

第17回日本スプリントトライアスロン選手権（2026/宮崎）
※2027宮崎国スポリハーサル大会
競技説明会

2026年9月26日（土）開催

TRIATHLON JAPAN

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

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

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

Technical Official

技術代表　　鹿嶋　晋　（トライアスロンジャパン第１種公認審判員）

審判長　　園田　美沙（トライアスロンジャパン第１種公認審判員）

Technical Official（審判員）

宮崎県トライアスロン連合

トライアスロンジャパン九州ブロック

（熊本県トライアスロン連合・大分県トライアスロン連合・鹿児島県トライアスロン協会）

群馬県トライアスロン協会・島根県トライアスロン協会

Competition Jury

主催者代表	村上 幸生	（トライアスロンジャパン理事）
競技団体	伊藤 一博	（トライアスロンジャパン常務理事）
技術代表	鹿嶋　晋	（トライアスロンジャパン第１種公認審判員）

選手の義務と権利

選手の義務

【第1条】
この規則はトライアスロン、パラトライアスロン、デュアスロン、アクアスロン及びこれらの関連マルチスポーツを 謳歌するために、選手の義務と権利を定め、だれもが公平で安全に競技を行うことを目的とする。
(競技規則の基本的理念)

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

選手の権利

第12章 抗議(プロテスト)
(抗議)
第136条 審判長の判定、競技環境及び他の選手並びに大会スタッフの言動に不服があるときは抗議をすることができる。

Right to Protest

ペナルティを受けた競技者は、以下を除き、抗議することができる：
(i) ドラフティング違反に対するペナルティ
(ii) 既に科された時間ペナルティー

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

Registration

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

■配布物

- **ボディナンバーシール 両腕両脚　一式**
- **バイク・ヘルメットステッカー　一式**

Registration

大会当日の最終受付は、大会会場アスリートラウンジの近くで行います。

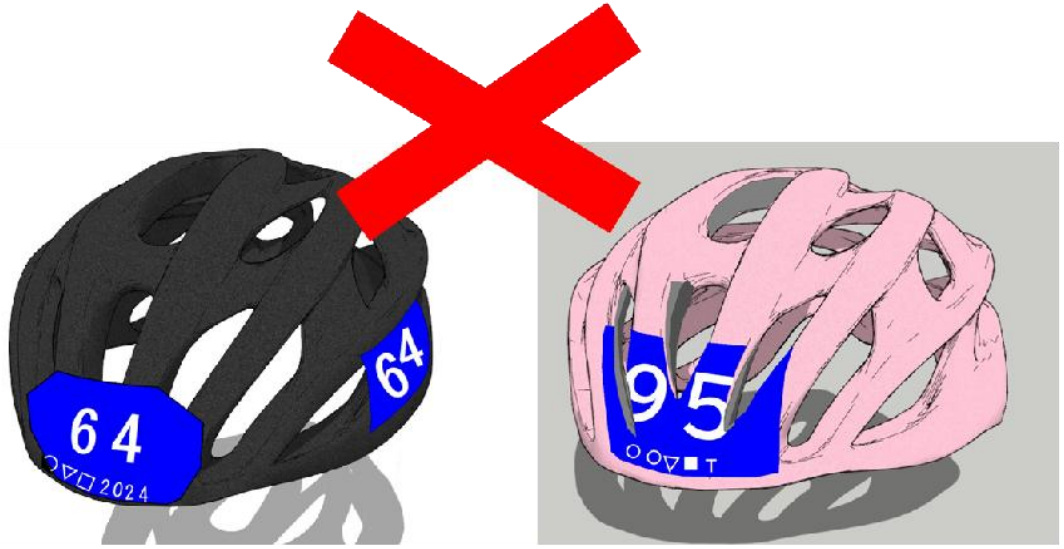
ボディナンバーシール、宝飾品の確認を行います。

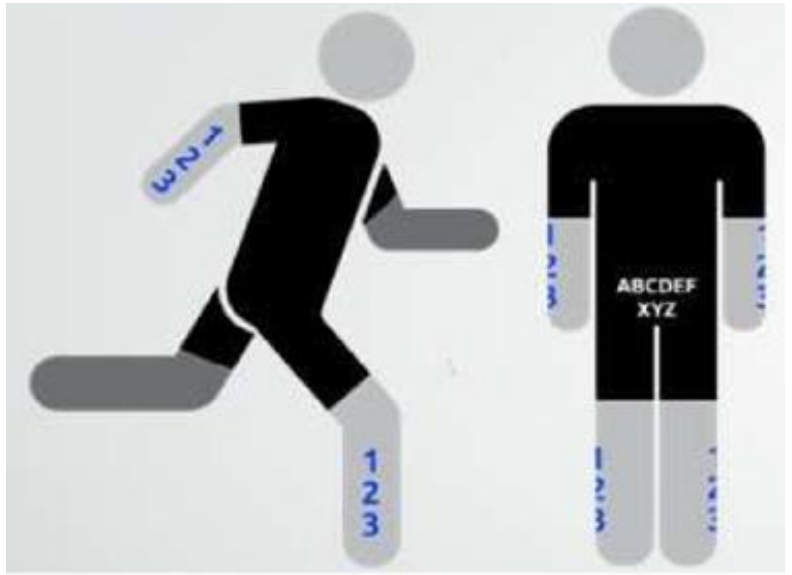
＊腕時計はスイム競技中のみ禁止とする。

確認後、計測チップ・スイムキャップ１枚を配布いたします。

