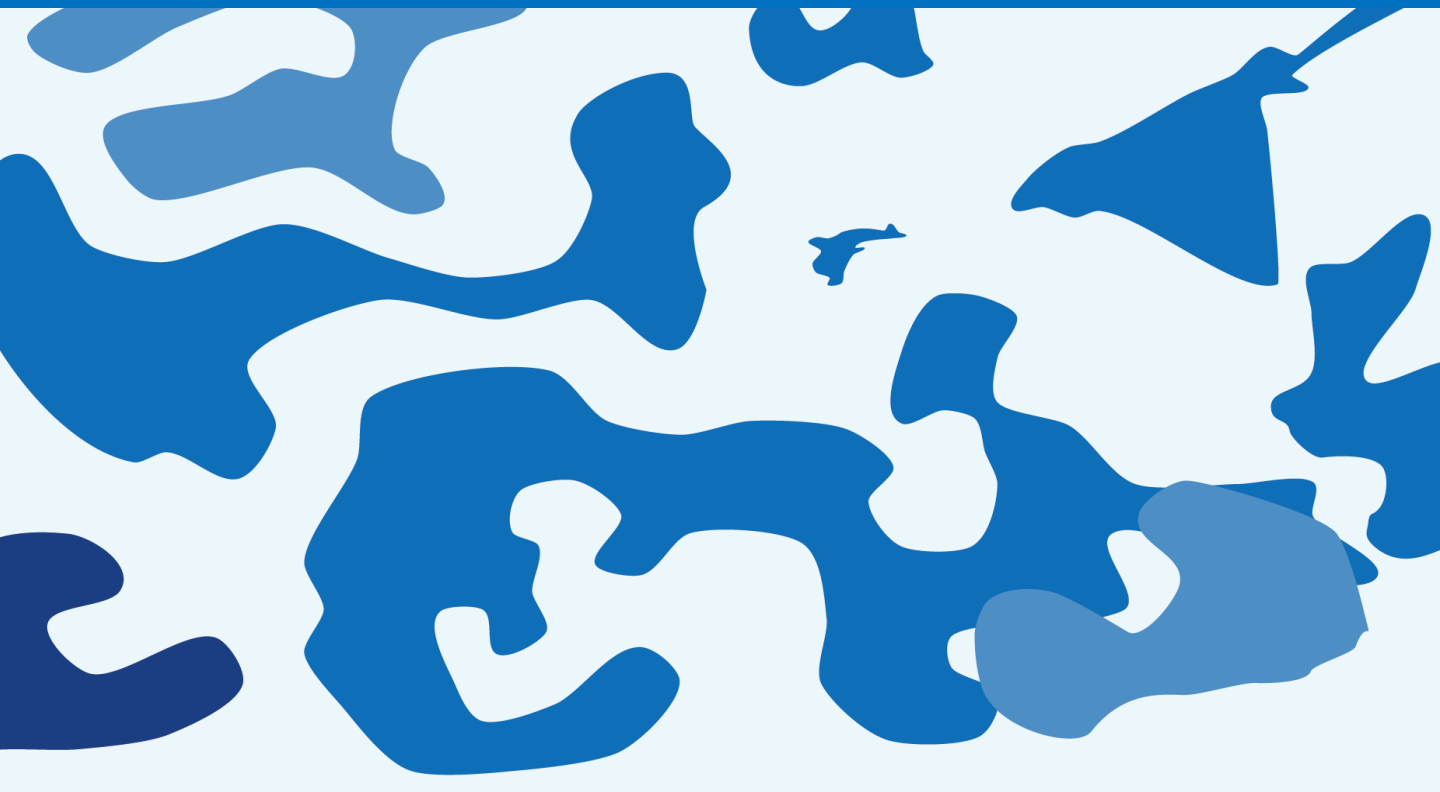


**ATHLETE GUIDE**

**参加案内**



金沢区制 70 周年記念事業



**9th YOKOHAMA SEASIDE TRIATHLON**



## おねがい

この参加案内には、大会に参加するにあたっての重要事項を記載しています。大会参加前に必ず時間を取り、熟読してください。

## = CONTENTS =

参加者のみなさまへ	P. 1	レースのための注意事項 競技用品の事前チェック	P.16
<ul style="list-style-type: none"> <li>●はじめに</li> <li>●必ずお読みください</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>▶スイムキャップ</li> <li>▶スイムゴーグル</li> <li>▶ウェットスーツ</li> <li>▶バイク</li> <li>▶レースナンバー</li> <li>▶バイクシューズ、ランニングシューズ</li> <li>▶レースウェア</li> <li>▶レスチューブ</li> </ul>	
事前送付物について	P.2-P.3	競技について	P.17-P.21
<ul style="list-style-type: none"> <li>●リストバンド</li> <li>●レースナンバー</li> <li>●レースナンバーシール</li> <li>●健康チェックシート</li> <li>●ATHLETE GUIDE (参加案内)</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>●スイム競技の注意点</li> <li>●スイム競技の流れ</li> <li>●スイムスキップについて</li> <li>●トランジションエリア</li> <li>●バイク競技</li> <li>●ラン競技</li> <li>●フィニッシュ</li> </ul>	
開催概要	P.4	競技に関する知っておきたい情報	P.22
<ul style="list-style-type: none"> <li>●開催趣旨</li> <li>●開催概要</li> <li>●第9回大会について</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>●リザルト</li> <li>●その他</li> <li>●落し物・忘れ物の問合せ先</li> </ul>	
横浜ルール及びコース特性	P.5	トークショー・表彰式・抽選会のご案内	P.23
メイン会場図・コース図	P.6-P.9	EXPOのご案内	P.24
<ul style="list-style-type: none"> <li>●メイン会場図</li> <li>●コース図【トライアスロン】</li> <li>●コース図【アクアスロン】</li> <li>●コース図【ペアチャレンジA・B】</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>●EXPOレイアウト</li> <li>●EXPO出展者情報</li> </ul>	
大会スケジュール	P.10-P.14	会場へのアクセス	P.25
<ul style="list-style-type: none"> <li>●大会前日のスケジュール</li> <li>●大会当日のスケジュール</li> </ul>		注意事項・お願い	P.26
大会に備えて	P.15	<ul style="list-style-type: none"> <li>●注意事項</li> <li>●ノーマイカーのお願い</li> <li>●大会開催の最終決定について</li> <li>●お問い合わせ</li> </ul>	

## ▶ はじめに

今大会には大勢の選手が参加します。

公道を使用した大会でもあり、各種規制の中、開催します。

大会スケジュールで決められた時間に遅れた場合、競技への参加をお断りする場合があります。

また、競技ルールを守ることは、競技参加者にとって、とても重要です。

安全に正しく競技を行うために、「競技コース」「競技規則」をご理解ください。

大会スタッフ、ボランティア一同、心より皆さまのご参加をお待ちしております。

## ▶ 必ずお読みください

### ■ 体調面

- 大会前日及び当日の健康チェックシートの状況により、大会当日に健康相談を受けていただき、結果によっては、「スイム競技をスキップ」または「出場辞退」をしていただく場合があります。
- 体調不良等により競技の続行に不安があれば、「スイムスキップ」や「リタイア」をすることも勇気ある決断です。
- スイムをはじめ、広域な競技コースを使用するトライアスロンでは、常にリスクが待ち構えています。常にリスクを察知し、適切な判断で競技を行うように心掛けてください。
- 自分のペースを守り、早めの水分や塩分の補給を心掛けてください。  
※各エイドステーションには、水・スポーツドリンクを用意しています。
  - スイム：スイム招集エリア及びスイムフィニッシュエリア
  - バイク：5 kmコース中1か所、ピットイン方式
  - ラン：八景島島内2か所、ランコース中には簡易シャワーも設置

### ■ 安全面

- 緊急時には、競技中であっても競技を中断する場合があります。
- 危険・妨害行為は禁止です。バイク競技では、無理な追い抜きなどはせず、相手の優先コースを判断し、スムーズで安全な流れを守るようにしてください。

### ■ 競技面

- 参加案内に記載している競技コースを事前にご確認ください。また、各種目における周回数は選手自身が責任を持って管理し、競技をしてください。周回不足は未完走となりますのでご注意ください。
- 競技者は第三者（他競技者、コーチ、応援者など）の援助・助力を受けて競技することはできません。エイドステーションなど定められた場所では大会関係者からの援助を受ける事が出来ます。
- **緊急時には救急車などの車両がコース内に入る事があります。**  
**緊急時にはスタッフの指示に従い、競技を一時中断してください。**
- 応援の方や競技中でない選手は競技コースに進入することはできません。
- **選手の安全管理のため、競技中のヘッドホン、イヤホン、カメラの使用を禁止します。**

