

The1st 2020
OFF-ROAD TRIATHLON in TAHARA 大会
(第1回オフロードトライアスロン in 田原)

大会案内

(競技説明と注意事項)

田原オフロードトライアスロン実行委員会

目 次

I 総括事項

1	大会概要・スケジュール	1
2	競技の判断	2
3	保険・治療・救急	3
4	記 録	4
5	新型コロナ感染拡大防止対策	5
6	その他	6

II 大会当日

1	選手受付	7
2	競技事前準備	8
3	開会式・競技説明会	9
4	スイム競技	9
5	トランジション	10
6	バイク競技	12
7	ラン競技	13
8	エイドステーション	14
9	フィニッシュ	14
10	アワードセレモニー・表彰	14

III その他

1	連絡事項	15
2	観戦に関して	15

【巻末】

・	競技規則	16
・	コースマーキングについての説明	18
・	新型コロナ感染拡大防止対策	22
・	熱中症・脱水症予防について	33

I 総括事項

1 大会概要・スケジュール

(1) 目的

本大会を開催することにより、産業及びスポーツ振興を図り、自転車を活用した活力あるまちづくり、アウトドアツーリズムによる交流人口の拡大、田原市の市街地活性化に貢献することを目的とする。

(2) 開催日

令和2年10月3日(土)

(3) 競技内容

クラス：フル (スイム 1,000m、バイク 20.0km、ラン 5.5km 合計 26.5km)
ライト (スイム 500m、バイク 11.5km、ラン 3.7km 合計 15.7km)
リレー (フルの種目を2～3名で実施)

(4) 参加予定人数 129名 (フル男子 79名、女子 5名、ライト男子 21名、女子 3名、リレー7組)

(5) スケジュール

前日10月2日(金)【設営・準備】

当日10月3日(土)

【準備・受付】 6：00～7：30 受付、パケットピックアップ、ナンバリング、
トランジションエリアオープン
(この時間内にセッティングを終わらせてください)

7：30～8：00 開会式、競技説明会

8：00～8：20 スイム入水チェック

【スタート】 8：30 フル&リレースタート

8：50 ライトスタート

9：30 スイム制限時間 (海浜公園トランジション：全クラス)

10：10 バイク制限時間 (滝頭エイト[®] 1周目：フル&リレー)

11：40 バイク制限時間 (滝頭エイト[®] 2周目：フル&リレー)

12：30 バイク制限時間 (白谷公民館：全クラス)

13：00 ラン往路制限時間 (衣笠山エイト[®]：全クラス)

14：00 最後尾ゴール予定、競技終了

【競技後】 13：00～ アワードセレモニー (表彰式、キッチンカーランチ)

17：00 全日程終了

【撤収】 16：00～18：00

(6) 大会運営

本大会の主催は、「田原マロードトライアスロン実行委員会」とし、田原市及びその他関係機関、諸団体の後援、協賛、協力のもと実施する。

2 競技実施の判断

(1) 大会の実施及び中止の決定

- ・本大会は、巻末に掲載の「**第1回 OFF-ROAD TRIATHLON in TAHARA (オフロードトライアスロン in 田原) 競技規則**」(以降、「**競技規則**」という)及び「**第1回 OFF-ROAD TRIATHLON in TAHARA (オフロードトライアスロン in 田原)における新型コロナウイルス感染拡大防止対策**」(以降、「**新型コロナ対策**」という)により実施します。

- ・大会の実施については、「気象業務法」及び「水防法」に基づく“警報”又は“注意報”が発令された場合、あるいは当日の天候の状況から大会運営に支障があり、参加者の安全確保が困難と想定される場合に、実施検討委員会で協議の上、実施予定時間の1時間前までに競技の実施有無・内容を決定します。

なお、決定内容は、大会ホームページ及び会場放送にてお知らせいたしますので、各自で確認してください。

- ・本大会は、予備日を設けておりません。雨天決行となります。ただし荒天のため、コース並びに出場者の安全確保(特にスイム競技)が困難であると判断した場合は、競技種目を一部中止、又は変更する場合がございますのでご了承ください。 【変更例】デュアスロン/バイク→ラン
- ・また、新型コロナウイルス感染拡大により本大会を中止する場合があります。中止の場合は、本大会ホームページ及び、登録いただいた電子メールがある場合はメールでもあわせてお知らせします。その際、参加費や参加賞などについては、中止決定時点での必要経費・手続き費用等を除き返金をいたします。

(2) 出場選手の競技中断(中止)

- ・選手の身体の安全を守るため、スタッフ及びスイム競技ではライフセーバーが競技の続行が不可能と判断した場合は、本人の意思にかかわらず競技を中断(中止)させることがあります。