Check-in Procedures

- ■　ヘルメット・バイクステッカーの変造（切ったりする）は不可
- ■　ボディナンバーシールは所定の場所に貼ってください。
  （使用するアームカバー、カーフカバーなどのかからない場所）





後ろ

上部：左右前腕部外側
下部：左右下腿部外側

不可









× 指の先より爪が長い
× 爪の角が尖っている
× 突起物がついている

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

可





○ 指の先より爪が短い
○ 突起物がついていない

Schedule & Timetables

エリート男子　9月27日（日）

男子レース		項　　目	場　　所
7:20	8:00	男子選手　ホイール預託	WS1（アスリートラウンジ付近　バイクコース）
8:00	9:00	男子選手最終受付(身体ﾁｪｯｸ,ｱﾝｸﾙﾊﾞﾝﾄﾞ配布)	アスリートラウンジ付近　受付
8:00	9:00	ＡＬチェックイン　14：30までオープン	アスリートラウンジ
8:00	9:00	男子選手　トランジションオープン(ﾊﾞｲｸﾁｪｯｸｲﾝ)	トランジションエリア
8:30	9:00	**男子選手　スイムウォームアップ**	スイムコース
9:10	9:15	オープニングセレモニー	スイムスタートエリア
9:15	9:28	男子選手　スタートセレモニー	スイムスタートエリア
9:30		**男子選手スタート**	スイムスタートエリア
10:15	10:30	男子選手　バイクリムーバル	トランジションエリア、サブバイクラック
10:30	10:35	男子先頭選手フィニッシュ	フィニッシュエリア
11:00		男子最終選手フィニッシュ	フィニッシュエリア
11:00	11:20	男子預託ホイール返却	預託場所と同じ（WS1）

Schedule & Timetables

エリート女子　9月27日（日）

女子レース		項　　目	場　　所
9:50	10:30	女子選手　ホイール預託	WS1（アスリートラウンジ付近　バイクコース）
10:00	11:00	女子選手最終受付(身体ﾁｪｯｸ,ｱﾝｸﾙﾊﾞﾝﾄﾞ配布)	アスリートラウンジ付近　受付
10:00	11:00	ＡＬチェックイン　14：30までオープン	アスリートラウンジ
10:30	11:00	女子選手　トランジションオープン(ﾊﾞｲｸﾁｪｯｸｲﾝ)	トランジションエリア
10:30	11:00	**女子選手　スイムウォームアップ**	スイムコース
11:20	11:25	女子選手　スタートセレモニー	スイムスタートエリア
11:30		**女子選手スタート**	スイムスタートエリア
12:15	12:40	女子選手　バイクリムーバル	トランジションエリア、サブバイクラック
12:40	12:45	女子先頭選手フィニッシュ	フィニッシュエリア
13:00		女子最終選手フィニッシュ	フィニッシュエリア
13:00	13:20	女子預託ホイール返却	預託場所と同じ（WS1）

