

SWIM&RUN アクアスロン

in こおりやま開成山公園

アスリートガイド



開催日：2020年11月3日（祝・火）

開催地：こおりやま開成山公園

ふくしまトライイベント実行委員会



大会目的

今年は、新型コロナウイルスの影響により東京五輪は延期、スポーツ大会も自粛ムードとなっているなかで、沈んだ空気を払拭するため、またコロナ禍の対策を万全に行ってオリンピック種目であるトライアスロン競技のPRと普及発展、選手の発掘・育成のために開催する。また、アクアスロンを郡山開成山公園で開催することで、地域住民のスポーツ機会の創出と運動施設の有効活用から地域活性化につなげることを目的とする。そして、2020年以降、「ふくしま」にトライアスロン・レガシーを遺していく。

主催 ふくしまトライイベント大会実行委員会

共催 福島県トライアスロン協会

後援 郡山市

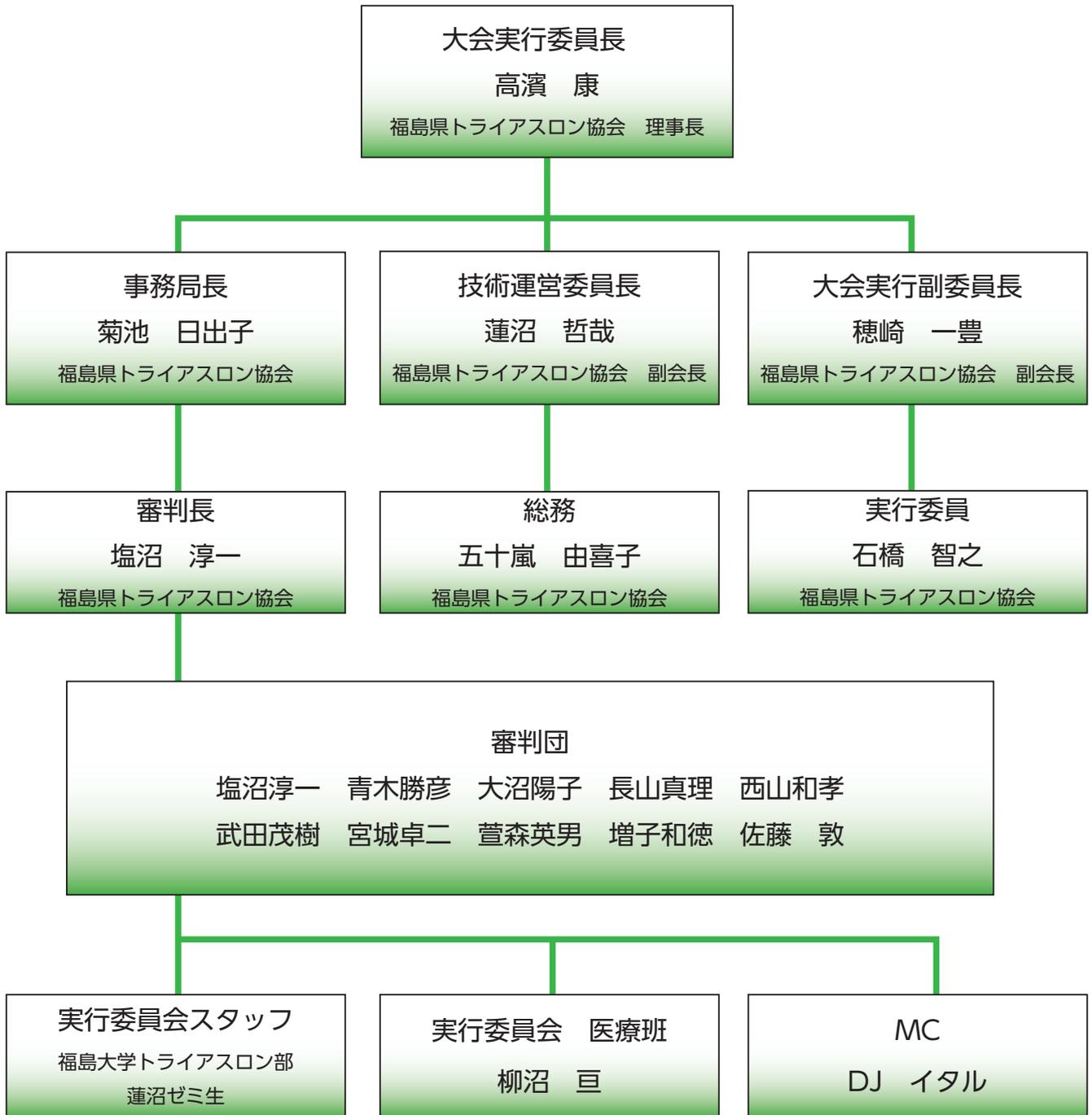
協賛 (株)海老屋運送 / 福島民友新聞社 / 棚倉中央歯科医院 / 大塚製薬 /
福島県酪農業協同組合 / ZERO-D / Hi-Ridge