### ■ 緊急時の対応

- 競技内容に変更がある場合は、当日の競技説明会で、審判員から説明を行います。
- 競技スタート後でも、荒天・自然災害ほか緊急事態が発生した場合、競技の中止または変更をする場合があります。

参加案内に同封している事前送付物の一覧です。同封物に誤りがないかご確認ください。

### 同封物一覧

- ①リストバンド   
  ② レースナンバー   
  ③レースナンバーシール   
  ④健康チェックシート【両面】  
 ⑤参加案内   
  ※家族の部、ペアマッチングの部参加者は別紙同封

※スイムキャップは当日健康チェックシートと引き換えにお渡しします。  
 ※アンケートは当日配布します。

## 1

### リストバンド（1本/1人）

※ペアの場合は2本、リレーの場合はチームメンバー数分を同封しています。

- 競技説明会会場、トランジションエリアへの入場、トランジションバイクピックアップ時のレースナンバーとの照合など、重要な個人IDとなります。
- 大会期間中は八景島から競技終了後、バイクをピックアップするまで常に手首に装着してください。
- シール式になっており、一度装着すると簡単には外れる事はありません。
- 万が一紛失などした場合は、再発行いたします。（次頁下段「事前送付物①②③の再発行について」参照）

## 2

### レースナンバー（1枚）

- 大会当日はレースナンバーを、レースナンバーベルトに装着してレースに出場してください。
  - レースナンバーの裏面に、レース当日の緊急時連絡先（本人以外の連絡先）を必ず記入してください。
  - レースナンバーベルトが無い方は、ゴム紐で代用可能です。
- ※レースナンバーは、バイク競技時には後方から、ラン競技時には前方から見えるように付けてください。



イメージ図

## 3

### レースナンバーシール（バイク用1枚、ヘルメット用2枚）

- レースナンバーが記載されたシールです。
  - ・A・・・バイク用（1枚）
  - ・B・・・ヘルメット用レースナンバーシール（2枚）
 トランジションエリアへのバイクチェックインまでに必ず貼り付けてください。
- 【貼り付け箇所】
  - ・ヘルメットの前面および右面
  - ・バイクの左側からレースナンバーが確認できるようバイクフレームもしくは、シートピラーに貼りつけます。
 ※正しい位置に貼り付けられているか、トランジションエリアの入口で審判員がチェックを行います。



イメージ図

4

健康チェックシート（事前&大会当日）

- 大会開催前及び大会当日の体調など自己チェックして、当日選手受付テントに提出してください。【必須】
- 健康チェックシートと引き換えに、スイムキャップをお渡しします。
- 体調に問題のあると思われる方は医師による健康相談を受けていただきます。
- 医師による健康相談の結果、競技に参加できない場合があります。医師の指示に従っていただきますので、予めご承知おきください。

5

ATHLETE GUIDE | 参加案内

参加案内（本冊子）は、大会に参加するにあたっての重要事項を記載しています。大会参加前に必ず、熟読してください。大会当日の流れも記載していますので大会当日も持参することをお奨めします。

事前送付物①②③の再発行について

万が一、①リストバンド ②レースナンバー ③レースナンバーシール を紛失された方は・・・

次のとおり再発行いたします。（①②③は全て手書きでの発行となります。）

▶ 再発行日

- 9月29日（土）： 前日受付会場（横浜・八景島シーパラダイス イベント広場内）
- 9月30日（日）： 総合案内テント（横浜・八景島シーパラダイス イベント広場内）

▶ 再発行の際に必要なもの

- ・本人確認ができるもの。（免許証・保険証など）
- ※お持ちでない場合は再発行できません。

オリンピック 庭田清美さんからのアドバイス！



タイムにこだわらずにトライアスロンを楽しんでください！

ポイント①  
スイムゴーグルの曇り止めを忘れずに！

ポイント②  
トランジションエリアの動線の確認・乗降車ライン位置の確認をしっかりと！

ポイント③  
トランジションエリア直後に急坂あり！バイクのギアの設定を事前確認しましょう！

## ▶ 開催趣旨

この大会は、これまでに要望の多かった、誰もが参加できる市民参加型トライアスロン大会として、平成22年9月「第1回横浜シーサイドトライアスロン大会」を初めて開催し、今回で9回目となります。

昨年に引き続き、メイン会場であるアミューズメントパーク「横浜八景島シーパラダイス」での競技をより楽しめるよう、八景島シーパラダイスをスタート・フィニッシュ地点として、金沢工業団地をバイクコース、八景島シーパラダイス島内をランコースに設定して、自然に恵まれた環境の中で開催します。

また、本大会は自然にやさしいトライアスロン大会を目指し、横浜市ブルーカーボン事業に取り組みます。

## ▶ 開催概要

開催スケジュール	2018年 9月29日（土）前日受付、前日競技説明会 9月30日（日）大会当日
開催場所	横浜・八景島シーパラダイス、金沢工業団地周辺
主催	横浜シーサイドトライアスロン大会実行委員会  【構成団体】 日本トライアスロン連合、神奈川県トライアスロン連合、横浜市トライアスロン協会、横浜市市民局、横浜市金沢区役所、横浜市体育協会、日刊スポーツ新聞社、横浜金沢産業連絡協議会、横浜八景島、横浜シーサイドライン、金沢区町内会連合会、横浜金沢観光協会、横浜市緑の協会、横浜市スポーツ推進委員連絡協議会、横浜港振興協会、横浜観光コンベンション・ビューロー
主管	神奈川県トライアスロン連合、横浜市トライアスロン協会
後援	観光庁、神奈川新聞社、NHK横浜放送局、t v k、F Mヨコハマ、ラジオ日本
公認	日本トライアスロン連合
助成	横浜子どもスポーツ基金

## ▶ 第9回大会について

第9回大会は、開催地である金沢区が区制70周年を迎えるにあたり、金沢区制70周年記念事業として行われます。また、来年で10回の節目を迎える2019ITU世界トライアスロンシリーズ横浜大会(WTS)の開催を記念し、金沢区制70周年とWTS10回記念大会の特別企画を実施致します。

区制70周年を祝した記念賞やトライアスロン総合男子上位50名、女子上位20名に入賞された合計70名様に2019ITU世界トライアスロンシリーズ横浜大会参加権利が横浜大会事務局より提供されます。

## 横浜シーサイドトライアスロン大会《横浜ルール及びコース特性》

本大会は公益社団法人日本トライアスロン連合の競技規則及び下記ローカルルールを適用します。

### ■ 競技（制限）時間

競技スタートから起算し、競技（制限）時間は、スイム競技が12分、バイク競技終了までが80分、ラン競技終了までが125分とします。

### ■ スイム競技

スイム距離は0.4km（0.2km×2周回）です。1周回（200m）泳いだ時点で一旦陸に上がり、2周回目に入ります。アクアスロンペアチャレンジの部は0.2km1周回です。

スイムスタート時の混乱や選手同士の接触（バトル）を最小限に抑えるため、各ウェーブごとの一斉スタートではなく、10人ずつ10秒おきに、逐次レースナンバー順に時間差スタートします。（ローリングスタート）

#### ① スイムスキップ

・医師による健康相談によりスイムスキップを勧められた場合は、指示に従ってください。

・競技開始前及び1周回目（200m）を完泳後、選手自らの申し出があった場合は、スイムスキップを認めます。そのほか、審判員等によりスイムスキップを指示される場合は、これに従ってください。

※リザルトの計時は行いますが、順位は記録せず表彰対象外とします。

#### ② 小休止

本大会では、コース上にコースロープを張り（設置）ます。

危機回避や体調保全のため、競技を一時停止してブイ、コースロープ等につかまるなどの方法により小休止をとることが出来ます。ただし、これらを利用して推進した場合は、警告を行い、改めない場合は失格の対象とします。

#### ③ レスチューブ（緊急浮力体）

本大会では、レスチューブの装着を認めます。

・装着し膨張させなかった場合は、装着しない場合と区別なく、計時・順位の記録を行います。

・装着し膨張させた場合は、ただちにスイム競技を中止し、審判員・ライフセーバーの指示に従ってください。（※レスチューブを膨張させたまま競技を継続することはできません。）ライフセーバーにより陸に引き揚げられ、医師が健康状態を確認したのち、競技中止か、スイムスキップを利用して次の競技に進むことができます。

