

## トライアスロンジャパン (TRIJ) 認定記録会開催マニュアル

### [1] 実施目的と基準

- 1) 認定記録会は、トライアスロン競技の一貫指導システムと全国強化拠点化を促進するために実施する。
- 2) タレント発掘と強化指定選手の認定、大会の選手選考など TRIJ 強化事業と連携し強化普及を図る。
- 3) TRIJ 承認を受けた開催日の同日にスイムとラン測定を実施する。TRIJ 競技規則に基づき、記録会規定を設け、関連競技団体の規定を参照する。主催は都道府県競技団体（加盟団体）とし、記録を認定する。TRIJ（後援）は記録を承認する。

### [2] 年齢区分と競技距離

- 1) 16歳以上：スイム400m、ラン3000m
  - 2) U15（13～15歳）：スイム400m、ラン1500m
  - 3) U12（11～12歳）：スイム200m、ラン1000m
  - 4) U10（9～10歳）：スイム100m、ラン800m
  - 5) U8（7歳～8歳）：スイム50m、ラン400m
- \* 上記は、当該年12月31日現在の年齢に基づく。  
\* 但し、10月～12月開催の認定記録会へは翌年末12月31日現在年齢とする。

### [3] 記録発表と級の認定

- 1) 認定基準は、「認定記録会・標準記録」（別紙）による。公式記録は、主催団体が級の認定を行い TRIJ（後援）が記録を承認し、発表する。
- 2) 16歳以上（スイム400m、ラン3000m）の認定は「スイム+ランの合計タイム」で認定する。記録は100分の1まで計測する。
- 3) 15歳以下の認定はスイム・ラン両種目の低いランク級に基づき認定する。15歳以下の記録は、100分の1まで計測する。  
例) 13～15歳男子スイム+ラン：8分12秒30は1級、8分12秒31は2級。

### [4] 運営マニュアル

- 1) 告知と広報：主催団体ホームページ、TRIJ 公式ホームページ、一般メディアを通じ、参加選手を公募する。
- 2) 参加費の基本：一般 3,000/5,000 円、大学・中高生 2,000/3,000 円、小中生 1,500/2,000 円（一種目のみ参加の場合は半額基本）
- 3) 測定時間の基本設定：午前中にスイム測定、2時間を空け、午後にラン測定を実施する。  
例) 08:00集合（受付）、08:30説明会とウォームアップ、09:00スイム測定、（昼食）、  
13:00ラン測定、15:00記録発表と確定、記録会終了。
- 4) 運営費の管理：施設使用料（プール、陸上競技場）、スタッフ諸経費・備品（交通費、弁当、他）、傷害保険（必須）などは、参加費を収入の基本とし、主催団体の独立採算とする。
- 5) 運営スタッフ：TRIJ と加盟団体の強化本部委員、公認審判員、公認指導者及びボランティアスタッフで構成する。次の配置を基本とする。例) スターター1名、測定員2～4名、周回観察員2～4名、記録員1名、審判長、技術代表、統括責任者)

## 6) 運営アイテム

- 6-1) スイム用：ストップウォッチ 6 個、記録用紙、筆記用具、鐘(モクヘリン)、ホイッスル、記録用ビデオカメラ、他
- 6-2) ラン用：ストップウォッチ(記録機能付) 2 個、記録用紙、周回掲示板、机、イス、雷管/笛、記録用ビデオカメラ、他
- 6-3) 選手関連：レースナンバー(簡易式可。)、マジックインク(ボディナンバー：背中、太股、他)

## 7) 参加選手の競技用具(持参)

### 7-1) スイムウェア

(FINA 公認ウェア・練習用水着・トリスーツ使用可、ウェットスーツ・スイムスキン・ロングスパッツ・ネオプレン素材禁止)

### 7-2) スイムキャップ

### 7-3) ランシューズ

(TRI/WA ロード規則に準ずる、スパイクの使用可)