協力 福島大学地域スポーツ政策研究所 / 福島大学トライアスロン部

セレモニー

開会式 / 競技説明会 8:45	閉会式 / 表彰式 12:30
1. 開会	1. 開会
2. 主催者挨拶	2. 成績発表・表彰
3. 来賓挨拶および来賓紹介	3. 講評 福島県トライアスロン協会理事長 高濱 康 様
4. 選手宣誓 鈴木学爾選手・鈴木紗希子選手	4. 閉会
6. 競技説明 技術運営委員長 蓮沼 哲哉	
7. 閉会	

大会組織



■緊急連絡先：郡山消防署

TEL.024-933-4000

■緊急病院：太田西の内病院

TEL.024-925-1188

新型コロナウイルス感染防止対策（大会期間中）

大会会場の感染対策のガイドラインを遵守してください。

次に該当する場合は参加をお控えください。

- ・直近 14 日以内に発熱や風邪の症状（鼻水、咳、喉の痛み等）、倦怠感、嗅覚・味覚等の異常があった場合。
- ・同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がいる場合。
- ・直近 14 日以内に感染リスクの高い地域から移動してきた場合手洗い・手指消毒等の徹底をお願いします。
- ・参加者、帯同者の皆様には事前に「体調チェックシート」を印刷、記入したうえで、当日受付時にご提出ください。受付の際も検温をします。
- ・参加者から新型コロナウイルスの感染が確認された場合、連絡をさせていただき、行動履歴を確認することがありますので、大会当日から 2 週間前の行動履歴は必ず残しておいてください。
- ・マスク、タオル（手洗い後の手拭き用）を持参してください。
- ・厚生労働省が公表している「新しい生活様式」の実践例を踏まえ、可能な限り、密集する機会を減らす工夫をしながら参加してください。
- ・本大会ガイドラインのほか、日本トリアスロン連合、日本スポーツ協会など（HP 掲載）が発信しているガイドライン等についてもご参照の上、各自感染防止対策をお願いいたします。
- ・ハイタッチ、同伴ゴール等の不用意な接触、大声や掛け声など飛沫感染を避けてください。
- ・応援、休憩、待機の際は、必ずマスクを着用してください。ただし人と十分な距離（少なくとも 2m 以上）が確保できる場合は、マスクを外すことも可とします。
- ・テント、待機場所で食事・懇談等をするときには、対面を避け、横並びで座るように心掛けてください。
- ・感染拡大防止の観点から、応援される人同士の間隔を空け、人と十分な距離（少なくとも 2m 以上）をとって応援をお願いします。
- ・参加者の利用する場所（トイレや更衣室等）、応援エリア等をスタッフが巡回します。
- ・スタッフはマスク等を着用します。
- ・使用済みマスクはプール、陸上競技場のゴミ箱で廃棄せず、持ちかえる又は回収用ゴミ袋へ入れて下さい。
- ・トイレ、更衣室等を利用する際は、次の事項に留意してください。
 - 入退室時の手洗い・手指消毒を徹底する。換気に配慮し、多人数での利用は控える。
 - 受付に消毒液を設置しますので、受付前にか各自手の消毒をお願いします。
 - 他人と共有する用具、部分等（トイレの出入口のドアノブなどの手の触れる部分）は適宜、大会スタッフが消毒を実施します。