※リザルトの計時は行いますが、順位は記録せず表彰対象外とします。

・なお、使用に当たっては、安全に係る器具ですので、心身の安全に不安を感じたら躊躇せず使用してください。

### ■ バイク競技

バイク距離は20km（5.0km×4周回）です。

① バイクコースのスタート直後、周回ポイントに向かう途中で急な登り坂（約12度）があります。

② 前の選手を追い越す場合は、車線を変更し右側から一気に追い越してください。

③ エイドステーションを一か所（福浦駅付近）設けます。エイドステーションは、その前に設けたスペースにて一時停止（ピットイン）し、ボトルへの給水を行うか、その場でドリンクを飲んでから再出発してください。エイドステーションでは、止まらずに走行しながら給水を受け取ることはできません。

④ 周回ポイントにバイクの関門を設けます。13時にバイクの関門を通過できない場合は、4周回目に入ることはできません。

### ■ ラン競技

ラン距離は5km（2.5km×2周回）です。アクアスロンペアチャレンジの部A（小学校低学年）は1.1km1周回、ペアチャレンジの部B（小学校高学年・中学生）は1km2周回です。

① コース上に狭い部分もあるため、原則、左側通行とします。追い越す場合は一声かけて右側から追い越してください。

② トライアスロン、アクアスロン一般の部においては、同伴フィニッシュや意図的な同着は認めません。

③ トライアスロンリレー、パラ、アクアスロン、ペア、ペアチャレンジにおいては、メンバーとの同伴フィニッシュを認めます。

④ 同伴フィニッシュをするチームは、他の競技者の妨げにならないように気を付け、フィニッシュ前に設置された待機エリアからフィニッシュしてください。

### ■ レースウェア

① 背面にファスナーを設けたものを着用してください。前空き及び前ファスナー付きのウェアしかお持ちでない方は、前ファスナーを締めて競技をしてください。前ファスナーを開けて競技した場合は、審判員が競技を一時停止させ前ファスナーを締めることを求めます。

② バイク・ラン競技において、シューズを履かずに裸足で競技を行うことは禁止します。

なお、スイム競技終了後、トランジションへ向かう際は、裸足でも可とします。

③ ラン競技において、かかと部を固定できるサンダルやワラージで競技をすることは認めますが、バイク競技においては禁止します。







**アクアスロン**  
**一般の部**  
**パラトライアスロンの部**  
**ペアの部**



コース  
 → Swim: 0.4 km (0.2 km x 2 Laps)  
 → Run : 5.0 km (2.5 km x 2 Laps)

- エイドステーション
- シャワー







## 前日選手受付【推奨】 12時45分～16時00分

### ★会場：八景島シーパラダイスイベント広場

- 大会前日も受付を実施します。受付時にキットバック（大会プログラム、Tシャツ、大会スポンサー提供品、他）をお渡しします。前日受付は必須ではありませんが、当日の受付がスムーズになるほか、事前に競技説明会を受講することができます。
- 受付スタッフに本人確認ができるものをご提示ください。
- 前日はトランジションエリアへ、バイク（競技に必要な道具・用具）などを持ち込む事はできません。
- バイクで来場されても横浜・八景島シーパラダイス内にバイクを持ち込むことはできません。ご注意ください。



## 前日競技説明会【推奨】 時間は下記の表を参照

### ★会場：八景島マリーナ2階会議室

- 大会参加にあたり、前日競技説明会への出席を推奨します。
- 説明会の内容はトライアスロン、アクアスロン共通です。
- 神奈川県トライアスロン連合による競技説明会を実施します。
- 定員を超える場合は、次回説明会までお待ちいただく場合があります。（各回定員60名）
- 競技説明会等での疑問や、その他競技に関する質問等がある場合は、競技団体スタッフが対応します。
- トライアスロンに初めて挑戦する方、わからないことがあって心配な方は特に受講されることをお勧めします。

時間	内容	場所
12時45分～16時00分	前日受付	八景島シーパラダイスイベント広場
12時00分～12時40分	説明会①（日本語のみ）	八景島マリーナ内 会議室 ※開始30分前より受付
13時00分～13時40分	説明会②（日本語のみ）	
14時00分～14時40分	説明会③（日本語のみ）	
15時00分～15時40分	説明会④（日本語のみ）	

## 注意事項

- ※英語での説明が必要な場合は、各説明会間の時間に個別に対応します。審判員またはお近くのスタッフにお声掛けください。なお、状況により、少しの時間お待ちいただく場合があります。
- ※大会参加にあたり、前日の競技説明会への出席を推奨します。早い時間帯の回は混雑が予想されます。定員（各回60名）を超えた場合は次回説明会までお待ちいただきます。
- ※八景島島内には駐輪場がありません。また、横浜・八景島シーパラダイス内にバイクを持ち込むことはできません。金沢八景大橋手前にある駐輪場等をご利用いただくか、公共交通機関でお越しください。

## ▶ トライアスロン

時間	内容	会場
04:00	駐車場オープン	海の公園駐車場
07:15	選手入島開始可能時刻（一般来園者 8:30～）	八景島シーパラダイス
07:30-08:00	選手受付／健康相談（1～4ウェーブ）	イベント広場選手受付
08:00-08:30	選手受付／健康相談（5ウェーブ）	
08:30-09:00	選手受付／健康相談（6～7ウェーブ）	
07:30-9:30	トランジションエリアオープン（～クローズ）	トランジションエリア
09:00	競技説明会・準備体操（1～4ウェーブ）	八景島マリーナ
09:20-09:30	スタートセレモニー	
09:30-	交通規制開始（コース設営）	357号線他公道部分
09:30-09:45	1～4ウェーブ スイムウォームアップ、入水チェック	八景島マリーナ
09:50	1ウェーブ（パラ）	
10:00	2ウェーブ（女子）	
10:10	3ウェーブ（40歳代男子）	
10:20	4ウェーブ（50歳以上男子）	
10:20	競技説明会・準備体操（5ウェーブ）	
10:40-10:55	5ウェーブ スイムウォームアップ、入水チェック	
11:00	5ウェーブ（トライアスロンデビュー）	
11:00	競技説明会・準備体操（6～7ウェーブ）	
11:15-11:30	6～7ウェーブ スイムウォームアップ、入水チェック	
11:35	6ウェーブ（団体・リレー）	357号線他公道部分
11:45	7ウェーブ（10代、20代、30代男子）	
13:20	全バイク競技終了	
13:20-18:00	トランジションエリア再オープン	トランジションエリア
13:30	交通規制解除	357号線他公道部分
14:00	全競技終了	
14:00-15:00	トークショー・表彰式・閉会式	イベント広場

## ▶ アクアスロン

時間	内容	会場
11:00-11:30	選手受付／健康相談	イベント広場選手受付
11:00-11:45	トランジションエリアオープン（～クローズ）	トランジションエリア
11:45	競技説明会・準備体操	八景島マリーナ
12:00-12:15	8～11ウェーブ スイムウォームアップ、入水チェック	
12:20	8ウェーブ（アクアスロン女子）	
12:30	9ウェーブ（アクアスロン男子）	
12:40	10ウェーブ（アクアスロンペア）	
12:50	11ウェーブ（アクアスロンペアチャレンジ）	
14:00-15:00	トークショー・表彰式・閉会式	イベント広場

## 7時15分～ 八景島シーパラダイス入島

- 参加者はシーサイドライン「八景島駅」側より金沢八景大橋を渡り、入島してください。（※家族の部は別紙参照）
- 金沢八景大橋の入口ゲートにて、リストバンド装着チェックを行います。
- ※杉田ゴルフ場側のマリンゲートからの入島は、バイクの持ち込みができません。
- ※横浜・八景島シーパラダイス内は競技時以外はバイクの乗車禁止です。バイクには乗らず、押して歩くようにしてください。