表彰式		項　　目	会　　場
13:00		**表彰式／閉会式**	フィニッシュエリア

The course

スイム　0.75km（750m×１周）

バイク　20.0km（10.0km×2周回）

ラン　　5.0km（2.5km×2周回）

Start Procedure

集合

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

選手紹介

名前を呼ばれたらスタートエリアに移動してください。

スタートグリッド

競技説明会後に行われるポジション選択において決定したグリッド後方に並んでください。

スタート

ハートビート後に、沈黙　静止　後にエアホーンを鳴らします。

エアホーンが鳴る前にスタートした場合、フォルススタートとなります。

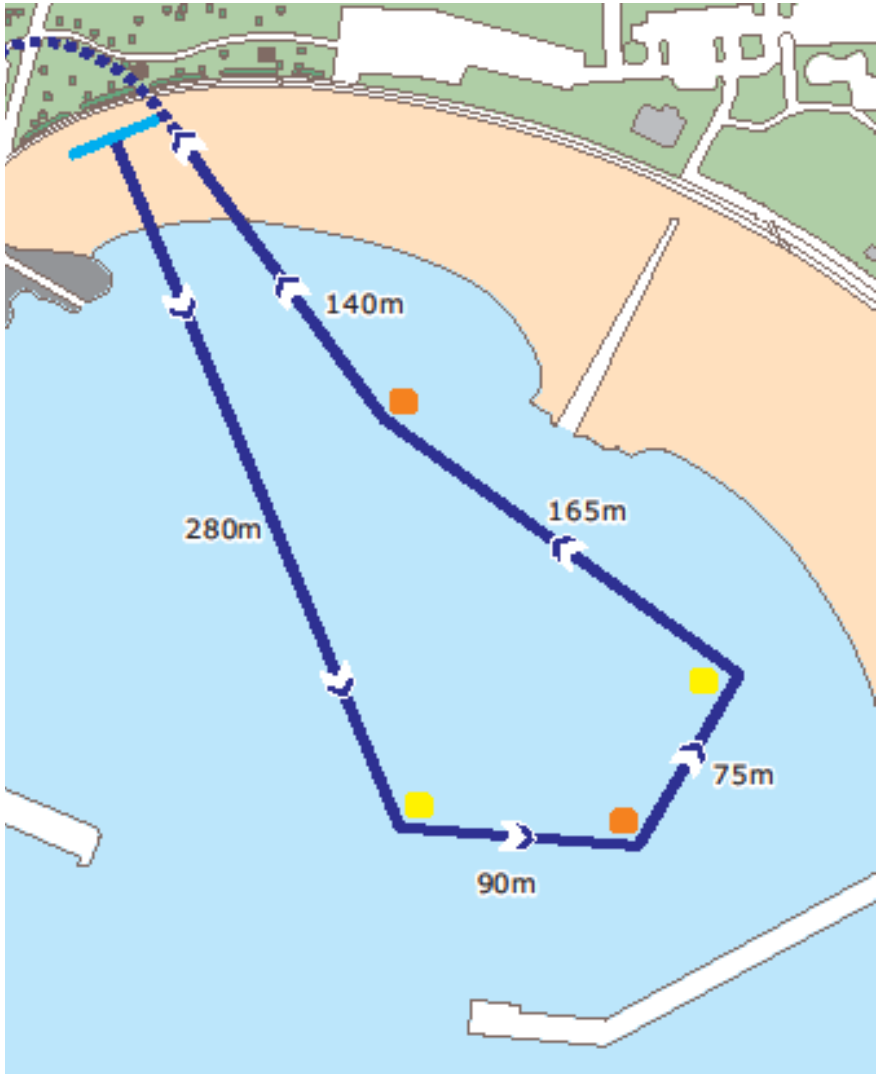
フォルススタートは、T1で10秒のタイムペナルティです。

Swim course

0.75km　750m×１LAP
第１ブイまで280m

ウェットスーツ着用可否発表
9月27日（日）　8:30、10:30

※当日の気象状況は、アスリートラウンジに掲示します。



Transition Area

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

Bike course

20.0km（10km×2LAP）



Riding Position

OK



NOT OK



本選手権では、LAPカットを行いません。

Wheel Station

WS1は、個人ホイール・チームホイールです。

選手またはコーチが持ってきて下さい。ご自身の工具もご用意ください。

男子 7:20~8:00　女子 9:50~10:30

・名前、レースナンバーを明記してください。（A4サイズ用紙）

・競技中は、選手自身で交換してください

レース終了後、返却しますので速やかにWS1よりピックアップ願います。

WS2は、ニュートラルです。

レース中にWS2に設置されたホイールを使用した場合、バイク競技終了後、『サブバイクラック』にて選手自身のホイールと貸し出したニュートラルホイールを交換します。特に男子はフィニッシュ後、速やかに外しに来てください。

Wheel Station (WS2)