新型コロナウイルス感染防止対策（競技中）

【スイム】

- ・選手は、プール内（待機中）はマスクをつけ、ソーシャルディスタンスを確保して準備を行う。（スタート前にスタッフが回収）施設のゴミ箱には入れないで下さい。
- ・直前で飲食したものは、自分で処理をする。プールサイドへの飲み物の持ち込みは OK です。必ずレース後に自分のものを取りに来て下さい。

【トランジションエリア】

- ・トランジションエリアでセットする際は、マスクを着用する。
- ・他人との道具の貸し借りはしない。

【ラン】

- ・選手は、4 m未満の距離で他の選手の真後ろ（前後）を走ることがないように心がける。

【エイドステーション】

- ・ランコース上のエイドステーションは、セルフサービス型とする。

【フィニッシュ】

- ・フィニッシュ時の同伴は禁止とする。
- ・フィニッシュ後は、タイミングチップを各自で取り外し、回収ボックスに選手自ら入れる。
- ・提供物を受け取ったら、速やかにフィニッシュエリアから出る。
- ・フィニッシュした選手の関係者は、緊急事態以外はフィニッシュエリアに集まらない。
- ・全てのリカバリステーションは、基本的にセルフサービスとする。
- ・ゴール後、プール更衣室に戻る際にマスクの着用をお願いいたします。ゴール付近に使い捨てマスクを準備していますので、ご利用ください。

【メディカル】

- ・体調不良等があれば、メディカルテント（競技場内に設置）で対応をする。
- ・大きな体調変化があった場合は、すぐに帰宅してもらうことがある。

【セレモニー】

- ・表彰を受ける選手は、マスク着用で登壇し、選手間を空ける。写真撮影時はマスクを外しても構わない。
- ・選手同士、プレゼンターとの握手またはハグはしない。

競技ルール（アクアスロン）

国際トライアスロン連合（ITU）競技規則、(公社) 日本トライアスロン連合（JTU）競技規則、大会ローカルルールを適用します。

https://www.triathlon.org/uploads/docs/itusport_competition-rules_2019.pdf

http://www.jtu.or.jp/jtu/pdf/JTU_COMPETITIONRULES_20190207.pdf

【スイム】

- ・ 集合場所は、スイムスタート地点とし、10分前集合とする。
- ・ スイムスタートは、ウェーブスタートとする。
- ・ スタートはプール内から行うこと。（飛び込み禁止）
キッズ部門については、浮力を得るもの（ヘルパー、アームフローター）もしくはビート板の使用を認める。ただし、推進力を得るもの（パドル、フィン等）は認めない。ビギナー・エイジについては、ウェットスーツ、ラッシュガードの着用を認める。
- ・ コースロープをつたって進むことを禁じる。ただし、安全確保のためにコースロープをつかんでの小休止は認める。
- ・ コース内は安全確保のための最低限の歩行を認める。
- ・ スイムキャップは配布されたものを必ず着用すること。
- ・ ターンはタッチターンとし、クイックターンを禁止とする。
- ・ ワセリン等の薬剤使用は禁止とする。
- ・ 室内プールサイドは、絶対に走らない。室内プールを出たあとは転倒に気をつけて、トランジションへ移動してください。

【トランジション】

- ・ 指定された場所に設置されているカゴに、自分のシューズ、ランニングウエアなどを入れておく。競技前の用具をカゴの前に置くことは認める。スイム競技後のキャップ、ゴーグルは、トランジションのカゴの中に必ず入れること。
- ・ ナンバーベルトを使用する場合はナンバーベルトにレースナンバーを取り付け、ランの時は正面にレースナンバーがみえるようにして競技を行うこと。また、レースナンバーベルトの代替えとして、幅の広いゴム紐などをベルトにすることも許可する。
- ・ レース終了後は、トランジションエリアの道具を取りにくること。（取り忘れた場合は大会事務局にて保管する。）

【ラン】

- ・ レースナンバーは、ランの時は胸付近に付けて競技を行うこと。
- ・ トラックの1レーンを走るようにし、追い越す選手は抜く選手の右側から追い抜くこと。
- ・ ランはTシャツ、トライスーツなどを必ず着用し、上半身裸、はだしでの競技は禁止とする。
- ・ 周回ボードのカウントは先頭の選手のみとし、周回チェックは自己責任とする。ただし、家族などの応援者がカウントすることを許可する。また、指定された場所に輪ゴムを用意するので、カウントの際に使用することは可能。
- ・ コロナの感染防止対策より同伴でのフィニッシュは不可とする。
- ・ エイドステーションは1箇所設置する（セルフ）。十分な水分補給をすること。
- ・ フィニッシュは笑顔で!!

