

第16回

潮芦屋アクアスロン大会

第13回兵庫県アクアスロン選手権大会
関西マスターズゲームズ in HYOGO
第20回ひょうご生涯スポーツ大会アクアスロン大会

2025.9.14[SUN]

会場：兵庫県芦屋市陽光町・南浜町
(芦屋市潮芦屋南緑地・潮芦屋ビーチ特設コース)

参加選手のしおり

このしおりをよく読み、理解して安全に競技ができるようにしてください。
しっかりと確認して頂き9月14日に潮芦屋ビーチでお会いできることを楽しみにしております。

- 主催 NPO法人芦屋市民まつり協議会 兵庫県トライアスロン協会
ひょうご生涯スポーツ大会実行委員会
- 競技主管 兵庫県トライアスロン協会
- 後援 兵庫県 兵庫県教育委員会 芦屋市 芦屋市教育委員会 公益社団法人トライアスロンジャパン
- 協力 NPO法人神戸ライフセービングクラブ 関西潜水連盟 アクアラング赤十字特殊奉仕団
芦屋市医師会 兵庫医科大学 芦屋浜アスリートクラブ 芦屋市カヌー協会
- 協賛 山本光学株式会社
株式会社志学塾 CAFÉ & BAR LAO 医療法人守上クリニック 芦屋家族そうざいや
岡田松尾繊維工業株式会社 田寺米穀酒店 なぎさ屋&ヒットクリーニング 信光住機株式会社
株式会社 東山商会 株式会社建築計画研究所 株式会社カンキ

- 募集要項にありました「オンライン競技説明」は行いません。このしおりをよく読んでご理解の上、ご参加ください。
- 参加選手のレースナンバーは、大会ホームページ・スタートリストに記載されています
- **大会受付時にご自身のレースナンバーを教えてください。**
- **大会受付時に健康チェックシートを提出してください。**

(公社)トライアスロンジャパンでは、トライアスリートの環境保護意識の高揚に期待しています。
潮芦屋アクアスロン大会も地域の皆様の善意によって支えられていますので、競技中はもちろん、会場内でのゴミの始末、ボランティアに対する言葉づかいやマナーなどにご配慮くださいますようお願いいたします。

本大会ご参加の皆様へ

このたびは、本大会にご参加いただき、ありがとうございます。

潮芦屋アクアスロン大会は、兵庫県民の健康づくりとトライアスロン競技に対する認知拡大のため開催します。参加者が順位や記録を競うよりもマイペースで無事故に楽しく完走出来ることを目指し、競技を通じより多くの参加者と県民との交流の和が広がることを期待しています。また、達成感を共有することによる参加者間の交流、その交流を核としたスポーツを通じた地域の活性化を図ることを目的とします。

また本大会では、障がいをもつパラ選手が一般 A・一般 B あわせて 5 名の選手が参加されています。視覚障がいの選手は、それぞれに伴泳・伴走を共に行うガイドとともにロープでお互いを繋いで競技をされます。下肢障がいの選手は義足をつけて競技を行う選手もいます。パラ選手およびガイドの方々はトレーニングを積まれ、個々に必要なサポートを含め競技運営との打ち合わせを行っており、審判団は最善の注意を払いますが、参加者の皆様におかれましても、競技中のご配慮をよろしくお願いいたします。私どもが加盟している公益社団法人トライアスロンジャパンは数少ない健常者、障がい者競技が同一の競技団体となっており、障がい者スポーツの推進に取り組んでおります。

今後とも、障がい者のトライアスロン、アクアスロン、デュアスロンをはじめとする複合競技への参加は全国的に広がっていくと考えられますが、受け入れる大会はまだ限られています。視覚障がい者に加えて一部の肢体不自由のパラトライアスロン部門の拡大の要請を受け、その責務を本大会も担っておりますので、ご理解とご協力をいただきますようよろしくお願いいたします。

2025年9月吉日

潮芦屋アクアスロン大会実行委員会事務局
兵庫県トライアスロン協会

大会当日の朝の流れ

- 事前に大会ホームページで 自分の参加カテゴリー・レースナンバーを確認する
- 大会ホームページから健康チェックシートをダウンロードしておき、当日の朝の健康状態を記入する