3 保険・治療・救急

(1) 基本事項

- ・保険・治療・救急に関しては、基本的には参加エントリー時の誓約書に記載していただいた通り、自分自身の健康管理に細心の注意を払い、大会及びその他付帯行事の開催中参加に当たって関連して起きた死亡、負傷、その他の事故の場合にも自己の責任において一切処理し、主催者、管理者、役員及び係員並びに参加選手など大会関係者を非難したり責任を問わないものであり、この事は事故が主催者に起因した場合でも同様です。
- ・また、大会及びその付帯行事の開催中、参加者自身の所有品及び用具、コース上において参加者と接触等を起こした人や物に対し一切の責任は参加者自身が持つものとします。
- ・医師などの治療費については、すべて本人の負担となりますので必ず健康保険証を携帯して下さい。(コピー不可)。忘れてきた場合は、事故・急病のとき、保険が適用とならない可能性があります。

(2) 保険

- ・主催者として下記の保険に加入します。もし選手の皆さんが万一事故にあったときは、主催者が加入する保険の補償内容範囲内で補てんが可能です。ケガをされた場合は、速やかに医務テント内スタッフまで、大会当日中に申し出てください。

- ・競技中の傷病応急処置は医務班が担当します。但し、医務班、現地スタッフ等の判断により、救急車などで緊急病院に搬送された場合、その治療費は全て個人負担となります。
- ・競技中の負傷などに対する主催者が補てん可能なのは、大会において加入する保険の適用範囲のみです。（手術、検査、治療は対象外です。）また機材・備品の補償は一切ありません。次の補償内容を必ず確認のうえ、不足と思われる方は、各自において別途保険加入ください。

【補償内容】 保険会社：損保ジャパン（保険代理店アトム）

給付内容／原因		傷 害	熱中症危険補償特約
死亡・後遺障害保険金額		1,500万円	同左
入院保険金（日額）		5,000円	同左
手術保険金	入院時	50,000円	同左
	外来時	25,000円	同左
通院保険金（日額）		2,500円	同左

(3) お支払いする保険金は……

保険金の種類	保険金をお支払いする場合
死亡保険金	急激かつ偶然な外来の事故によりケガをされ、事故の発生の日からその日を含めて180日以内に死亡された場合、死亡・後遺障害保険金額の全額をお支払いします。ただし、既に後遺障害保険金をお支払いしている場合は、その金額を差し引いてお支払いします。 死亡保険金の額＝死亡・後遺障害保険金額の全額
後遺障害保険金	急激かつ偶然な外来の事故によりケガをされ、事故の発生の日からその日を含めて180日以内に後遺障害が生じた場合、その程度に応じて死亡・後遺障害保険金額の4%～100%をお支払いします。ただし、お支払いする後遺障害保険金の額は、保険期間を通じ、死亡・後遺障害保険金額を限度とします。 後遺障害保険金の額＝死亡・後遺障害保険金額×後遺障害の程度に応じた割合（4%～100%）
入院保険金 入院1日目から補償	急激かつ偶然な外来の事故によりケガをされ、入院された場合、事故の発生の日からその日を含めて180日以内の入院日数に対し、1日につき入院保険金日額をお支払いします。 入院保険金の額＝入院保険金日額×入院日数（事故の発生の日から180日以内）
手術保険金	急激かつ偶然な外来の事故によりケガをされ、事故の発生の日からその日を含めて180日以内にそのケガの治療のために病院または診療所において、以下①または②のいずれかの手術を受けた場合、手術保険金をお支払いします。ただし、1事故につき1回の手術にかぎりです。なお、1事故に基づくケガに対して、入院中および外来で手術を受けたときは、＜入院中に受けた手術の場合＞の手術保険金をお支払いします。 ①公的医療保険制度における医師診療報酬点数表に、手術料の算定対象として列挙されている手術（※1） ②先進医療に該当する手術（※2） ＜入院中に受けた手術の場合＞ 手術保険金の額＝入院保険金日額×10（倍） ＜外来で受けた手術の場合＞ 手術保険金の額＝入院保険金日額×5（倍） （※1）以下の手術は対象となりません。 創傷処理、皮膚切開術、デブリドマン、骨または関節の非観血的または徒手的な整復術・整復固定術および授動術、抜歯手術 （※2）先進医療に該当する手術は、治療を直接の目的としてメス等の器具を用いて患部または必要部位に切除、摘出等の処置を施すものにかぎりです。
通院保険金 通院1日目から補償	急激かつ偶然な外来の事故によりケガをされ、通院された場合、事故の発生の日から、その日を含めて180日以内の通院日数に対し、90日を限度として、1日につき通院保険金日額をお支払いします。ただし、入院保険金をお支払いするべき期間中の通院に対しては、通院保険金をお支払いしません。 通院保険金の額＝通院保険金日額×通院日数（事故の発生の日から180日以内の90日限度） （注1）通院されない場合であっても、骨折、脱臼、靱帯損傷等のケガをされた部位（脊柱、肋骨、胸骨、長管骨等）を固定するために医師の指示によりギプス等を常時装着したときはその日数について通院したものとみなします。 （注2）通院保険金の支払いを受けられる期間中に新たに他のケガをされた場合であっても、重複して通院保険金をお支払いしません。