\* エリートカテゴリー出場選手のシューズの靴底の厚さは「40mm 以下」、スパイク使用の場合「20mm 以下」

\* エイジグループおよびラン 1500m以下はシューズの靴底の厚さを問わない。

参考 1) 日本陸連・競技運営委員会「シューズ規則に関して」

<https://www.jaaf.or.jp/about/resist/technical/shoes/>

参考 2) TRI 競技ルール

World Triathlon follows World Athletics' Shoe Regulations applicable to road events for all the triathlon and its other related multisports as described in 1.1.a);

参考 3) WA 承認シューズリスト

<https://certcheck.worldathletics.org/FullList>

## [5] スイム測定<競泳競技の規則に準拠>

- 1) 施設：25m プールで飛び込み台、コースロープを設置する。水温は、26～30度とする。  
原則として1選手1レーンで行うこととするが、状況に応じ2選手1レーンで行うこともできる。その場合はa.当該2選手の合意が必要、b.スイム記録は参考記録扱いとなる
- 2) 設定：常時ウォームアップとクールダウンができる専用コースを設ける。計測前に全コース(飛び込み専用1レーン設置)使用のウォームアップ時間を設ける。
- 3) 飛び込みスタート
  - 3-1) 笛の合図『ピッ、ピッ、ピッ、ピーッ』でスタート台に上がる。
  - 3-2) 『take your mark』の掛け声で静止状態とする。
  - 3-3) 短い笛の合図『ピッ』でスタートする。特例) 入水してのスタートを認める。最初の笛の合図で入水し(体の一部を壁につけた状態)、『take your mark』後は、飛び込みスタートと同様とする。
- 4) 周回の確認：選手の自主的確認とする。この他に周回観察員が、最終周回へのターン前後5m 内で、鐘(モクヘリン)を鳴らし最終ラップの合図を送る。
- 5) 記録の測定：スタート合図に合わせ、ストップウォッチを押す。周回観察員の指示に従い、フィニッシュ時に真上からタッチを目視する。100分の1秒まで計測する。

## [6] ラン測定<陸上競技の規則に準拠>

- 1) 施設：第3種公認以上の400mタータントラックを使用する。
- 2) 設定：スタート前に30分以上のウォームアップ時間を設ける。
- 3) スタンディングスタート：
  - 3-1) ラインに足がついていないことを確認。『On your mark』の掛声で、静止状態とする。
  - 3-2) 短い笛の合図『ピッ』または雷管をスタート合図とする。
- 4) 周回の確認：選手が自主的に確認する。周回観察員は、先頭の選手に合わせ周回数を提示、さらに最終周回に入る前後10mで、最終ラップの合図（鐘、他）を送る。
- 5) 記録の測定：スタート合図に合わせ、ストップウォッチ（メモリー付）を押す。周回観察員の指示に従い、選手の胸が真横からフィニッシュラインを通過する瞬間に、100分の1秒まで計測する。選手のフィニッシュ順記録に加えレースナンバーの着順を記録する。その後、順位とタイムを照合し正式タイムとする。以上にはバックアップ体制をつくる。
- 6) シューズ

(TRI/WAロード規則に準ずる、スパイクの使用可)

\*エリートカテゴリー出場選手のシューズの靴底の厚さは「40mm以下」、スパイク使用の場合「20mm以下」

\*エイジグループおよびラン1500m以下はシューズの靴底の厚さを問わない。

参考1) 日本陸連・競技運営委員会「シューズ規則に関して」

<https://www.jaaf.or.jp/about/resist/technical/shoes/>

参考2) TRI 競技ルール

World Triathlon follows World Athletics' Shoe Regulations applicable to road events for all the triathlon and its other related multisports as described in 1.1.a);