大会スケジュール

時間	内容	備考																																							
		<ul style="list-style-type: none"> ・ 出場選手は受付前にナンバーリングを完了して下さい。 ・ アンクルバンドはプール招集時に配布します。 																																							
8:00	受付開始 (陸上競技場)	・ 競技場内にてウォーミングアップ可																																							
8:45	開会式・競技説明会	・ 場所(陸上競技場) ※出場選手は必ず参加して下さい。																																							
9:15	トランジションオープン スイム ウォームアップ	トランジションへ用具をセット プールへ移動 更衣室では密集しないよう、間隔を空けて使用 更衣室での雑談はせず、マスクを着用の上、速やかにプールに移動してください。																																							
10:00	ウェーブスタート ※スタート10分前にプールサイドの招集場所に集合して下さい。 ※招集場所で密にならないようにスタッフが誘導。 ※スイムウォーミングアップは、アップコースにて随時可能です。	<table border="0"> <tr><td>10:00:00</td><td>エリート</td><td>(男子)</td></tr> <tr><td>10:00:30</td><td>エリート</td><td>(女子)</td></tr> <tr><td>10:15:00</td><td>エイジ1組</td><td>(男子)</td></tr> <tr><td>10:15:30</td><td>エイジ2組</td><td>(男子)</td></tr> <tr><td>10:20:00</td><td>エイジ</td><td>(女子)</td></tr> <tr><td>10:30:00</td><td>ビギナー</td><td>(男子)</td></tr> <tr><td>10:30:30</td><td>ビギナー</td><td>(女子)</td></tr> <tr><td>10:40:00</td><td>キッズA</td><td>(男子) 5・6年生</td></tr> <tr><td>10:40:30</td><td>キッズA</td><td>(女子) 5・6年生</td></tr> <tr><td>10:50:00</td><td>キッズB</td><td>(男子) 3・4年生</td></tr> <tr><td>10:50:30</td><td>キッズB</td><td>(女子) 3・4年生</td></tr> <tr><td>10:55:00</td><td>キッズC</td><td>(男子) 1・2年生</td></tr> <tr><td>10:55:30</td><td>キッズC</td><td>(女子) 1・2年生</td></tr> </table>	10:00:00	エリート	(男子)	10:00:30	エリート	(女子)	10:15:00	エイジ1組	(男子)	10:15:30	エイジ2組	(男子)	10:20:00	エイジ	(女子)	10:30:00	ビギナー	(男子)	10:30:30	ビギナー	(女子)	10:40:00	キッズA	(男子) 5・6年生	10:40:30	キッズA	(女子) 5・6年生	10:50:00	キッズB	(男子) 3・4年生	10:50:30	キッズB	(女子) 3・4年生	10:55:00	キッズC	(男子) 1・2年生	10:55:30	キッズC	(女子) 1・2年生
10:00:00	エリート	(男子)																																							
10:00:30	エリート	(女子)																																							
10:15:00	エイジ1組	(男子)																																							
10:15:30	エイジ2組	(男子)																																							
10:20:00	エイジ	(女子)																																							
10:30:00	ビギナー	(男子)																																							
10:30:30	ビギナー	(女子)																																							
10:40:00	キッズA	(男子) 5・6年生																																							
10:40:30	キッズA	(女子) 5・6年生																																							
10:50:00	キッズB	(男子) 3・4年生																																							
10:50:30	キッズB	(女子) 3・4年生																																							
10:55:00	キッズC	(男子) 1・2年生																																							
10:55:30	キッズC	(女子) 1・2年生																																							
12:00	じゃんけん大会	陸上競技場にて																																							
12:30	表彰・閉会式	各カテゴリー男女3位まで																																							