## 07時30分～09時00分【トライアスロン】当日選手受付/健康相談（ウェーブごとに時間が異なります） 11時00分～11時30分【アクアスロン】 当日選手受付/健康相談

- 選手受付→健康チェックシートの提出→健康相談→スイムキャップ受取を行ってください。
- レースに出場する選手は全員（リレー・ペアも含む）健康チェックシート（両面）を提出してください。
- 健康チェックシートと引き換えに、スイムキャップを受け取ってください。
- 健康チェックシートの結果、医師の健康相談を受けていただく場合があります。
- 医師による健康相談の結果、「スイムスキップ」「出場不可」とさせていただく場合があります。
- スイムキャップは、ウェーブごとに色が異なります。
- 受付時間は下記のとおり

受付時間/健康相談	ウェーブ	場 所
7時30分～8時00分	1～4 ウェーブ	イベント広場
8時00分～8時30分	5 ウェーブ	
8時30分～9時00分	6～7 ウェーブ	
11時00分～11時30分	8～11 ウェーブ（アクアスロン）	

## 07時30分～09時30分【トライアスロン】トランジションセッティング 11時00分～11時45分【アクアスロン】 トランジションセッティング

- トランジションエリア入口でバイクチェックを受け、レースナンバーが記されたラックに、バイク等のセットを行います。
- トランジションへの出入りの際、レースナンバー及びリストバンドにてチェックを行います。
- 競技に必要な荷物をトランジションエリア内に置くことはできません。また、大会側で貴重品を預かることはできません。
- 一度セットしたバイクは、再オープン（13:20以降）までトランジションエリアから出すことはできません。

## 07時30分～18時00分 手荷物預かり所（1袋300円）※1袋（70ℓ）につき300円がかかります。

- 手荷物預け用ビニール袋に、レースナンバーが明記されているシールを張ったことを確認し、預けてください。
  - 荷物返却の際はリストバンドの提示をお願いします。（貴重品はお預かりできません）
- 詳細はP.22参照

## 09時00分～ 競技説明会・準備体操

- 大会当日、最新のコースコンディションや最終の注意事項を説明します。
- 天候等により、レースの変更等が生じる場合があります。参加選手は必ず出席してください。

開始時間	ウェーブ	場 所
9時00分～	1～4 ウェーブ	八景島マリーナ （スイム会場）
10時35分～	5 ウェーブ	
11時00分～	6～7 ウェーブ	
11時45分～	8～11 ウェーブ（アクアスロン）	

## 09時20分～09時30分 スタートセレモニー

## 09時30分～12時30分 スイムウォームアップ

グループ	スタートウェーブ	ウォームアップ
A	1～4ウェーブ	09:30-09:45
B	5ウェーブ	10:40-10:55
C	6～7ウェーブ	11:15-11:30
D	8～11ウェーブ	12:00-12:15

## 09時50分～12時50分 競技スタート

カテゴリー	グループ	ウェーブ	レースナンバー	スタート時間	スイムキャップ
パラ	A	1	101-	9:50	グリーン/イエロー
女子		2	201-	10:00	ブルー
40-49		3	301-	10:10	ピンク
50-		4	501-	10:20	グリーン
トライアスロンデビュー	B	5	701-	11:00	レッド
団体・リレー	C	6	団体：901- リレー：1001-	11:35	グリーン
16-39		7	1101-	11:45	ホワイト
アクアスロン（一般女子）	D	8	1201-	12:20	イエロー
アクアスロン（一般男子）		9	1301-	12:30	ピンク
アクアスロン（ペア）		10	1401-	12:40	グリーン
アクアスロン（ペアチャレ）		11	A：1501- B：1551-	12:50	ホワイト

## 14時00分～15時00分 トークショー・表彰式・抽選会・閉会式

## 13時20分～18時00分 トランジションエリア再オープン

- 全バイク競技終了後、トランジションエリアのバイク等のピックアップが可能となります。
- バイクピックアップの際は、トランジションエリアの出入口で審判員によるレースナンバー及びリストバンドのチェックを行います。
- 競技中の選手の妨げにならないようご注意ください。



▶ 健康管理

- 大会参加に際しては、十分トレーニングを行い、事前に健康診断を受診するなど、体調には万全の配慮をしたうえで参加してください。
- **前日の飲酒はせず、睡眠を十分にとってください。**  
**体調が優れない・良くないと感じたら、無理をせずに参加を辞退してください。**  
**体調や心身の自己管理はレースを行う上でとても大切です。**
- 主催者は、疾病・傷病・その他の事故に際し、応急処置のみを行います。それ以上の責任は負えません。
- 安全管理上、審判員または医師・看護師・救護スタッフがレース続行不可能と判断した場合は、競技者に対して競技を中止させることがあります。

▶ コース・ルール等競技内容のチェック

- あらかじめ、コース図を確認し、自分自身が走行するルートやトランジションの位置、周回数等を把握しておきましょう。
- レースに出場するための注意事項を事前に把握しておきましょう。（詳細はP.16-P.21参照）
- **初めてトライアスロン大会に参加する方は、大会前日の競技説明会への参加を特におすすめします。**  
（詳細はP.11参照）

▶ 会場までのアクセスルート、時間の確認

- 大会当日、会場周辺は大変混雑が予想されます。車でご来場の方は、時間に十分余裕を持ってお越しください。受付時間に間に合わない場合は、競技に参加することができませんので十分にご注意ください。  
（駐車場の案内P.25参照）
- スタート前に当日選手受付、バイクチェックイン等を必ず行ってください。（詳細はP.13参照）

▶ 【参考】第8回大会（9月24日【日】）の気象状況〔気象庁〕

天気	気温	湿度	水温
晴	22.5℃	74%	23.0℃

▶ 【参考】2018年9月30日（日）の潮位〔気象庁〕

満潮	満潮時の潮位	干潮	干潮時の潮位	潮位
8:03	172	13:40	98	中潮

☑ 持ち物チェックリスト

- |                                      |  |                                  |                                     |
|--------------------------------------|--|----------------------------------|-------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 当冊子（参加案内）   | <input type="checkbox"/> 健康チェックシート（両面） | <input type="checkbox"/> リストバンド  | <input type="checkbox"/> レースナンバー    |
| <input type="checkbox"/> レースナンバーベルト  | <input type="checkbox"/> レースナンバーシール    | <input type="checkbox"/> バイクシューズ | <input type="checkbox"/> ランシューズ     |
| <input type="checkbox"/> ウェア         | <input type="checkbox"/> バイク           | <input type="checkbox"/> ヘルメット   | <input type="checkbox"/> ウェットスーツ    |
| <input type="checkbox"/> スイムゴーグル     | <input type="checkbox"/> 帽子            | <input type="checkbox"/> タオル     | <input type="checkbox"/> 防寒着        |
| <input type="checkbox"/> 健康保険証またはコピー | <input type="checkbox"/> 時計            | <input type="checkbox"/> 工具など    | <input type="checkbox"/> 水分（ペットボトル） |
| <input type="checkbox"/> .....       | <input type="checkbox"/> .....         |                                  |                                     |

※有料手荷物預かり希望の場合は300円必要です。

その他必要に応じて各自ご準備ください。

### ▶ スイムキャップ

- 当日選手受付にて、「事前と大会当日の健康チェックシート」と引換えにお渡しします。
- スイムキャップを重ねて着用することは可能ですが、必ず大会でお渡ししたスイムキャップを一番上に着用してください。
- 自己申告、もしくは健康相談でスイムスキップとなった方は、競技終了後、「総合案内テント」でスイムキャップをお渡しします。

### ▶ スイムゴーグル

- 今大会はオープンウォータースイムです。クリアに近いレンズカラーのスイムゴーグルの使用を推奨します。

### ▶ ウェットスーツ

- 今大会は、**ウェットスーツ着用を必須**としています。
- トライアスロン用、またはスイム用のウェットスーツ（厚み5mm以下）を必ず着用してください。
- スイムスーツの使用はできません。また、ワセリン等は大会側での用意はありません。ご自身でご用意ください。
- ウェットスーツのゴム生地製ヘッドキャップの着用を認めます。ただし、大会当日お渡しするスイムキャップを一番上に着用してください。

