ)。TRI 仲裁機関に資格停止対象と報告
5.スポーツマンシップに反する行為	・失格(DSQ)。過剰な場合、TRI 仲裁機関に資格停止対象と報告
6.ブロックинг、チャージング、妨害、他競技者への前進妨害	・意図的でない:警告とは正 ・意図的:失格(DSQ)
7.審判、競技スタッフや競技者以外からの援助を受けた	・直ちに元の状態に戻れば、警告とは正 ・改めない場合:失格(DSQ)
8.審判や競技スタッフの指示に従うことを拒否すること	・失格(DSQ)
9.大会レースナンバーを指示どおり、提供された状態で着用していない	・警告とは正 ・改めない場合:失格(DSQ)
10.ウェットスーツ禁止スイムで、レースナンバーを着用していた	・可能であれば、警告とは正 ・改めない場合:失格(DSQ)
11.エイドステーションや指定場所以外で、ゴミ、用具をコース周辺に捨てた	・可能であれば、警告とは正 ・改めない場合:タイムペナルティ
12.アドバンテージを得たり、他選手に危険となりえたりする危険・禁止用具の使用	・可能であれば、警告とは正 ・改めない場合:失格(DSQ)および競技から除外
13.4.1g)の条件を満足していない爪	・初回違反は、警告 ・同一年の 2 回目以降は、改めない場合:失格(DSQ)および競技から除外
14.大会で特別に定められた通行方法に違反した	・意図的でない:可能であれば警告とは正 ・改めない場合、又は意図的:失格(DSQ)
15.TRI 大会で、エリート、U23、ジュニア、ユース、パラトライアスリートによる不自然、又は意図的な同着;	・失格(DSQ)
16.競技や表彰時に、チェックイン時と異なるユニフォームを着用した	・警告、可能であれば、是正 ・改めない場合:失格(DSQ)
17.競技や表彰時に、競技規則に適合しないユニフォームを着用	・失格(DSQ)
18.肘より下の腕を覆うまたは膝の下を覆うような衣類を、許可されていない時に着用	・可能であれば、警告とは正 ・改めない場合:失格(DSQ)
19.天候(寒冷)から、技術代表の指示があつたが、競技中に腕を覆っていなかった	・競技前警告とは正 ・改めない場合:失格(DSQ)および競技から除外
20.FOP でユニフォームを両肩にかけていない	・可能であれば、警告とは正 ・改めない場合:失格(DSQ)
21.フロントジッパーが許可されている大会で、ユニフォームの前ジッパーを完全に開いている状態	・可能であれば、警告とは正 ・改めない場合:失格(DSQ)
22.フロントジッパーが許可されている大会のラン最終 100m で、ユニフォームの前ジッパーを下げたままの状態	-警告とは正
23.政治的、宗教的、性別的、人種的プロパガンダを誇示したとき	・可能であれば、警告とは正 ・改めない場合:失格(DSQ)および競技から除外

24.偽名や年齢詐称、宣誓書類の偽造、虚偽の情報提供などの不正行為	・失格(DSQ)競技から除外、TRI 仲裁機関に資格停止対象と報告
25.資格なしでの出場行為	・失格(DSQ)競技から除外、TRI 仲裁機関に資格停止対象と報告
26.アンチドーピング違反	・罰則は WADA 規程に準じて適用
27.上半身裸で競技している	・可能であれば、警告とは正 ・改めない場合:失格(DSQ)
28.不適切な露出行為、又は全裸状態	・可能であれば、警告とは正 ・改めない場合:失格(DSQ)
29.アウトサイド・アシスタンス(外部援助):他選手に、バイク本体、フレーム、ホイール、ヘルメット、バイクシューズ、ランシューズ、他用具を与え、自分自身の競技続行が不可能となった。	・両選手が失格(DSQx2)
30.車両から不正なアドバンテージを受けた	・失格(DSQ)
31.止まるべきペナルティボックスで停止しなかった	・失格(DSQ)
32.他の競技が進行中のコースでのウォーミングアップ	・可能であれば、警告とは正 ・改めない場合:失格(DSQ)
33.資格停止処分中の競技出場	・失格(DSQ)競技から除外、TRI 仲裁機関に資格停止延長か除名対象と報告
34.表彰式でのアンブッシュマーケティング行為	・当該大会での獲得賞金を没収
35.技術的な不正検査を意図的に欠席	・失格(DSQ)競技から除外、TRI 仲裁機関へ仮出場停止対象と報告
36.人力以外のバイク動力装置を使った不正	・失格(DSQ)競技から除外、TRI 仲裁機関へ仮出場停止対象と報告
37.選手が周辺に注意を払うことを妨害する用具を使用した	・可能であれば、警告とは正 ・改めない場合:失格(DSQ)
38.他の選手の前進行為を物理的に援助した	・両選手 DSQ 失格
39.他の選手による前進行為を拒否しなかった	・両選手 DSQ 失格