※参加者、帯同者の方は受付時に、応援の方はプールで検温します。検温後、問題なければ確認済みのリストバンドを配布、リストバンドがないと観戦できません。

※プール施設の利用はダウン、撤収作業を含め表彰式の前(12時25分)までです。
ナンバーリングはご自身で書いて頂きます。右利きの場合は写真のように左腕または左手の甲、右足すねへ、左利きの場合は右腕または右手の甲、左足すねへ。

ナンバーリング参考写真



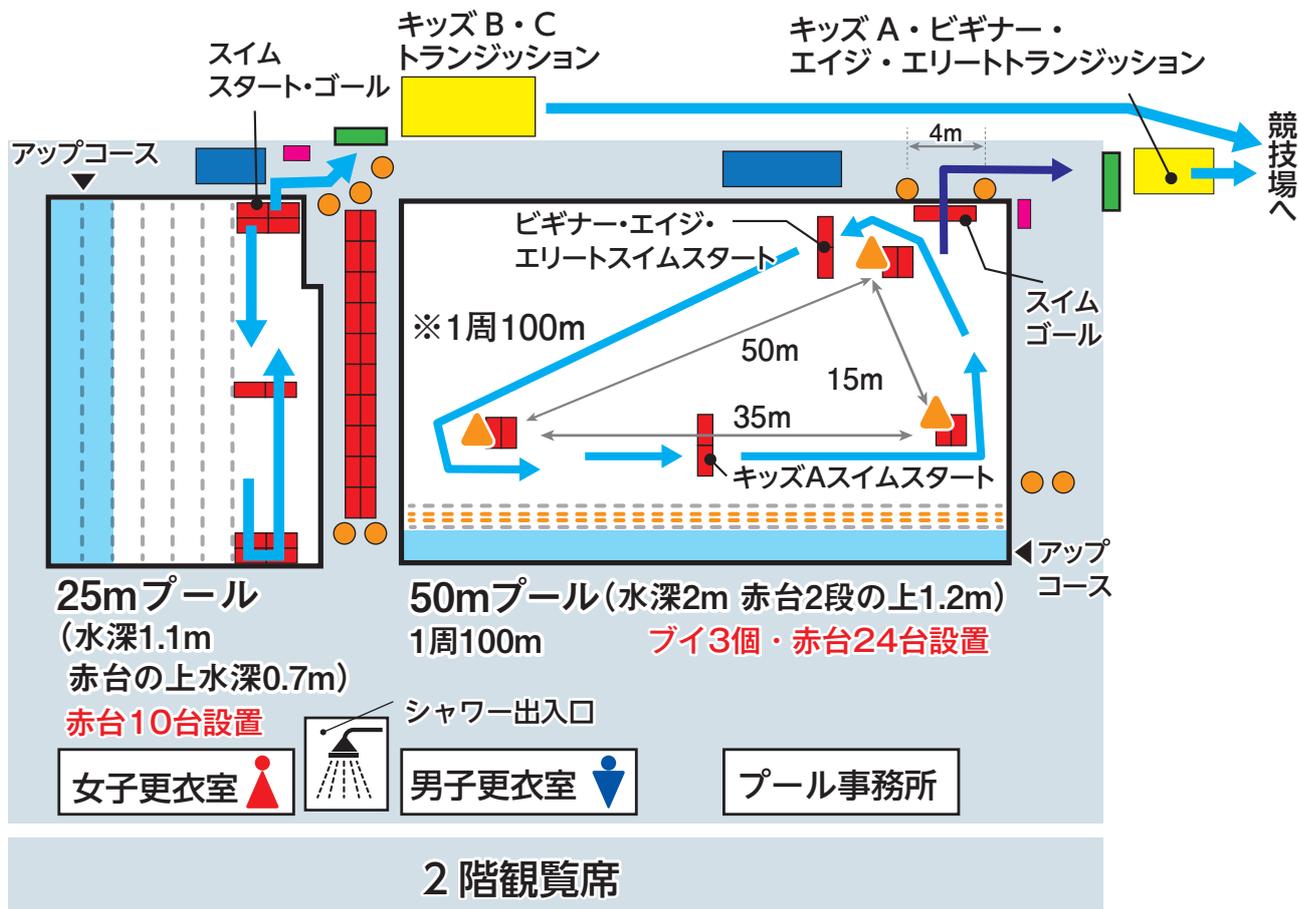
会場・駐車場案内



- ※受付は陸上競技場内です。
- ※開会式は陸上競技場で 8 時 45 分より行います。
- ※待機場所は、プールの観覧席、および陸上競技場内となります。
密にならないようにご利用を願います。(詳細は当日案内致します。)