7:00 ~8:15	選手受付	受付でレースナンバーを告げる 健康チェックシートを提出する トラバッグを受け取る ボディーナンバーを左腕に記入 トランジションセット トランジションエリアで競技道具をセット
8:15~	開会式・競技説明会	競技の重要ポイントの説明を聞く
9:00~	ジュニアのスイム招集	計測用のアンクルバンドを受け取り入水チェックをする 以下スタートの30分前から各クラスごとに招集がはじまり、15分前に締切り。
9:30	ジュニア小学生スタート	
10:00	ジュニア中学生スタート	
10:30	一般A・パラAスタート	
11:25	一般B・一般リレー・パラBスタート	

大会スケジュール

2025 9/14[SUN]

7:30～8:15	選手受付	大会本部前
8:15～8:30	開会式・競技説明	大会本部前
8:40～8:55	ウォーミングアップ（陸上のみ）	
8:50～9:00	救難訓練（1）	
9:00～	スイム招集（入水チェック アンクルバンド渡し） ※競技クラスごとにスタート 30 分前に招集。15分前に締切り。 ウォーミングアップ・ストレッチ体操	スイム会場
9:30～	競技開始	スイム会場
10:40～10:50	ジュニア表彰式	大会本部前
13:30 頃	競技終了（最終走者フィニッシュ後）閉会・解散	
14:00～		

※各クラスの競技終了後に順次記録の速報を公式掲示板（大会本部前に設置予定）に掲示します

※記録証の配布はしません。完走者は記録証（完走証）を後日、各自で Web から入手できます。

（1）8:50～9:00 頃、スイム会場にてスイム担当・救護担当スタッフ、ライフセイバー、水上バイク、スレッドでの患者搬送を含む）による救難訓練を実施します。

競技クラス	レース No.女 / 男	スイム招集 (スイム会場入口)	スタート	スイム キャップ色
ジュニア(小学 3・4 年)	100～102 / 120～122	9:00～9:15	9:30	ピンク
ジュニア(小学 5・6 年)	150～154 / 180～186			オレンジ
ジュニア(中学生)	200～202 / 250～253	9:30～9:45	10:00	レッド
一般 A(高校生以上)	300～308 / 400～467	10:00～10:15	10:30	ブルー
パラA(高校生以上)	700 701			ピンク
一般 B(高校生以上)	500～509 / 600～685	10:55～11:10	11:25	ホワイト
パラB(高校生以上)	800 850 851			オレンジ
一般リレー(高校生以上)	900～904			イエロー

◆各競技クラスのスタート 10 分前にストレッチ体操を行います。

◆パラガイドのスイムキャップは選手と同色です。（パラA：ピンク、パラB：オレンジ）

表彰

- ◎ ・ジュニア(小学 3・4 年、小学 5・6 年、中学生) 男女 1 位
- ・一般 A・B 総合 男女 1 位、2 位
- ・一般 A・B 30 歳未満、30 歳代、40 歳代、50 歳代、60 歳代以上 男女 1 位
- ・リレー 1 位
- ・パラ A パラ B クラス 1 位
- ◎ ・兵庫県アクアスロン選手権 一般 B 男・女 1 位 / 兵庫県協会登録者
- ◎ ・ひょうご生涯スポーツ大会 一般 A・B 30 歳以上 男・女 1 位 / 兵庫県在住または兵庫県協会登録者
- ◎ ・兵庫県生涯スポーツ連合会長賞 一般 A・B 最高齢者 男・女 1 名 / 兵庫県在住または兵庫県協会登録者

競技距離・周回数

- ジュニア(小学3・4年生)
 - スイム:100m(1往復) ラン:1.5km(1往復)
- ジュニア(小学5・6年生)
 - スイム:100m(1往復) ラン:1.5km(1往復)
- ジュニア(中学生)
 - スイム:250m(1往復) ラン:3km(2往復)
- 一般A(高校生以上)・パラA
 - スイム:500m(1往復) ラン:5km(2往復)
- 一般ルー(高校生以上)
 - スイム:1km(2往復) ラン:10km(4往復)
- 一般B(高校生以上)・パラB
 - スイム:1km(2往復) ラン:10km(4往復)