### ▶ バイク（自転車）

- 固定ギア（ピスト）バイクや、前後にブレーキの装着がないバイクでの参加は出来ません。
- エアロバーの装着、後輪のディスクホイール使用は可能です。（JTU競技規則に準ずる。）
- **スタンドなどの危険と思われる突起物を装着したままで出場することはできません。**事前に保護するか取り外してください。
- **会場でのバイクの車検はありません。事前に専門ショップなどで点検・整備される事を推奨します。大会当日はトランジションエリア脇にてメカニックサービスを実施しますが、簡易な整備のみの対応となります。**  
〔（バイクメカニックサービス有料：1回1,000円）詳細はP.22参照〕
- バイク（自転車）用ヘルメットを必ずご用意ください。エアロタイプのヘルメットも使用可能です。
- ヘルメットはストラップに緩みの無いように装着してください。
- レースナンバーシールはヘルメットの前面及び右面及びバイクの左側からレースナンバーが確認できるようバイクフレームもしくはシートパイプに貼り付けます。（イメージ図P.2参照）
- サイクルコンピューターの装着を推奨します。
- 今大会のバイクコースは1周5kmを4周回する20kmコースとなっています。計測チップによる機械計測を行います。リアルタイムでそれぞれの選手にお伝えする事はできません。周回数には各自で把握してください。（周回不足は未完走となりますのでご注意ください。）

### ▶ レースナンバー

- バイク競技時には後方から、ラン競技時には前方からレースナンバーが見えるように装着してください。
- レースナンバーベルトの使用を推奨します。
- **レースナンバーの裏面には必ず事前に緊急時の連絡先（本人以外の連絡先）を記入してください。**

### ▶ バイクシューズ、ランニングシューズ

- バイク・ラン競技において、シューズを履かずに裸足で競技を行うことは禁止します。  
なお、スイム競技終了後、トランジションへ向かう際は、裸足でも可とします。
- ラン競技において、かかと部を固定できるサンダルやワラージで競技をすることは認めますが、バイク競技においては禁止します。

### ▶ レースウェア

- 背面にファスナーを設けたものを着用してください。前空き及び前ファスナー付きのウェアしかお持ちでない方は、前ファスナーを締めて競技をしてください。前ファスナーを開けて競技した場合は、審判員が競技を一時停止させ前ファスナーを締めることを指摘します。
- 上半身裸になったり、ウェアを肩掛けにして競技を行うことは禁止です。
- トランジションエリアに更衣室を設けており、各種目の切り替え時に着替えを行うことができます。

### ▶ レスチューブ

- 本大会では、レスチューブの装着を認めます。  
**※使用する際のルールについてはP.5参照**

## スイム競技の注意点

### ▶ スタート方法

- スイムスタート時の混乱や選手同士の接触（いわゆるバトル）を最小限に抑えるため、各ウェーブが一斉にスタートするのではなく、**10人程度ずつ10秒おきに、逐次レースナンバー順に時間差スタートします。（ローリングスタート）**
- 同じウェーブの選手は、同色のスイムキャップを着用します。

### ▶ コースの周回

- 時計回りに周回します。

カテゴリー	周回数
トライアスロン一般・リレー、アクアスロン一般・ペア	200mコースを2周回
アクアスロンペアチャレンジ	200mコースを1周回

### ▶ スイムフィニッシュ

- 計測および安全確保のため、退水時にもスロープのカーペット上を通るようにしてください。

### ▶ スイムの安全対策

- スイム会場を含めライフセーバー、医師、看護師、救急救命士、審判員ほか、多くのスタッフが、水上・陸上から安全管理を行います。
- 体調が優れない時は決して無理をせず、**リタイアする勇気**を持つことも必要です。  
救助が必要と感じたときは、絶対に無理をせず、頭の上で手を振り合図をしてください。
- 安全管理のため、競技中でもライフセーバー・審判が声をかける場合があります。  
また、状況によっては競技を中止させる場合があります。
- 本大会では、コース上にコースロープを張り（設置）ます。  
危機回避や体調保全のため、競技を一時停止してブイ、コースロープ等につかまるなどの方法により小休止をとることが出来ます。ただし、これらを利用して推進した場合は、警告を行い、改めない場合は失格の対象とします。
- レスチューブを装着し、膨張させた場合は、**ただちにスイム競技を中止し、審判員・ライフセーバーの指示に従ってください。**  
(※レスチューブを膨張させたまま競技を継続することはできません。)->レスチューブの詳細はP. 5 へ
- 医師による健康相談によりスイムスキップを勧められた場合は、指示に従ってください。**  
競技開始前及び1周回目（200m）を完泳後、選手自らの申し出があった場合は、**スイムスキップを認めます。**  
そのほか、審判員等によりスイムスキップを指示される場合は、これに従ってください。→**スイムスキップの詳細はP.19 へ**

## スイム会場



## スイム競技の流れ

### ▶ 入水チェック・計測チップ（アンクルバンド）の配付

- 入水チェック・計測チップの配付場所は、八景島マリーナ内のスイム会場です。

※一度入水チェック・計測チップ（アンクルバンド）を受け取り後は原則、スタートするまで待機エリアから出ることはできません。

### ●トランジションエリアからスイム会場まで約400mあります。

- トランジションでの準備やトイレなど、全ての準備を終えてからスイム会場に集合してください。

- ウェットスーツやゴーグル、スイムキャップなど、忘れ物のないよう準備をお願いします。

- スイムフィニッシュ地点にシューズ置き場を設置します。スイム会場からトランジションエリアまでランニングシューズを使用する方はご利用ください。

※かかとの無いサンダル類で走ることは安全管理上禁止します。

- スイムフィニッシュ地点にメガネ置き場を設置します。メガネの取り違いには十分ご注意ください。

### ▶ スイムウォームアップ

- スイムウォームアップは大切です。競技前にスイムウォームアップを行いましょ。

- スイムウォームアップエリアは、入水スロープから50m程度です。

- スロープは大変滑りやすくなっています。入退水は必ずマットの上から行うようにしてください。

- スイムウォームアップ終了後、再度招集エリアに戻り、ウェーブごとに並んでいただきます。

グループ	スタートウェーブ	ウォームアップ
A	1～4 ウェーブ	09:30-09:45
B	5 ウェーブ	10:40-10:55
C	6～7 ウェーブ	11:15-11:30
D	8～11 ウェーブ（アクアスロン）	12:00-12:15

### ▶ スイム制限時間

- スイム制限時間は、下表のとおりです。

カテゴリー	制限時間
トライアスロン一般・リレー・パラ・アクアスロン一般・ペア	スタート後12分
アクアスロンペアチャレンジ	スタート後6分

※ただし、スイム制限時間を超過した場合でも、無事にスイムフィニッシュできた選手は、競技を続行できるものとします。  
 なお、計測の結果、**スイム制限時間を超えた場合、表彰対象とはなりません。参考記録となります。**

※スイムスタート後、審判員やライフセーバーが、危険もしくは競技続行が困難と判断した場合、競技の中断、または、競技中止（リタイア）を勧告しますので、必ず指示に従ってください。

## ▶ スイムフィニッシュからトランジションエリアまで

● **スイムフィニッシュ後、トランジションエリアまで約400mあります。**

● スイムフィニッシュ付近には、シューズ置き場及びメガネ置き場、エイドステーション、簡易シャワーを用意しています。

★リレー引き継ぎゾーン〔対象：リレー、アクアスロンペア、ペアチャレンジ参加選手〕

カテゴリー	場所
スイム選手からバイク選手へのリレーゾーン	八景島マリーナ内 スイムフィニッシュ付近
アクアスロンペアとペアチャレンジの部のスイム選手からラン選手へのリレーゾーン	



※当日の状況により、リレーゾーンが変更になる場合があります。大会当日、審判員の指示に従ってください。

※計測チップ（アンクルバンド）を受け渡すことにより引き継ぎが行われたものとします。

※計測チップの受け渡しが無い場合は計測ができないため、その該当チームは未完走となります。ご注意ください。

## スイムスキップについて

● スイム競技を行わず、バイクまたはランから競技に参加する方法です。

● 医師による健康相談の結果によっては、スイムスキップを勧められることがあります。医師の指示に従ってください。

● 当日の体調や、スイム会場のコンディション（波、潮流、水温など）により、**競技開始前及び1周回目（200m）を完泳後**に選手自ら申し出を行った場合、スイム競技をスキップし、次の競技に参加できます。

● レスチューブを装着し膨張させた場合は、ただちにスイム競技を中止し、審判員・ライフセーバーの指示に従ってください。

（※レスチューブを膨張させたまま競技を継続することはできません。）ライフセーバーにより陸に引き揚げられ、医師が健康状態を確認したのち、競技中止か、スイムスキップを利用して次の競技に参加できます。