競技説明会(エイジグループには適用しない)	
違反事例	罰則
40. TD に連絡せず、説明会を欠席した場合	・スタートリストから削除。以後 30 日間の大会スタートリスト・ウェイティングリストから削除
41. 競技説明会に遅れた選手、TD に欠席を伝えた選手	・大会距離のタイムペナルティにより、第 1 トランジションでペナルティを受ける。
42. W 杯、WTCS の競技説明会に、同年 3 回以上の欠席は、TD 連絡の有無によらず	・その後の競技説明会に欠席するたびに、スタートリストから削除

スタート	
違反事例	罰則
43.スタート合図前にスタート	・タイムペナルティ
44.指定より前のウェーブでスタート	・失格(DSQ)
45.入水するまで真直ぐ前進しない	・タイムペナルティ
46.一度選択したスタート位置を変えた	・可能であれば、警告とは正 ・改めない場合:失格(DSQ)
47.横の選手のスタート位置に入り込んでいる	・可能であれば、警告とは正 ・改めない場合:失格(DSQ)

スイム	
違反事例	罰則
48. ウェットスーツ禁止で、肘から下の腕、膝から下の脚の一部を衣類でおおっている	・可能であれば、警告とは正 ・改めない場合：失格(DSQ)
49. スタート整列から、公式スイムキャップを着用していない	・意図的：警告とは正 ・改めない場合：失格(DSQ)
50. 他選手との接触後、離れる様子なく、他の進行を妨げている	・タイムペナルティ
51. 他選手への意図的な進路妨害。不公正なアドバンテージを得て、相手に危害を与えていている	・失格(DSQ)。TRI 仲裁機関へ資格停止・除名対象と報告
52. ウェットスーツ着用義務で、上半身を覆わないウェットスーツを着用	・可能であれば、警告とは正 ・改めない場合：失格(DSQ)
53. 整列から第 1 トランジションまで、ブランド名入りの第 2 スイムキャップを見えるように着用	・競技前：警告とは正 ・競技中のエイジグループ：警告とは正 ・競技中のエリート、エリートパラ選手：タイムペナルティ

トランジション	
違反事例	罰則
54. バイクを指定以外に掛けている、他選手の進行妨害になっている状態	・競技前：警告とは正 ・競技中のエイジグループ：警告とは正 ・競技中のエリート、エリートパラ選手：タイムペナルティ
55. 第 1 トランジションにヘルメットストラップを締めて置いてある状態	・エイジグループ：審判がストラップを外す。 ・エリート、エリートパラ選手：審判がストラップを外し、タイムペナルティ
56. トランジションのバイクに手をかけている状況で、ヘルメットストラップを緩めたり、不十分な状態	・エイジグループ：警告とは正 ・エリート、エリートパラ選手：タイムペナルティ
57. 乗車ライン手前での乗車	タイムペナルティ
58. 降車ラインを過ぎての降車	タイムペナルティ
59. 指定エリア外での選手用具の置きっぱなし状態	・エイジグループ：警告とは正 ・エリート、エリートパラ選手：タイムペナルティ
60. トランジションで目印のマーキングをした	・警告とは正 あるいは、当該選手への通知なくマーキング物を撤去
61. バッグドロップシステムの大会で、預託バッグに、指定の用具(バイクペダルへのバイクシューズ装着を除く)を全て入れなかつた	・エイジグループ：警告とは正 ・エリートとエリートパラ選手：タイムペナルティ
62. トランジションのフローゾーンで停止	・可能であれば、警告とは正 ・改めない場合：失格(DSQ)
63. トランジションで他選手用具の邪魔になっている	・エイジグループ：警告とは正 ・エリートとエリートパラ選手：タイムペナルティ。 他の選手のレース続行を妨害した場合は、失格(DSQ)
64. トライスーツおよび/またはスイムスキンをトランジションの各選手の場所あるいは指示された場所以外で脱ぐ	・可能であれば、警告とは正 ・改めない場合：失格(DSQ)
65. トランジションでバイクを手にしている状態で、ヘルメットストラップのロックまたはロック解除	・エイジグループ：警告とは正 ・エリートとエリートパラ選手：タイムペナルティ
66. スイム出口とトランジションの間で意図的にスイムキャップを捨てることを審判が確認	・エイジグループ：警告とは正 ・エリートとエリートパラ選手：タイムペナルティ