競技コース図



注意事項

■総合

○選手として参加されるお子様に、このしおりの内容(ルール・スケジュール)を十分理解していただくとともに、ご家族の方にもご理解いただき、ご家族全員でアクアスロンを楽しんでいただきたいと思っております。お子様にはむずかしい漢字や言い回しがありますので、おそれいりますが、保護者の方が十分に説明してあげてください。

○大会会場へは最寄りの公共交通機関をご利用ください。選手受付は 芦屋市潮芦屋緑地東駐車場前の広場になります。(当日この東駐車場は閉鎖しています)

○駐車場は「競技コース図」に記載された場所(芦屋市総合公園北駐車場等)をご利用ください。ただし、当日は総合公園利用者の利用者により大変込み合う事もあります。時間に余裕を持ってお越し下さい。

○競技前後の更衣は、会場に設営した更衣テントをご利用ください。

○貴重品、手荷物は各自保管してください。貴重品預りの設置はありません。トランジション内には競技中に必要な物以外は持込めません。また、その周辺にも手荷物などを置かないでください。

○競技後のシャワーは、会場に設営したシャワー(水のみ)をご利用ください。

○計測は、足首に巻きつける計測用アンクルバンドを使用し、記録はスイムフィニッシュと総合フィニッシュの2ヶ所で計測します。

○記録は大会会場に速報を掲示します。完走症はWebから入手できます。公式記録は大会ホームページに記載します。

○完走証のダウンロード

https://mypublisher.jp/25ashiya_aq



完走証QRコード

■大会保険

○参加全選手に障害保険をかけていますが、保険の対象となるのは競技中の傷害事故(いわゆるケガ)で、急性心不全(心臓麻痺)等、疾患は対象となりません。下記内容を確認のうえ、補償が不十分と思われる方は各自において保険加入ください。

○保険金額

・死亡・後遺障害保険金額:500万円

・入院1日5000円、通院1日2500円

熱中症危険補償特約付き(補償は基本契約と同額)

○都道府県競技団体・学連登録会員には、大会保険とは別に会員自動付帯の傷害保険(トライアスロン安全保険)が付与されています。

詳しくは、下記「トライアスロン安全保険」をご確認ください。

<https://www.jtu.or.jp/join/insurance/safetysports/>

■選手受付 及び スタート前の準備

○受付にてお渡しするものは下記の通りです

- トランジション袋 1枚
- レースナンバーカード 1枚
- スイムキャップ 1枚

○スイム招集時に配付します

- 計測用アンクルバンド (スタート30分前 スイム会場でお渡しします)

○参加記念品

- フィニッシャータオル (フィニッシュゲートでお渡しします)

○受付で選手登録を行い、ボディナンバーは、各自で**左腕**にマジックインキで**縦書き**してください (スタッフもお手伝いします)。

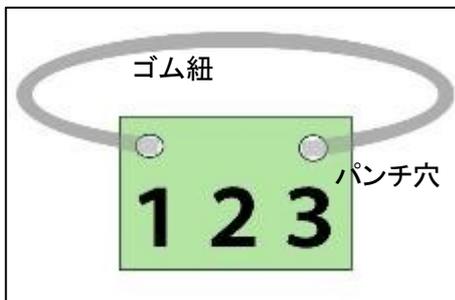
○ウェットスーツの袖で隠れる場合は左手の甲に横書きしてください。

○レースナンバーカードは個人は一人で1枚、リレーは1チームに1枚ラン競技で使用します。

○今大会では砂浜の環境保全・足元の安全のため「安全ピン」は使用しません。レースナンバーベルトの使用を推奨します。

○レースナンバーベルトはゴム紐で代用できます。ゴム紐は各自でご用意ください。穴あけパンチは受付でも用意しています

ボディナンバー記入例



【自作レースナンバーベルトの紹介】

- ・レースナンバーの上部にパンチで穴をあけます
- ・ゴム紐をレースナンバーに通します
- ・ウエストサイズに合わせてゴム紐を結びます

○計測用アンクルバンドはスイムスタートする砂浜の招集地点で配付します。

○計測用アンクルバンドにはレースナンバーと氏名を表示していますので、他人のものと間違えないようにしてください。

○アンクルバンドは足首(左右どちらでも可)に装着し、上からゴムバンドで外れないように補強してください。

○コースはクラスによって周回数・折返し地点が異なります。参加されるクラスのコースをしっかりと覚えてください。競技規則でもコースを熟知する事が求められています。

○競技のスタートは、砂浜からのスタンディングスタートとなります。ご自分のスタート場所、時間を確認してください。

○スタート時間の30分前にスイムの用意をしてスイム会場の招集地点に集合し、計測用アンクルバンドを受け取ってください。アンクルバンドを受け取った後はスイム会場入り口から戻れません。スイムキャップ、ゴーグルを忘れずにお持ちください。