### ▶ スイムスキップの受付

● 計測チップ渡し場所（競技説明会・準備体操会場）

● スタートウェーブごとの時間帯（下表参照）に八景島マリーナ内の「計測チップ渡し場所」にてスイムスキップの受付を行います。

● スイムウォーミングアップ後でも、下記時間帯であれば、スイムスキップの受付を行うことが可能です。

● そのほか、審判員等によりスイムスキップを指示される場合は、これに従ってください。

● バイク、ラン競技のスキップは認められません。

### ▶ スイムスキップのスタート

● 計測チップ渡し場所にスイムスキップ者の待機エリアを設けます。バイク・ランの計測を行うため、必ず計測チップを受け取り、足首に装着してください。

● グループごと（A・B・C・D）による一斉スタートとなります。

### ▶ スイムスキップを行った際の記録の扱い

● 記録はバイク及びランのタイムをリザルトに表示しますが、**参考扱いとなり、表彰対象にはなりません。**

### ● 事前のスイムスキップ受付時間

グループ	スタートウェーブ	スイムスキップ受付	スイムスキップスタート
A	1～4ウェーブ	09:30～09:50	10:35
B	5ウェーブ	10:40～11:00	11:15
C	6～7ウェーブ	11:15～11:35	12:00
D	8～10ウェーブ（アクアスロン）	12:00～12:20	12:45 / 12:58

## トランジションエリア

▶ トランジションエリア内へは、選手以外立ち入り禁止

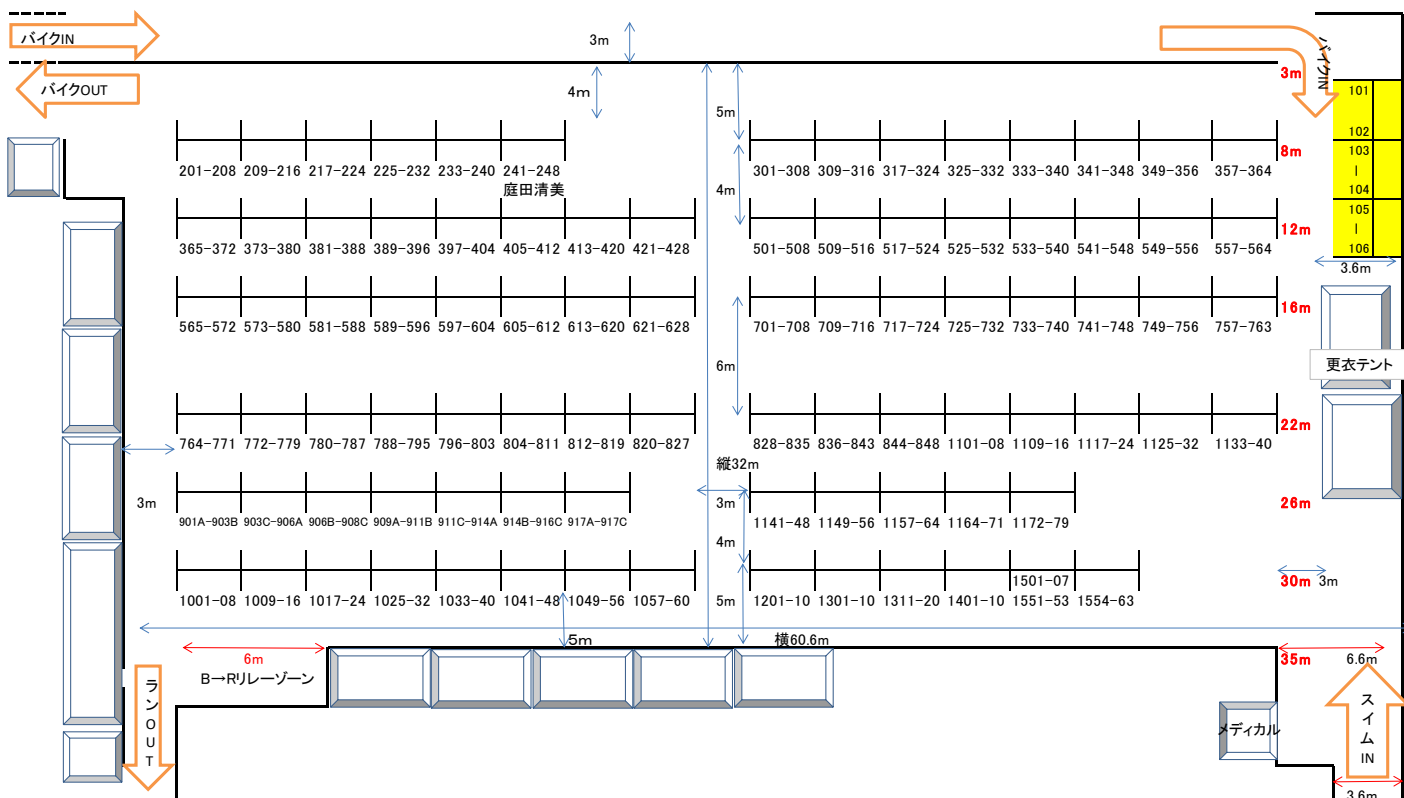
- バイクラックにはレースナンバーのシールが貼ってあります。自分のレースナンバーと同じ番号の場所に設置してください。
- バイクラックは両側からバイクを互い違いにかける方式です。（下図参照）
- ウェットスーツは踏むと滑ります。通路にはみ出さないよう置いてください。また、バイクラックに直接かけないでください。

▶ トランジションエリア内は、バイク乗車禁止

- トランジションを出たところにあるマウント（乗車）ラインを越えてから乗車します。
- バイク競技終了時には、デスマウント（降車）ラインの手前でバイクから降りるようにします。
- バイクスタート前は必ずラックからバイクを外す前にヘルメットのストラップを締め、バイク終了時はバイクをラックにかけてからヘルメットのストラップを外すようにしてください。



▶ トランジションエリア レイアウト図



## バイク競技

- バイク距離は20km（5.0km×4周回）です。
- バイクコースのスタート直後、周回ポイントに向かう途中に急な登り坂（約12度）があります。（P.3 庭田さんアドバイス参照）
- 前の選手を追い越す場合は、車線を変更し右側から一気に追い越してください。
- エイドステーションを1か所（福浦駅付近）設けます。エイドステーションは、その前に設けたスペースにて一時停止（ピットイン）し、ボトルへの給水を行うか、その場でドリンクを飲んでから再出発してください。エイドステーションでは、止まらずに走行しながら給水を受け取ることはできません。
- ドラフティング禁止ルールにて実施します。
- バイクコース中にメカニックはありません。パンク修理キットや簡易工具を携帯することを推奨します。
- 周回チェックは足首に装着した計測チップ（アンクルバンド）にて行います。周回不足は未完走となります。
- サイクルコンピューターの装着を推奨します。
- 周回ポイントにバイクの関門を設けます。13時にバイクの関門を通過できない場合は、4周回目に入ることはできません。
- 緊急時には救急車などの車両がコース内に入る事があります。緊急時にはスタッフの指示に従い、競技を一時停止中断してください。

### ★バイク制限時間

カテゴリー	制限時間
トライアスロン一般・リレー・パラ	スタート後 80分（1時間20分）

## ラン競技

- 1周2.5kmを2周回する5kmコースです。
- コース上に狭い部分もあるため、原則、左側通行とします。追い越す場合は一声かけて右側から追い越してください。
- アクアスロンペアチャレンジ（小学生）のみ、1km・2kmコースの専用折り返し地点があります。
- アクアスロンペアチャレンジ（小学生）において、リレー後はお子様と並走しないようお願いいたします。ただし、事前に許可を得た場合は可とします。

## フィニッシュ

- トライアスロン及びアクアスロン一般の部は、同伴フィニッシュや意図的な同着は認めません。
- トライアスロンリレー、パラ、アクアスロン、ペア、ペアチャレンジは、メンバーとの同伴フィニッシュを認めます。
- 同伴フィニッシュをするチームは、フィニッシュ前に設置された待機エリアから他の競技者の妨げにならないよう気をつけてフィニッシュしてください。
- レース終了後、フィニッシャータオル、水・スポーツドリンクを受け取ります。また、計測チップ（アンクルバンド）を回収します。
- 簡易シャワーがありますので、ご利用ください。