67. マウントラインからでなく、トランジションから乗車	失格(DSQ)
68. ディスマウントラインで降車せず、トランジションまで乗り込む	失格(DSQ)

バイク 違反事例	罰則
69. バイクコース試走、公式バイク練習時のヘルメット未着用	・その練習から除外
70.バイク競技中、バイクなしでの前進	・可能であれば、警告と是正 ・改めない場合：失格(DSQ)
71.ドラフティング禁止のスプリント、スタンダードでのドラフティング行為	・1回目の違反：タイムペナルティ ・2回目の違反：失格(DSQ)
72.スプリントとスタンダードで、25秒以内に追い越された選手が、相手のドラフトゾーンから外れない	・1回目：ドラフティングタイムペナルティ ・2回目：失格(DSQ)
73.スプリントとスタンダードで、追い越された選手が、相手のドラフトゾーンから外れることなく、抜き返す行為	・1回目：ドラフティングタイムペナルティ ・2回目：失格(DSQ)
74.ミドル、ロングのドラフティング禁止でのドラフティング行為	・1回目と2回目の違反：ドラフティングタイムペナルティ ・3回目の違反：失格(DSQ)
75.ミドル、ロングで、25秒以内に追い越された選手が、相手のドラフトゾーンから外れない	・1、2回目：ドラフティングタイムペナルティ ・3回目：失格(DSQ)
76.ミドル、ロングで、追い越された選手が、相手のドラフトゾーンから外れることなく、抜き返す行為	・1度目、2度目：ドラフティングタイムペナルティ ・3度目：失格(DSQ)
77.ドラフティング許可で、異なる性別の選手へのドラフティング行為	・1回目の違反：警告と是正 ・2回目の違反：失格(DSQ)
78.周回遅れの選手が、先行選手にドラフティングする	・可能であれば、警告と是正 ・改めない場合：失格(DSQ)
79.ドラフティング禁止の大会で車両やモーターバイクへのドラフティング行為	・警告と是正あるいは、ドラフティングタイムペナルティ
80.ドラフティング許可の大会で、車両やモーターバイクへのドラフティング行為	・可能であれば、警告と是正 ・改めない場合：失格(DSQ)
81.ドラフティング禁止でのブロックинг	・タイムペナルティ
82.ドラフティング許可のエイジグループでのブロックング	・タイムペナルティ
83.追い越し禁止区間での追い越し	・タイムペナルティ
84.バイク競技中、ヘルメットストラップを外す、締め方が不十分	・エイジグループ：可能であれば、警告と是正。改めない場合は、失格(DSQ)とし、競技から除外 ・エリートおよびパラトライアスロン：タイムペナルティ
85.バイクコースで停止中、ヘルメットを脱いだ	・可能であれば、警告と是正 ・改めない場合：失格(DSQ)
86.バイクでのヘルメット未着用	・失格(DSQ)および競技から除外
87.チェックインでの認定後、異なる(改造含む)バイクを使用	・失格(DSQ)
88.バイクペナルティボックスで、選手自身が所有する以外の飲食物を摂取	・可能であれば、警告と是正 ・改めない場合：失格(DSQ)
89.バイクペナルティボックスで、ペナルティの間にトイレに行つた	・ペナルティタイム計測の中止
90.ペナルティの間の用具やバイクメンテナンス行為	・可能であれば、警告と是正 ・改めない場合：失格(DSQ)
91.危険な方法で別の選手を横切ったり、接触し、離れようとする努力をせずに、別の選手の進行を妨げ続ける	・タイムペナルティ