○スイム招集はスタート時間の15分で締め切ります。



アンクルバンド

- スイム招集時間(スタート時間ではありません)に遅れると競技に参加できません。
- アンクルバンド装着した後は計測マットに近づかないください。計測エラーになります。
- スイムスタート前の更衣は、本部付近の更衣テントで行ってください。
- スイム会場には、ウェットスーツ以外のもの(タオルやランで使うウェア、ビーチサンダル、シューズ)を持ち込むことはできません。
- メガネ置き場はスイムスタート付近に設けています。ご自身でタグにレースナンバーを書いてメガネにつけてください。
- フィニッシュ後に計測用アンクルバンドをスタッフが回収します。必ず返却してください。
- 競技中にリタイア(スイムまたはランを自ら途中で止めた場合、スイムでライフセイバーに砂浜に引き上げられた場合や、救護担当者やスタッフに担架や救護車両で救護テントまで搬送された場合など)した場合、審判員が計測用アンクルバンドを回収します。もし、回収漏れがありましたら、大会本部にリタイアであることを申告して必ず返却してください。

■競技規則 (ローカルルール)

(公社)トリアスロンジャパン競技規則を基本とし、下記の競技規則(ローカルルール)により行います。ルールをよく読んで理解して競技に参加してください。

※参照:JTU競技規則(2019年1月31日発行)<https://www.jtu.or.jp/join/rule/>

規則の違反に対しては罰則(ペナルティ)を適用します。罰則は、違反の程度により、指導、タイムペナルティ又は失格のいずれかとします。

◆競技全般

- 当日朝の「競技説明会」には必ず出席してください。ローカルルール、タイムペナルティの適用、当日の変更点など重要事項の説明があります。
- 大会実行委員会は、大会当日の気象条件等で安全に競技が出来ないと判断した場合、競技内容を変更、一部あるいは全部を中止することがあります。
- 大会日程で決められた時間(スケジュール)を厳守してください。遅刻した場合、ペナルティが与えられたり競技に出場できなくなります。またやむを得ずスケジュールを変更する場合があります。その場合は大会本部・公式掲示板にて告知しますので見逃さないようにしてください。
- 選手の保護者、あるいは付き添いの方の過度な応援や暴言は、他の競技者や観覧者の迷惑になります。節度を守った声援をお願いします。
- スポーツマンシップを守り、マナーよく競技に参加して下さい。危険行為・他競技者への妨害・大会スタッフへの暴言等は、失格の対象になります。

○競技途中でリタイアする場合は、大会本部または審判員(JTUオフィシャルウェアを着用)までリタイアを届け出て、必ず審判員に計測用アンクルバンドを返却し、レースナンバーカードをはずしてください。

○レースナンバーカードの変造、折り込みはペナルティの対象となります。

○競技中は選手の携帯電話、スマートフォン等の通信機能を持つ機器、ならびにイヤホン等のオーディオ機器の使用、写真・動画の撮影を禁止します。

◆リレー部門

○アンクルバンドがバトン代わりになります。スイムを終えた選手はトランジションエリアにあるリレーゾーンで、計測用アンクルバンドをラン走者に引き継いでください。

○ラン選手は、リレーゾーンではだしで待機し、アンクルバンドの引き継ぎを受けてからトランジションに進み、シューズを履いてラン競技を始めてください。2人の合計タイムがチーム成績となります。リレーゾーン内はシューズは履けません。