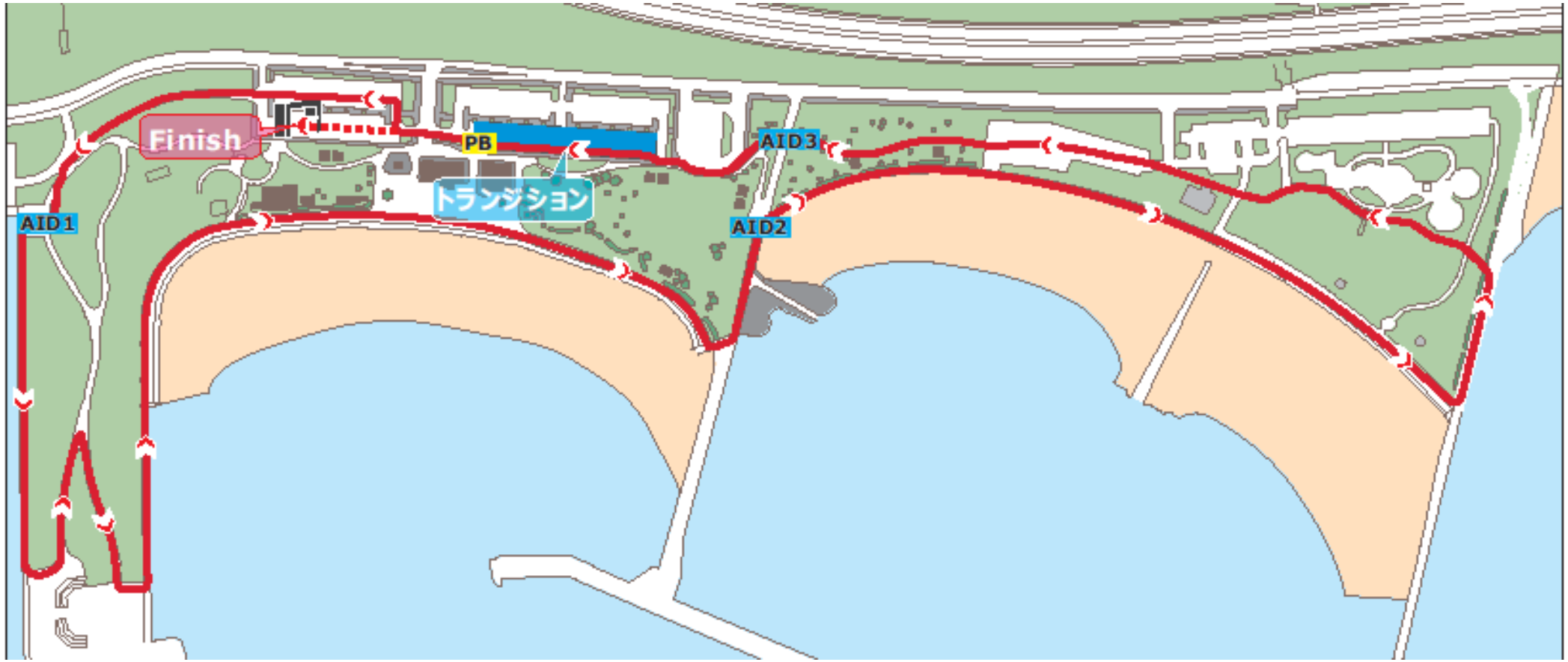
ニュートラルホイールリスト

【フロント】
- シマノ700C リムブレーキ×1
- シマノ700C ディスクブレーキ140mm×1
- シマノ700C ディスクブレーキ160mm×2

【リア】
- シマノ700C 11速リムブレーキ×1
- シマノ700C 11速ディスクブレーキ140mm×1
- シマノ700C 11速ディスクブレーキ160mm×1
- シマノ700C 12速ディスクブレーキ140mm×2

Run course

5km（2.5km×2LAP）