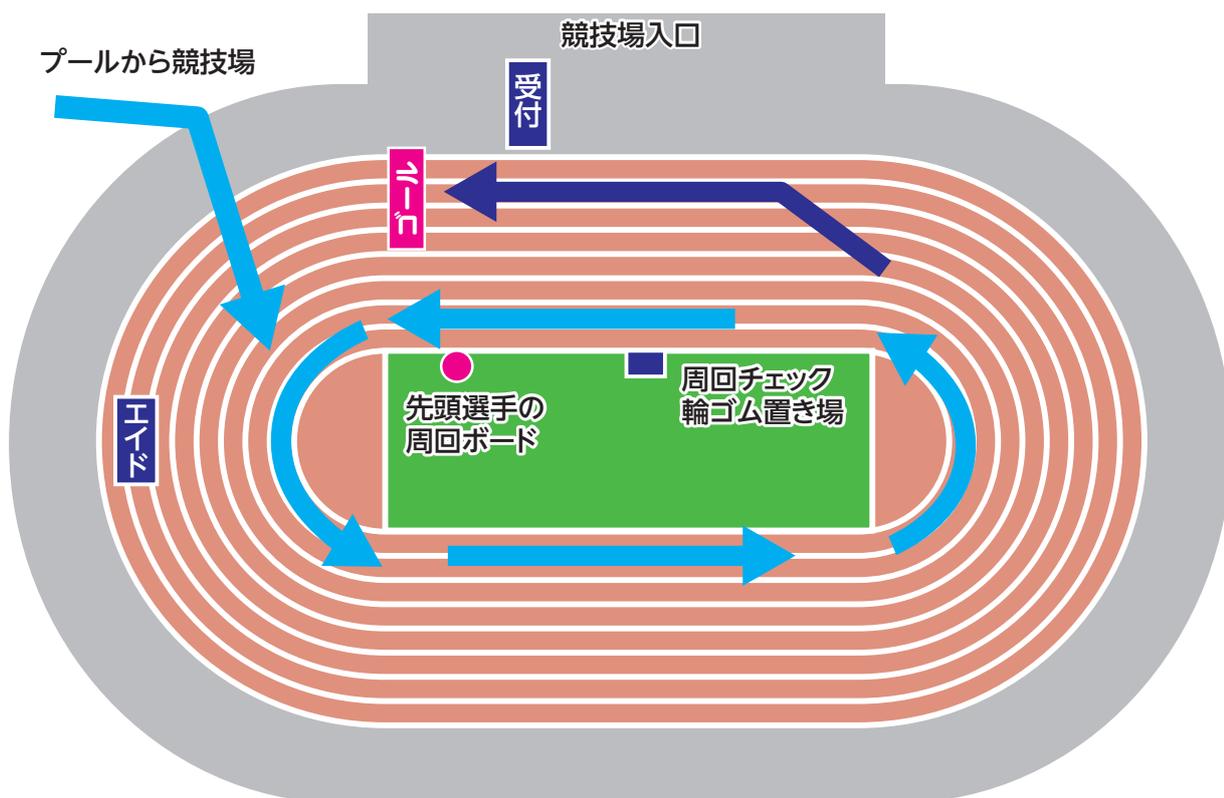
競技カテゴリー

カテゴリー		スイム		ラン	
エリートの部	(中学生以上)	400m	50m プール 4 周	4.0km	競技場トラック 10 周
エイジの部	(中学生以上)	300m	50m プール 3 周	3.2km	競技場トラック 8 周
ビギナーの部	(中学生以上)	200m	50m プール 2 周	2.4km	競技場トラック 6 周
キッズ A	(小学 5・6 年生)	150m	50m プール 1.5 周	1.6km	競技場トラック 4 周
キッズ B	(小学 3・4 年生)	100m	25m プール 2 往復	1.2km	競技場トラック 3 周
キッズ C	(小学 1・2 年生)	50m	25m プール 1 往復	800 m	競技場トラック 2 周