参考3) WA 承認シューズリスト

<https://certcheck.worldathletics.org/FullList>

#### [7] 計測後の主催者業務

- 1) 審判長（技術代表）が記録と級を確認し発表する。参加選手の確認を受ける。意義申し立ては記録発表の15分以内とする。
- 2) 総合記録（級認定付き）一覧を参加選手に配布する。また、公認記録証（計測時間と級）を発行することができる。
- 3) 主催者は、開催当日（一両日以内）に次を明記し指定フォームから報告する。
  - 3-1) 報告内容：開催日時・場所（コース認定等）、記録と級一覧（入力フォーマット）水温・気象条件、抗議の有無、特筆事項など。
  - 3-2) 登録フォーム：<https://fs223.formasp.jp/u458/form7/>  
\* 記録フォームはPDF等にせずExcelシートのまま提出
  - 3-3) 公式記録は、TRIJ強化本部の確認・承認を受けた後に公式HP他で発表する。 =以上=

#### [8] パラトライアスリートの参加について

- 1) 参加条件と競技距離
  - 1-1) 当該年12月31日現在、12歳以上
  - 1-2) 以下の表に記載された障害の一例に該当する選手

パラトライアスロンクラス分け

基本区分	エイジ	エリート	障がいの一例 (対象)	摘要
シッティング (座位)	TRI1	PTWC1 重度	共通の健康状態は脊椎損傷、切断、脳性まひなど。	日常歩行に車椅子を利用する選手。バイクはリカンベントタイプのハンドサイクルを、ランは競技用車椅子の使用。
		PTWC2 軽度		
スタンディング (立位)	TRI2 重度の 下肢の 障がい	PTS2	四肢欠損、筋緊張亢進、運動失調他。共通の健康状態は切断、重度の脳性まひなど。	かなり重度の障がいのある選手。バイク、ランでは、義肢やその他(松葉杖)着用可。
	TRI3 脳性麻痺、 四肢麻痺等	PTS3	四肢欠損、筋緊張亢進、運動失調他。共通の健康状態は部分的な腕神経叢まひ、中程度の複合肢障がい、脳性まひなど。	重度の障がいのある選手。バイク、ランでは、義肢やその他着用可。
	TRI4 上肢の 障がい	PTS4	四肢欠損、筋緊張亢進、運動失調他。共通の健康状態は下腿切断、前腕切断、軽度の脳性まひなど。	中度の障がいのある選手。バイク、ランでは、義肢やその他着用可。
	TRI5 軽度の 下肢の 障がい	PTS5	四肢欠損、筋緊張亢進、運動失調他。共通の健康状態は片方が運動機能正常。軽度の脳性まひなど。	軽度の障がいのある選手。バイク、ランでは、義肢やその他着用可。
ブラインド (視覚障害)	TRI6	PTVI1	完全(全盲)な視覚障がい	完全、部分的な視覚のある選手。同性のガイド1名がレース全体を通じて伴走必須。タンデムバイクを使用。
		PTVI2	部分的(重度)な視覚障がい	
		PTVI3	部分的(軽度)な視覚障がい	
クラス数	6	9		

※<http://www.jtu.or.jp/kyouka/2019/pdf/19para-class.pdf> を元に改変

- 1-3) 12～14歳の参加者は、スイム：200m(5分以内に完泳)、ラン1000m(8分以内に完走)
- 1-4) 15歳以上の参加者は、スイム：200m(5分以内に完泳)、ラン1500m(10分以内に完走／PTWCの日常用車いす使用選手は1000m)
- 1-5) ITU競技規則で認められる補装具の使用は許可される。

\* ITU 競技規則(簡易和訳)

[https://archive.jtu.or.jp/marshal/pdf/itusport\\_competition-rules\\_2019.pdf](https://archive.jtu.or.jp/marshal/pdf/itusport_competition-rules_2019.pdf)

- 1-5) 必要な競技用具・補装具、タッパー、ガイド等は、参加者自身が手配する。

## 2) 記録発表

- 2-1) 年齢区分を<パラアスリート>として主催団体が記録・発表。
- 2-2) TRIJパラトライアスロン・ナショナルチームにて、記録に対して、強化指定の認定を行う場合がある。