92.他の選手を故意に標的にして、彼らの進歩を妨げ、不当に有利になり、潜在的に害を及ぼすこと	・DSQ であり、資格停止または除名の可能性について TRI 仲介裁判所に報告
93.禁止された姿勢での乗車	・タイムペナルティ 繰り返した場合:DSQ とし、競技から排除

違反事例	罰則
94.ラン競技において這うこと	失格(DSQ)および競技から除外
95.選手が、異なる周回選手と並走。(エリート、U23、ジュニア、ユース選手やパラ選手に適用)	・可能であれば、警告とは正 ・改めない場合:失格(DSQ)
96.不出場選手、チーム員、他ペースメーカーがコース上、コースに沿って並走	・可能であれば、警告とは正(両方に) ・改めない場合:選手が失格(DSQ)
97.ヘルメット着用でのラン、スキ	・可能であれば、警告とは正 ・改めない場合:失格(DSQ)
98.支柱、木、他固定物を利用してカーブを曲がった	・タイムペナルティ
99.フィニッシュ手前で競技に無関係の人を連れてフィニッシュした	・失格(DSQ)
100.クラシックスタイル必須なのに利用しない	・初回 タイムペナルティ、2回目 DSQ
101.フィニッシュルートの通路を変更し、他の選手を進路妨害	・失格(DSQ)
102.他の選手と危険な方法で接触、離れようとする努力をせずにその選手の進行を妨げ続ける。	・タイムペナルティ
103.他の選手を故意に標的にして、彼らの進行を妨げ、不当に有利になり、潜在的に害を及ぼすこと	・DSQ 大会から除外され、資格停止または除名の可能性について TRI 仲介裁判所に報告

違反事例	罰則
104.単独のリレー大会において、申告したメンバーの1人以上が、競技説明会に遅れまたは欠席	・第1トランジションで、最初の選手が10秒のタイムペナルティ
105.規定時間内にメンバー申告しなかった	・この大会のスタートリストから抹消および今後30日間のすべてのすべてのスタートリストおよびウイトリストから抹消
106.チームリレー交代ゾーンの外で交代	・タイムペナルティ
107.チームリレー交代が未完了か意図的に交代ゾーン外で交代	・失格(DSQ)

違反事例	罰則
108.カテーテル、尿路変更器具利用のパラ選手のクラシフィケーション・トレーニング・競技中の漏出	・可能であれば、警告とは正 ・改めない場合:失格(DSQ)
109.義足(プレトランジション設置可)にクリートむき出しでバイクシューズを装着、カバーなしクリート使用、滑り防止素材で包まれてない状況	・競技前:可能であれば、警告とは正 ・改めない場合:失格(DSQ)
110.規定時間内に「暫定」、「再検討」、「確定」のクラスステータスを受けてないパラ選手	・失格(DSQ)
111.未承認の義肢、特別補助用具を着用・使用した	・競技前:警告とは正 ・改めない場合:失格(DSQ)
112.保護のない鋭い物体、ねじ、義肢ライナー、人に危害を与える恐れのある義肢使用のパラ選手	・競技前:可能であれば、警告とは正 ・改めない場合:失格(DSQ)および競技から除外
113.クラシフィケーションが未確定で検討中のパラ選手	・スタートリストから削除
114.パラトライアスロンのクラシフィケーション要件を満たさないパラ選手	・スタートリストから削除