- 赤台設置場所
※50mプールの赤台は2段重ね
- 招集場所
- トランジッションへの出入口
- コーン設置
- ブイ設置
- トランジッション
- めがね置き場

室内プールサイドで歩くことは禁止です。室内プールを出たあとは転倒に気をつけてトランジッションへ移動してください。



参加者名簿

	参加カテゴリー	スタートタイム	No.	お名前	ふりがな	性別
1	エリート男子	第1ウェーブ 10:00:00	101	吉田 浩 太 朗	よしだこうたろう	男性
2			102	和 田 七 音	わだななと	男性
3			103	近 藤 玖 伸	こんどうひさのぶ	男性
4			104	浅 野 優 雅	あさのゆうが	男性
5			105	高 田 賢	たかださとし	男性
6			106	磯 貝 元 希	いそがいもととき	男性
7			107	佐 久 間 大	さくまだい	男性
8			108	渡 辺 雅 司	わたなべまさし	男性
9			109	平 孝 幸	たいら たかゆき	男性
10					110	高 田 昇
11	エリート女子	第2ウェーブ 10:00:30	201	羽 生 友 里 愛	はにゅうゆりあ	女性
12			202	齋 藤 桜 凜	さいとうかりん	女性
13			203	菅 家 綾 美	かんげあやみ	女性
14			204	山 口 ありす	やまぐちありす	女性
15	エイジ男子 1組	第3ウェーブ 10:15:00	301	澁 谷 英 幸	しぶやひでゆき	男性
16			302	荻 野 喜 恵	おぎのよしえ	男性
17			303	塚 本 勉	つかもとつとむ	男性
18			304	三 浦 光 雄	みうらみつお	男性
19			305	紺 野 武 志	こんのたけし	男性
20			306	佐 竹 秀 世	さたけひでよ	男性
21			307	土 屋 進	つちやすすむ	男性
22			308	鈴 木 文 夫	すずきふみお	男性
23			309	神 山 勝 男	かみやまかつお	男性
24			310	伊 藤 光 吉	いとうみつよし	男性
25	エイジ男子 2組	第4ウェーブ 10:15:30	311	林 琉 聖	はやし りゅうせい	男性
26			312	安 倍 築	あべきずく	男性
27			313	阿久澤 達朗	あくざわたつろう	男性
28			314	鈴 木 慶 政	すずきのりゆき	男性
29			315	佐々木 栄介	ささきえいすけ	男性
30			316	二階堂 豊	にかいどうゆたか	男性
31			317	鈴 木 学 爾	すずきがくじ	男性
32			318	服 部 大 祐	はっとりだいすけ	男性
33			319	馬 場 智 和	ばばともかず	男性
34			320	野 田 武 美	のだたけみ	男性
35			321	柳 沼 直 彦	やぎぬまなおひこ	男性
36	エイジ女子	第5ウェーブ 10:20:00	401	齋 藤 羽 凼	さいとうはな	女性
37			402	菅 家 成 美	かんげなるみ	女性
38			403	安 達 光	あだちひかり	女性
39			404	高 野 夏 希	たかのなつき	女性
40			405	成 田 尚 美	なりたなおみ	女性
41			406	鈴 木 紗 希 子	すずきさきこ	女性
42			407	遠 藤 勝 江	えんどう かつえ	女性
43			408	渡 辺 牧 子	わたなべまきこ	女性
44			409	渡 部 く み 子	わたなべくみこ	女性
45			410	佐 竹 三 枝	さたけみえ	女性
46			411	福 田 ミ キ	ふくだみき	女性