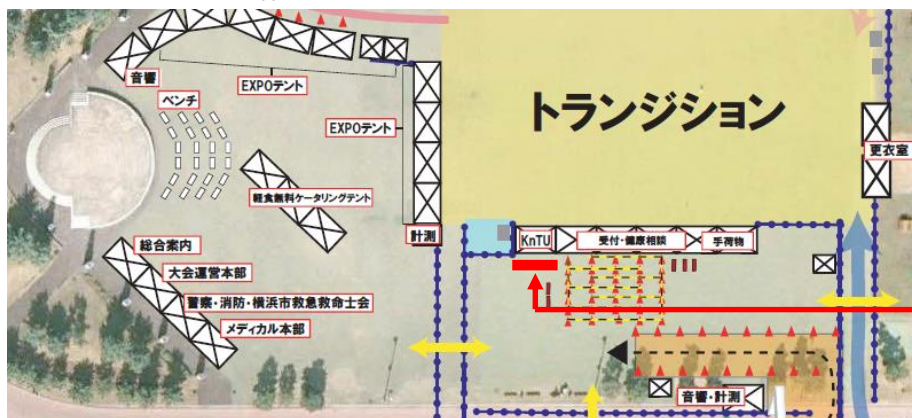
### ★フィニッシュ制限時間

カテゴリー	制限時間
トライアスロン一般・リレー・パラ	スタート後 125分（2時間5分）
アクアスロン一般・パラ・ペア	スタート後 60分（1時間）
アクアスロンペアチャレンジA	スタート後 20分
アクアスロンペアチャレンジB	スタート後 30分

1

リザルト

- 記録速報は、KnTUテント前に貼り出します。表彰対象者は、表彰式（次頁参照）にご参加ください。
- 大会当日の記録・完走証の配付はありません。大会公式記録及び完走証は、後日大会HPよりダウンロードしてください。



14:00頃（予定）  
●リザルト掲出場所

2

その他 ※今年是有料手荷物預り所を設置します。（1袋300円）※1袋（70ℓ）につき300円がかかります。

- ▶ バイクメカニックサービス（有料：1回1,000円）  
レース当日の不測のメカトラブルに対応できるようにメカニックサービスブース（有料）を設置しています。  
〔設置場所：八景島シーパラダイスイベント広場〕
  - メカニックサービスは、簡易な点検・整備です（有料：¥1,000/1回・部品代は別）。大がかりな修理や、整備に長時間を要する場合は、作業を受付けることができません。事前に、専門ショップまたは各自で点検・整備を行ってください。
  - 部品の交換等が必要な場合は、実費をいただく場合があります。
- ▶ 更衣テント  
男性・女性それぞれ、更衣室を用意しています。  
※トランジションエリアに隣接していますので、着替えの際はこちらをご利用ください。
- ▶ トイレ
  - スイムエリア付近に仮設トイレを設置します。
  - 横浜・八景島シーパラダイス内の公衆トイレを利用する場合、一般来園者への配慮をお願いします。
- ▶ 荷物預り・貴重品預り
  - 荷物預りは有料（300円）です（八景島イベント広場当日受付横のテント）。  
会場内の手荷物預りテントにて荷物預り用の袋を配布します。直接現金でお支払いください。（1袋300円）  
貴重品は各自で管理をお願いします。
  - 横浜・八景島シーパラダイス内のコインロッカーはご利用いただけますが、混雑が予想されます。
  - トランジションエリア内には、競技備品以外の荷物を置くことはできません。
- ▶ 落とし物・忘れ物
  - 落とし物及び忘れ物については、イベント広場の総合案内でお預かりします。
  - 大会終了後は、下記までお問合せください。
  - ※落とし物・忘れ物の保管期間は、大会当日より3か月間となります。なお、貴重品については、警察に遺失物届出を提出させていただきます。

▶ 落とし物・忘れ物の問合せ先

横浜シーサイドトライアスロン大会実行委員会事務局（平日9時00分～17時00分 土日祝を除く）

TEL：045-680-5538 / Eメール：info@sea.tri.yokohama



14時00分～ | トークショー（会場：イベント広場 石のステージ）



**トークショーMC**  
**松山 アヤト 氏**  
 (株)TRY-A 代表  
 アヤトトライアスロンスクール  
 代表

- ・元トライアスロン日本代表選手
- ・公益社団法人日本トライアスロン連合  
パラリンピック対策チームマネージャー
- ・公益社団法人日本トライアスロン連合  
事業広報委員
- ・大田区トライアスロン連合 副会長
- ・川崎市トライアスロン協会 副会長
- ・よこはま子どもスポーツ基金 運営委員

**ゲスト**



**庭田 清美 さん**

- 主な成績
- 2000 シドニーオリンピック 14位
  - 2003 日本選手権 優勝
  - 2004 アテネオリンピック 14位
  - 2005 日本選手権 優勝
  - 2006 日本選手権 優勝
  - 2008 北京オリンピック 9位
  - 2009 ITUトライアスロン世界選手権  
横浜大会 6位
  - 2011 石垣島ITUワールドカップ 3位
  - 2012 村上ITUトライアスロンアジア  
カップ 2位
  - 2013 南スマトラITUトライアスロン  
プレミアムアジアカップ 3位
  - 2016 NTT ASTCアジアカップ 3位 等

14時30分～ | 表彰式（会場：イベント広場 石のステージ）

今大会にて初めて「トライアスロン デビュー」「トライアスロン 団体」の表彰が加わりました。  
 また、金沢区制70周年を祝し、「金沢区制 記念賞」として該当者を表彰します。  
 さらに！WTS横浜大会10回記念大会特別企画として、2019ITU世界トライアスロンシリーズ横浜大会  
 出場権を、トライアスロン総合順位 **男子上位50名 女子上位20名 合計70名様**へ提供します。

対象者となる方は14:20までにイベント広場 石のステージ前にお集まりください。

カテゴリー	表彰対象	記念品
アクアスロン ペアチャレンジ	完走証 全員	メダル・副賞
アクアスロン ペア	1～3位	メダル・副賞
アクアスロン パラ・一般	男・女 1～3位	メダル・副賞
<b>NEW!</b> トライアスロン デビュー	男・女 1～3位	メダル・副賞
<b>NEW!</b> トライアスロン 団体	男・女・混合 1～3位	メダル・副賞
トライアスロン リレー	男・女・混合 1～3位	メダル・副賞
トライアスロン パラ	各カテゴリー別 男・女 1～3位	メダル・副賞
<b>NEW!</b> 金沢区制 記念賞	総合9位、70位	副賞
トライアスロン 一般	年代別10歳刻み 男・女 1～3位	メダル・副賞
トライアスロン 一般 総合	男・女 1～3位	メダル・副賞 2019WTS参加権利