◆スイム競技

○スイムのスタートはクラス毎のスタンディングスタートです。水辺の手前のスタートラインよりスターターの合図でスタートします。

○競技選手は、色分けされた大会支給のスイムキャップを着用してください。

○ウェットスーツの着用を推奨します。

○ゴーグル、ノーズクリップ、耳栓、腕時計、心拍測定器の使用は認めますが、その他のあらゆる用具の使用装着を禁止します。

○一般(大人)で泳ぎに不安のある人は、大会本部に申し出て、目印となる「黄色の風船」を受け取り、腰に括り付けてください

○ジュニア(小学生)で泳ぎに自信のない人は、浮き具・ビート板等の使用を許可します。

○ジュニア(小学生)は50m先のブイを反時計まわりに回って砂浜にあがります。※ジュニア(小学生)は他のクラスと違います

○ジュニア(中学生)は125m先のブイを時計まわりに回って砂浜にあがります。

○一般Aは250m先のブイを時計まわりに回って砂浜にあがります。

○一般Bと一般リレーは250m先のブイを時計まわりに回って砂浜にあがって折返し、2周目を泳ぎます。途中のブイと間違えないよう注意してください。途中のブイを回るとショートカットとなり、失格になります。

○周回数のチェックはご自身で行ってください。

○体調が万全でない時には勇気を持ってリタイアしましょう。

○スイム競技をしないでラン競技をする「スイムスキップ」を許可します。スキップを希望する選手はスイム招集前に審判員に申告してください。リレーゾーンからのスタートになります。リレー選手と同様に、リレーゾーンでアンクルバンドを装着の上シューズを履かないで待機し、審判員の指示により競技を開始します。トランジションエリアの自身のスペースでランシューズを履いてください。スイムスキップは'完走'になりませんが記録はします。

○スイム競技スタート後はスイムスキップは出来ません。リタイアとなります。



○一般Bの選手で、**1周回を30分以上かかった場合には、2周回には進めません。**審判員が競技終了を判断します。

◆トランジション

○トランジションエリアは選手専用です。同伴・応援の方は入る事は出来ません。

○レースナンバーを表示した用具入れ「カゴ」が設置されます。各自のレースナンバーの「カゴ」の位置が各選手のスペース(縦90cm横50cm)になります。ラン競技に使用する全ての用具は、この各自の「カゴ」に入れます。ただしランシューズ(1足)は、「カゴ」の前の地面に置くことができます。キャップ、サングラスなどはカゴに収納します。

○スイム競技が終了して使い終わった用具は、全てこの「カゴ」の中に収納しなければなりません。スイム後のウェットスーツなどが「カゴ」の外に散らかっている場合は、戻って収納してもらいます。**「カゴ」の外に放置されたままランに進んだ場合は、「収納違反」のペナルティ対象となりますので注意してください。**

○指定のトランジションスペース内で着替えてください。なお、オープンスペースでは裸にならないでください。Tシャツなどを着替えながら走り出した場合は戻っていただきます。

○競技を終了した選手のトランジションエリア内の立ち入りは、他の競技中の選手に充分配慮し、大会スタッフの指示に従ってください。

◆ラン競技

○コース上は、左側通行です。

○ランウェアを必ず着用し、上半身はだかですらないでください。また、前空き及び前ファスナー付きユニフォームは着用できますが、フィニッシュの時はファスナーを閉じてフィニッシュしてください。

○一般A、一般Bのランの折返し点で周回チェック用のゴムバンドを渡します。周回毎に受取り、腕に通してください。ゴール後ゴムバンドの数を確認し周回数を確認をします。(一般Aは2本、一般Bは4本)折返しの手前では減速し、確実に受け取るようにしてください。周回数不足は失格になります。

○レースナンバーカードは、競技中ならびにフィニッシュ時は、必ずレースナンバーカードが前に来るようにし、競技中に外れないようにしっかり付けてください。

○フィニッシュの直前では、本人確認のためサングラスはずし、ウェアのファスナーを閉めレースナンバーを前に、カードの確認ができる姿勢でフィニッシュラインを越えてください。

○フィニッシュは選手だけとします。ご家族ご友人等との同伴ゴールは出来ません。

○リレーはチーム選手の同伴ゴールは認めます。

◆エイドステーション

○エイドステーションは、ラン周回コース上に2か所設置します。(コース図参照)

○エイドステーションでの提供は「水」になります。

○エイドステーションでのコップ、ジェルのゴミなどは指定の場所で捨ててください。後続競技者の安全と、地元への迷惑にならないよう、コース上やコース脇に捨てないでください。ごみ箱はエイドステーションの近くに設置されています。

○ランコース上に1カ所復路エイドステーションの近くにシャワーを設置しています。

以上