参加者名簿

	参加カテゴリー	スタートタイム	No.	お名前	ふりがな	性別
47	ビギナー男子	第6ウェーブ 10:30:00	501	高橋 諒多	たかはしりょうた	男性
48			502	志水 陽	しみずはるき	男性
49			503	根本 信幸	ねもと のぶゆき	男性
50			504	寺山 琢真	てらやまたくま	男性
51			505	山本 雄太	やまもとゆうた	男性
52			506	吉田 雅彦	よしだまさひこ	男性
53			507	福田 悠航	ふくだゆうこう	男性
54	ビギナー女子	第7ウェーブ 10:30:30	601	我孫子 穂花	あびこほのか	女性
55			602	吉田 美樹	よしだみき	女性
56			603	熊谷 三千代	くまがいみちよ	女性
57	キッズA男子 (小5・6)	第8ウェーブ 10:40:00	701	許田 涼斗	もとだりょうと	男性
58			702	沼野 駿之介	ぬまのしゅんのすけ	男性
59			703	朽木 悠翔	くちきはると	男性
60			704	眞船 勝道	まふねかつみち	男性
61	キッズA女子 (小5・6)	第9ウェーブ 10:40:30	801	佐々木 麻衣	ささきまい	女性
62			802	志水 小華	しみずこはる	女性
63			803	松山 愛琉	まつやまあいる	女性
64			804	齋藤 心菜	さいとうここな	女性
65	キッズB男子 (小3・4)	第10ウェーブ 10:50:00	901	佐藤 翔真	さとうしょうま	男性
66			902	沼野 湊太	ぬまのけいた	男性
67			903	羽生 青矢	はにゅうせいや	男性
68			904	古川 羽琉	ふるかわはる	男性
69			905	志水 元	しみずはるか	男性
70			906	籠島 一汰	かごしまいった	男性
71			907	福田 圭紳	ふくだけいしん	男性
72			キッズB女子 (小3・4)	第11ウェーブ 10:50:30	1001	一條 莉杏
73	1002	三宅 杏侑			みやけ あゆ	女性
74	1003	植田 香子			うえたかこ	女性
75	1004	八巻 彩			やまきいろは	女性
76	1005	北川 結菜			きたがわゆうな	女性
77	1006	橋本 杷奈			はしもとはな	女性
78	1007	佐々木 爽衣			ささきさい	女性
79	1008	宗像 柚樹			むなかた ゆずき	女性
80	キッズC男子 (小1・2)	第12ウェーブ 10:55:00	2001	大関 飛雅	おおぜき ひゅうが	男性
81			2002	三宅 玄真	みやけ げんしん	男性
82			2003	高山 颯介	たかやまそうすけ	男性
83			2004	山本 尊	やまもとたける	男性
84	キッズC女子 (小1・2)	第13ウェーブ 10:55:30	3001	寺山 桜	てらやまさくら	女性
85			3002	柳堀 ゆり子	やなぎほりゆりこ	女性
86			3003	佐藤 芽依	さとうめい	女性

アクアスロン in こおりやま開成山公園

「健康チェックシート」

【このページをプリントアウトし、ご記入の上当日受付へお出し下さい。】

ふりがな	
氏名	
住所	
電話番号	
年齢(大会当日)	歳
当日の体温	
出場カテゴリー	エリート・エイジ・ビギナー・ キッズA(小5・6)・キッズB(小3・4)・キッズC(小1・2)
大会関係者	引率・同行者 役員 スタッフ ボランティア
<p>○大会開催前2週間における以下の事項の有無 (該当する場合はチェック☑を入れてください)</p> <p><input type="checkbox"/> 平熱を超える発熱</p> <p><input type="checkbox"/> 咳(せき)、のどの痛みなどの風邪症状</p> <p><input type="checkbox"/> だるさ(倦怠感)、息苦しさ(呼吸困難)</p> <p><input type="checkbox"/> 臭覚や味覚の異常</p> <p><input type="checkbox"/> 体が重く感じる、疲れやすい等</p> <p><input type="checkbox"/> 新型コロナウイルス感染症陽性とされた者との濃厚接触</p> <p><input type="checkbox"/> 同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がいる</p> <p><input type="checkbox"/> 過去14日以内に政府から入国制限、入国後の観察期間が必要とされている国、地域等への渡航又は当該在住者との濃厚接触がある</p> <p>※この健康チェックシートは、必ずご自宅で御記入ください。</p> <p>※上記チェック項目に1つでも☑がついた場合は、ご参加をご遠慮願います。</p> <p>※大会同行者・引率者も同様に受付時に、本シートの提出をお願いいたします。</p>	

※個人情報につき、厳重に取り扱います。使用目的外への使用は行いません。

※健康チェックシートの保存期間は、大会終了後1ヶ月とし、速やかに破棄します。