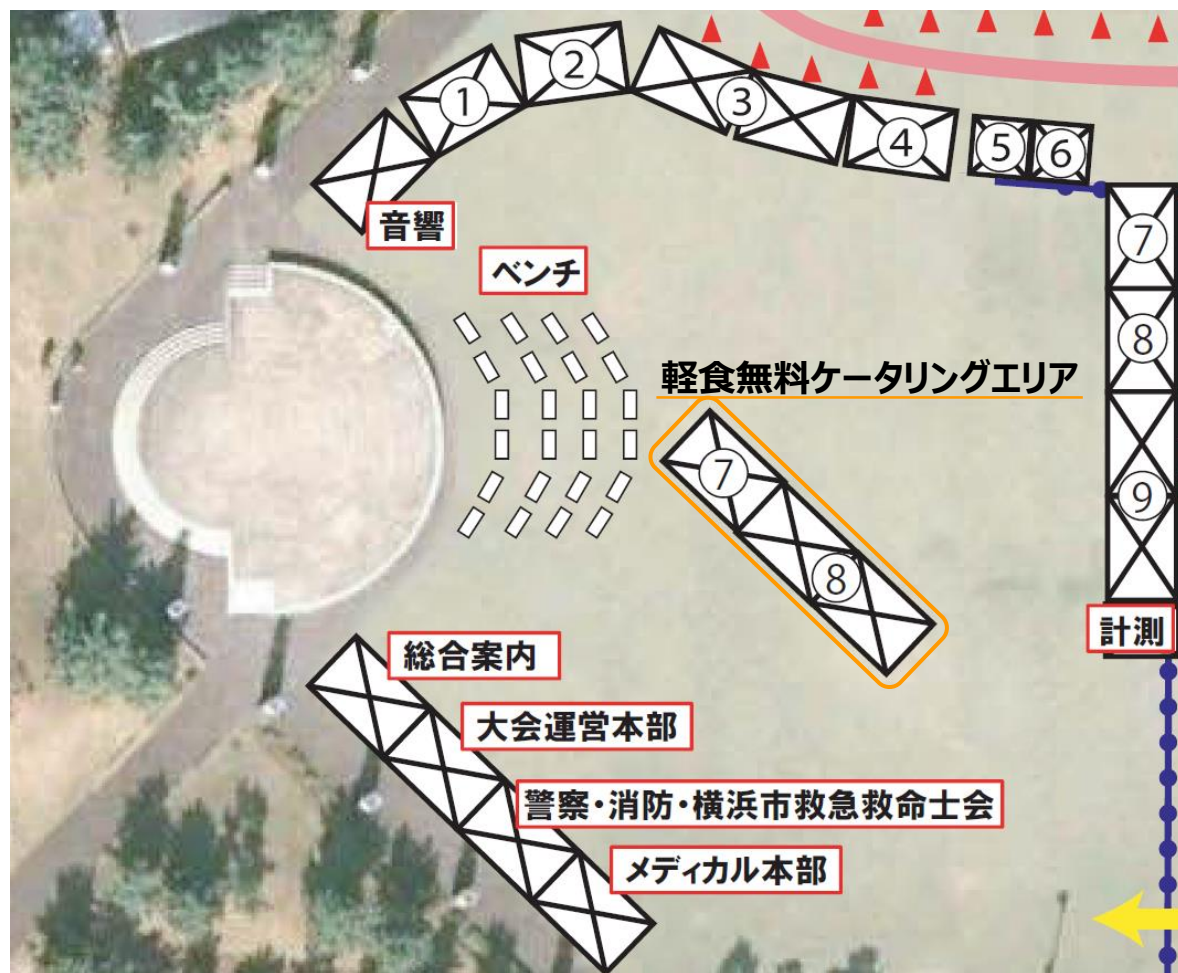
※予定

表彰式終了後～ | 抽選会

大会アンケートにご協力いただいた方の中から抽選で、イオンバイクの自転車をはじめ、各協賛  
 企業などからご提供いただいた豪華賞品をプレゼント！ぜひご参加ください。  
 ※その場でレースナンバーをお呼びしますのでステージにお上がりください。  
 ※会場に本人がいない場合は、賞品を受け取る対象になりません。

※アンケートは当日配布します。

イベント会場にはブース出展があります。競技の合間や競技終了後にぜひ、ご利用ください。  
 ※出展ブースオープン時間 8～15時 ・ 軽食無料配布 11～14時 ※なくなり次第終了



出展名	出展内容
① ドルフィン (横浜八景島)	◆焼きそば、お好み焼き、ポップコーン、ペットボトル (コーラ社)、キリン一番搾り 等の販売
② ROAD TO KONA	◆トライアスロン関連グッズ販売
③ バイクメカニック	◆バイクメンテナンス (工費1,000円～、部品代別途)
④ 横浜市スポーツ医科学センター	◆「出張クリニック」 スポーツ活動中のお悩みや、障害予防について、スポーツ医科学センターの理学療法士が無料で相談をお受けいたします。
⑤ ABCデザイン	◆レスチューブの販売とレンタル
⑥ NPO法人 まぐのりあ さらい工房	◆手作り木工製品、トライアスロンコースターの販売
⑦ 一般社団法人 里海イニシアティブ 宮内商店	◆よろこんぶうどん提供 (ケータリングエリア) ◆よろこんぶたこ焼き販売
⑧ 横浜市温暖化対策統括本部 横浜市立大学料理部	◆横浜産わかめを使ったわかめスープの配布 (ケータリングエリア) ◆シーサイドトライアスロン大会でのカーボンオフセットの紹介 ◆横浜市漁業協同組合の取り組み紹介 ◆アンケートの実施
⑨ イオンリテール、イオンバイク	◆弁当、菓子、ドリンクの食品販売 ◆バイク関連商品の販売

## ▶ 交通アクセス

### ● 電車の場合：

- ・横浜シーサイドライン「八景島駅」  
(京浜急行線「金沢八景駅」または、JR根岸線「新杉田駅」より乗り換え)

### ● お車の場合：

- ・首都高速湾岸線幸浦出入口より約1.5km、横浜横須賀道路並木ICより約2km

## ▶ 駐車場案内

### ● 横浜海の公園：

<http://www2.umino-kouen.net/facilities/parking/>

※出入庫時間は4:00～22:00まで。駐車時間4時間～12時間は1,550円となります。(※小銭の用意をお願いします)

また、海の公園管理センターに事前精算機があります。(下図☆参照)

お帰りの際に事前精算機で支払いを済ませておけば出庫がスムーズになります。

※精算後20分を経過しますと再度料金が発生いたしますのでご注意ください。

## ▶ 注意事項

- 大会会場となる横浜・八景島シーパラダイスへの選手の入島は7:15以降となります。7:15以前は入島できません。原則として、ご家族など、選手以外の方は8:30以降の入島となります。

※一般エントリー（家族の部）の入島方法については、別紙参照

- 大会当日7:15～8:30までは海の公園駐車場側、金沢八景大橋からのみ入島が可能です。(P.6参照)  
(横浜・八景島シーパラダイス駐車場側からの入島可能時間は8:30以降となります。ご注意ください。)

- 横浜・八景島シーパラダイス内は自転車の乗り入れは禁止です。大会前日(9/29)に行われる前日選手受付、競技説明会にバイク(自転車)でお越しの方は、金沢八景大橋手前にある駐輪場をご利用ください。

- 大会当日(9/30)は、競技中に限り特別にバイクへの乗車が認められています。競技時以外は必ずバイクから降り、押して歩くようにしてください。

- 競技終了後、バイクをピックアップしてお帰りになる際、駐車場が一時的に混雑いたします。そのため出庫に時間がかかります。なるべく分散してお帰りになるよう、ご協力をお願いします。

## ▶ 海の公園駐車場レイアウト図



★・・・事前精算機写真

## ▶ 注意事項

項目	内容
個人情報の取り扱いについて	主催者は、個人情報の重要性を認識し、個人情報の保護に関する法律及び関連法令等を厳守し、個人情報を取り扱います。ご記載いただいた個人情報は、大会に関する業務連絡および参加者名簿のみに利用します。また、主催者もしくは委託先からの申込内容に関する確認連絡をさせていただくことがあります。
参加資格の譲渡について	大会での代理出走、権利譲渡はできません。こうした行為が判明した場合は失格となります。その場合、主催者はいかなる補償も返金も致しません。
参加費返金について	本人都合によるキャンセル返金は致しません。また、地震・風水害・事件・事故・疫病等により大会が中止となった場合も参加料・手数料の返金は致しません。

**2018年9月29・30日は、ノーマイカーにご協力お願いいたします！**

大会用の駐車場は設けておりません。大会当日は、コース周辺で交通渋滞が予想されます。公共交通機関でのご来場にご協力をお願いいたします。

## 大会開催の最終決定について

荒天・地震・津波等の理由により大会を中止する場合があります。また、参加選手の安全確保が困難と判断した場合、競技内容の変更・中止をする場合があります。大会の開催可否については、下記にてご確認ください。

<p>■ インターネット</p> <p>2018年9月30日（日） 6時00分</p> <p>● 大会公式サイト <a href="http://sea.tri.yokohama/">http://sea.tri.yokohama/</a></p>	<p>■ SNS</p> <p>2018年9月30日（日） 6時00分</p> <p>● 大会公式ツイッター @YTRIATHLON</p> <p>● 大会公式フェイスブック Yokohama Triathlon</p>
--	--

## お問い合わせ

### ▶▶ 大会に関するお問い合わせ

横浜シーサイドトライアスロン大会実行委員会事務局  
〒231-0015 横浜市中区尾上町6-81 ニッセイ横浜尾上町ビル3階  
TEL : 045-680-5538 FAX : 045-641-2371 (平日9時00分 - 17時00分 土日祝を除く)  
Eメール : [info@sea.tri.yokohama](mailto:info@sea.tri.yokohama) HP : <http://sea.tri.yokohama/>

### ▶▶ 交通規制に関するお問い合わせ

横浜市コールセンター  
TEL : 045-664-2525 (8時00分 - 21時00分 ※9月30日のみ)

大会に関する詳細や続報は、  
大会公式サイトでお知らせします

<http://sea.tri.yokohama/>