## 3) 運営マニュアル

- 3-1) 申込受付時に、参加者に障がいの状況(障がい名、障がいの程度、日常使用の補装具、記録会時使用の補装具、特に配慮を必要とすること)を申告していただく。

\* クラスが不明な場合は、基本区分(座位、立位、視覚障がい)を明記する。

- 3-2) 当日受付時に、付き添い者、及びガイド・タッパーの確認
- 3-3) 安全が確保され、記録会運営に支障がなければ、運営スタッフがガイド・タッパーを担うことができる。
- 3-4) 記録フォームの記入については、備考欄にクラスまたは障がいの基本区分を記載する。

(※前述[8]1-2)参照)

#### 4) スイム測定

- 4-1) ウェットスーツの着用は認めない（ただし、ウェットスーツの着用が可能な会場に限り、PTWC クラスに該当する選手は下肢のみを覆うウェットスーツの着用を認める）。
- 4-2) PTWC に該当する選手は、ITU ルール上認められるニーブレイス・下肢留め具の使用を認める。
- 4-3) PTVI に該当する選手のガイドの併泳は認めない。但し、タッパーによる指示は可とする。
- 4-4) スタートは、台上、台の横からの飛び込み、または水中スタートを選択できる。
- 4-5) 水中スタートは、少なくとも片手でスターティンググリップを含むプールの壁をつかんだ状態からスタートしなければならない。身体的理由により壁をつかめない場合は、身体の一部がプールの壁についていればよい。

#### 5) ラン測定

- 5-1) 義足装着者の競技用義足（板バネ）及びクラッチ（杖）の利用は、可能な会場に限りその使用を認める。
- 5-2) PTWC クラスに該当する選手において、レーサー（競技用車いす）使用者は 1500m 走、日常用車いす使用者は 1000m 走とする。ただし、どちらもヘルメットを着用しなければならない。また、測定時はグローブの使用を推奨する。
- 5-3) 車いすは身体の一部であり、その接地面がスタートラインや左側のラインに触れてはならない。
- 5-4) PTVI クラスに出場する選手は次のような範囲で、必ず伴走者が必要である。ただし、異性でも認める。
  - (1) いかなる場合も、伴走者は競技者を引っ張ったり、押して前進させたりして推進を助けるようなことはしてはならない。
  - (2) ガイドロープ（伸縮しない紐など）を用い、選手と 50 cm 以内に保つ。必要に応じ、声をかけるなどによって走路の指示をする。

#### 6) 実施施設の障がい者受け入れ確認

主に下記項目について、選手単独、もしくは支援者がいれば可能かを確認し、総合的に実施判断する。

##### <プール>

- 車いす利用者、その他の補装具の利用者、視覚障がい者の利用の可否
- ウェットスーツ、ニーブレイス、下肢留め具の使用の可否
- 上記該当者の更衣室の利用の可否（付添者が必要な場合、異性の付添者の可否）
- 車いす利用者の導線（駐車場～入口～更衣室～プール）での安全確保

##### <陸上競技場>

- 車いす利用者・その他の補装具の利用者・視覚障がい者の利用の可否
- 義足装着者のうち、競技用義足（板バネ）の利用の可否
- スクラッチ(杖)での走行の可否
- 車いす利用者の導線（駐車場～入口～更衣室～陸上トラック）の安全確保

#### 7) 計測後の主催者業務

パラアスリートが参加した場合は、以下の送信先を追加する。

- ・トライアスロンジャパン事務局（パラ担当） para@jtu.or.jp

<2026年4月 組織名称変更>

<2025年01月20日追加>

<2025年01月01日変更>

<2023年09月15日変更>

<2021年11月1日変更>

<2021年7月15日変更>

<2021年6月3日変更>

<2020年12月3日変更>

<2020年10月8日変更>

<2019年10月23日変更>

<2018年2月18日変更>

<2017年11月14日変更>

<2014年1月17日変更>