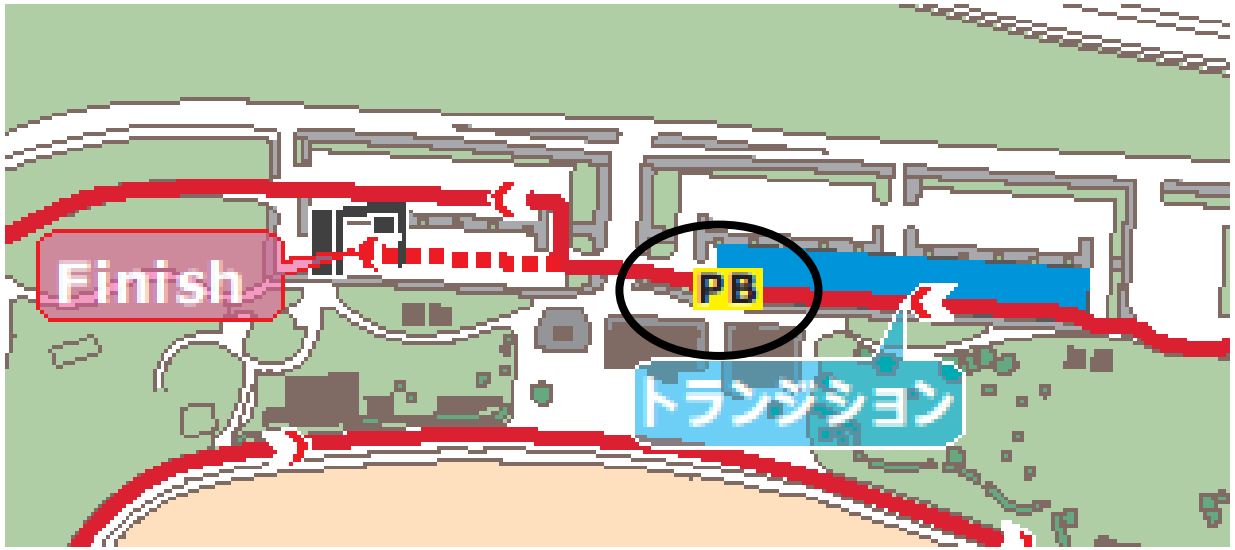
Penalty Box

ペナルティボックスは周回分岐手前です。
ペナルティ時間は10秒です。

競技終了までに選手自身で止まってください。

ペナルティーボックスで止まらなかった場合はDSQです。

審判員は、停止指示をしません。



Penalty box

場所：ペナルティボックスは周回分岐手前
競技終了までに選手自身で止まること

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

Violations Abbreviations:

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

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

レースナンバー × ペナルティ回数 ・ペナルティコード
例1） レースナンバー 89の選手が、降車違反 ➡「89D」
例2） レースナンバー 89の選手が、用具の収納違反、乗車違反 ➡「89×2ＥＭ」

Weather forecast

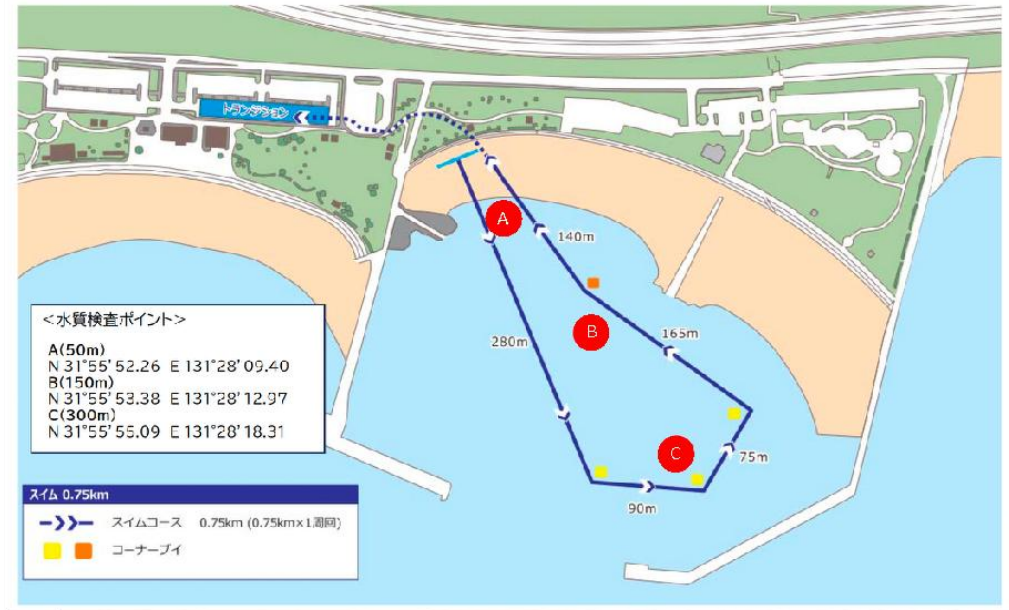
9月27日（日）　※9月26日現在の予報

天気：くもり
降水確率（6-12時）：20%
予想最高気温：30℃

水温：28．2℃（9月26日 9:30時点）

水質検査結果（2026年9月23日実施）

	WT基準	地点A	地点B	地点C
大腸菌数 E.Coli （CFU/100ml)	250以内	＜10	＜10	＜10
腸菌数 Enterococcus （CFU/100ml)	100以内	＜10	＜10	＜10
pH	６~９の間	7．38	7．12	7．21
	水温	27.0℃	26.8℃	26.8℃
	気温	27.4℃	27.4℃	27.4℃





Another Issue

盗撮防止
盗撮防止について トライアスロンジャパンでは、大会会場での盗撮防止に努めています。 近年、大会会場における盗撮行為がいくつか報告されています。
特に女子選手はフィニッシュ後にタオルを巻くなどの自己防御対応をお願いいたします。 尚、盗撮行為と疑わしき場合を発見した際は、お近くの大会関係者までお知らせください。

エイド
暑さ対策で氷のうを用意する場合があります。
氷は製氷会社で作ったものを使用しますが、あくまで体を冷やすためであり、飲むためのものではありません。

Another Issue

表彰式

第17回日本スプリントトライアスロン選手権　　1～3位（副賞あり）

時間：
13時00分～

場所：
大会会場フィニッシュエリア

ドレスコード：
レースウエアとランニングシューズ(※サンダルは不可)


Q&A

Have a good race!