115.予定のクラシフィケーションに出席しなかったパラ選手	<ul style="list-style-type: none"> <li>・合理的な理由があれば:2度目の機会を与える</li> <li>・それがない場合:スタートリストから削除</li> </ul>
116.意図的に技量・能力を不正確に伝えたパラ選手	<ul style="list-style-type: none"> <li>・初めての行為:失格(DSQ)</li> <li>・2度目の行為:失格(DSQ)かつTRI仲裁機関に仮出場停止か除名対象として報告</li> </ul>
117 競技説明会で未登録のガイドとパーソナルハンドラー	・競技エリアへアクセスできない
118. LOC・TRIの特別証明書の持参がないパーソナルハンドラー	<ul style="list-style-type: none"> <li>-可能であれば、警告とは正</li> <li>-改めない場合:ハンドラー担当のパラ選手は失格(DSQ)</li> </ul>
119.登録したパーソナルハンドラーより大勢のパーソナルハンドラーの援助を受けたパラ選手	・失格(DSQ)
120.選手を前進させるパーソナルハンドラーのあらゆる行為	・ハンドラーが受け持つパラ選手は失格(DSQ)
121.パーソナルハンドラーが競技中、選手のトランジションやホールステーション以外で、バイクを修理した	・失格(DSQ)
122.パラ選手の未登録用具をプレトランジションエリアに置いた	<ul style="list-style-type: none"> <li>・可能であれば、警告とは正</li> <li>・改めない場合:失格(DSQ)</li> </ul>
123. PTS2、PTS3、PTS4、PTS5 選手のパーソナルハンドラーが、プレトランジションエリア内にいた	<ul style="list-style-type: none"> <li>・可能であれば、警告とは正</li> <li>・改めない場合:ハンドラー担当のパラ選手は失格(DSQ)</li> </ul>
124. SEAがパラトライアスロン選手をデイリーチェア、またはトランジション前の指定チェアやスペースに座らせる前に、パーソナルハンドラーが選手をサポートした	・タイムペナルティ
125. 下肢切断のパラ選手が、プレトランジションから第1トランジションまで、義足や松葉づえを使わず片足でホッピングした	<ul style="list-style-type: none"> <li>・可能であれば、警告とは正</li> <li>・改めない場合:失格(DSQ)</li> </ul>
126. PTWC1、PTWC2 選手が指定場所以外でトランジションを行った	・タイムペナルティ
127. PTWC1、PTWC2 選手が乗降者ラインで完全停止しない、審判がゴーと告げる前に競技再開した	・タイムペナルティ
128.PTWC1、PTWC2 選手がランで車両やモーター・バイクにドラフティングした	<ul style="list-style-type: none"> <li>・警告とは正</li> <li>・改めない場合:ドラフティングタイムペナルティ</li> </ul>
129.プレトランジションから出たとき、用具が置かれたままの状態	<ul style="list-style-type: none"> <li>・警告とは正</li> <li>・改めない場合:タイムペナルティ</li> </ul>
130. PTVI1、PTVI2、PTVI3 選手のガイドが必要条件を満たしていない	・失格(DSQ)
131.スイムやランで、PTVI1、PTVI2、PTVI3 選手がガイドとつながれていない	<ul style="list-style-type: none"> <li>・可能であれば、警告とは正</li> <li>・改めない場合:失格(DSQ)</li> </ul>
132.スイムで PTVI1、PTVI2、PTVI3 選手が、ガイドにペース配分・先導されたり、ガイドから 1.5m 以上離れたりした	<ul style="list-style-type: none"> <li>・1回目の違反:タイムペナルティ</li> <li>・2回目の違反:失格(DSQ)</li> </ul>
133.スイムイグジット後、PTVI1、PTVI2、PTVI3 選手が、ガイドにペース配分・先導されたり、ガイドから 0.5m 以上離れたりした	<ul style="list-style-type: none"> <li>・1回目の違反:タイムペナルティ</li> <li>・2回目の違反:失格(DSQ)</li> </ul>
134. PTVI1、PTVI2、PTVI3 選手が、ガイドに引っ張られたり押されたりした	・失格(DSQ)
135. PTVI1、PTIV2、PTVI3 選手のフィニッシュで、ガイドと規定の 0.5m より離れていた	・失格(DSQ)
136.パラ選手が、ガイドドッグ(盲導犬)と競技エリアに入った	<ul style="list-style-type: none"> <li>・警告とは正</li> <li>・改めない場合:失格(DSQ)</li> </ul>
137. PTVI1 選手が、スイムで完全遮光ゴーグル、バイクとランで完全遮光グラスをしていなかった	・可能であれば、失格(DSQ)

## 附 則

- 1 この規則は、2026年3月1日より施行する。
- 2 この規則施行前に施行されたトライアスロンジャパン競技規則は廃止する。

# **TRIATHLON JAPAN**

## **COMPETITION RULES**

## **競 技 規 則**

---

2026年(令和8年)2月発行

発行者 公益社団法人 トライアスロンジャパン

ウェブサイト : <http://www.jtu.or.jp>  
Eメール : jtuoffice01@jtu.or.jp

---

(c) Triathlon Japan 2025

無断転載を禁じます  
Printed in Japan