（注）これらの保険金は、政府労災保険、健康保険、加害者からの賠償の有無に関係なくお支払いします。

(4) 保険金をお支払いできない主な場合

- 故意または重大な過失
- 自殺行為、犯罪行為または闘争行為
- 無資格運転、酒気を帯びた状態での運転または麻薬等により正常な運転ができないおそれがある状態での運転
- 脳疾患、疾病または心臓喪失
- 妊娠、出産、早産または流産
- 外科的手術その他の医療処置
- 戦争、外国の武力行使、暴動（テロ行為^{（※1）}を除きます。）、核燃料物質等によるもの
- 地震、噴火またはこれらによる津波

- 頸部症候群（いわゆる「むちうち症」）、腰痛等て医学的他覚所見^{（※2）}のないもの
- ビッケル等の登山用具を使用する山岳登山、ロッククライミング（フリークライミングを含みます。）、航空機操縦（職務として操縦する場合を除きます。）、ハングライダー搭乗等の危険な運動を行っている間の事故
- 自動車、原動機付自転車等による競技、競争、興行（これらに準ずるものおよび練習を含みます。）の間の事故 など

（※1）「テロ行為」とは、政治的・社会的もしくは宗教・思想的な主義・主張を有する団体・個人またはこれと連帯するものがその主義・主張に関して行う暴力的行為をいいます。

（※2）「医学的他覚所見」とは、理学的検査、神経学的検査、臨床検査、画像検査等により認められる異常所見をいいます。

【補償の範囲】

大会当日の選手登録を完了してから同日の閉会式が終了するまで。

(5) 治療

- ・競技中、転倒などによる擦り傷、その他外傷が発生し応急処置が必要になったときは、各エイドステーションにて簡単な治療が受けられるようになっています。また、AEDスタッフも待機しています。
- ・主催者にて準備している医薬品は外傷に対応したもののみになります。現在服用中の内服薬などをご自身でご準備ください。

(6) 救急

- ・競技中にケガ、事故などを見かけた選手は、必ず次の地点にいるスタッフに、概要（誰が、どこで、どのような状態）を伝えてください。選手からの情報が一番早い場合がありますのでご協力ください。重大な場合は、スポーツマンシップにより競技よりも救護の優先をお願いします。
- ・重大事故（死亡など）が発生した場合は、競技全体を中止する場合があります。スタッフの指示に従ってください。
- ・競技中は、緊急車両の通行が最優先となります。緊急車両の通行時はご協力をお願いします。

4 記 録

(1) 計時方法および取り付け位置

- ・アンクルバンドによる非接触センサーシステムにて行います。大会当日、スイム入水チェック前にスタッフよりお渡ししますので、スイムスタートチェック前までに足首に必ず装着してください。（左右どちらでも構いません）
- ・アンクルバンドが外れないように、装着した上から輪ゴムで止めてください。競技中は審判員の指示以外、絶対に外さないでください。

(2) チェックポイント

- ・計時チェックポイントは以下の3か所です。
 - ①スイムフィニッシュ（スイムフィニッシュ：海浜公園トランジョン入口）
 - ②ランスタート（白谷公民館トランジョン入口）
 - ③フィニッシュ地点（総合フィニッシュ）
- ・通過チェックポイントは以下の3か所です。
 - ①スイム1周目陸上地点（スタートゲート部）
 - ②バイク折返し地点（ライトは仁崎チェックポイント、フル&リレーは滝頭エイド）
 - ③ラン折返し地点（衣笠山エイド）

(3) アンクルバンドの返却

- ・返却は、フィニッシュ地点（ランフィニッシュ）通過後、回収箱に投入して返却ください。
- ・棄権及びタイムオーバーの選手は、審判員の指示に従いスタッフに返却してください。

(4) 注意事項

- ・アンクルバンド着用後は、誤作動を防ぐため、必要な時以外は計時・通過チェックポイントに近づかないでください。

- ・アンクルバンドを装着していない選手は、計測ができないばかりでなく出場していないことになるため安否確認ができません。各自で責任を持って管理してください。
- ・アンクルバンドの未返却、もしくは紛失した場合は、紛失料として実費（5,000円）をご負担していただきます。

5 新型コロナ感染防止対策


（1）対策方針と概要

- ・巻末に掲載の「**新型コロナ対策**」により対策を実施します。
- ・記載内容をよく確認していただき、競技参加者、観戦者、大会スタッフは、大会当日のみでなく競技開始前から十分な対策を実施してください。
- ・**くはじめに：対策における考え方の要点**」に記載していますが、本大会の実施をさせていただく開催地の住民・関係者の方の理解と協力を得て、本大会が実施できることから、本大会に集う全ての人にご協力いただき、地域住民と参加者、大会関係者、全ての人が安心して大会を行うことができるよう、対策を実施しますのでご協力お願いいたします。



第1回OFF-ROAD TRIATHLON in TAHARA の ルール

みんなでしっかり新型コロナウイルス感染拡大防止対策

- ・ **「新型コロナウイルス接触確認アプリ(COCOA)」をインストール(スマホの方必須)**
- ・大会前から、**「3密」回避、手洗い・うがい、体調管理をしっかりとしよう**
- ・入場時には、**体温測定！体調不良、37.5℃の発熱の場合は参加自粛しよう**
- ・受付前に**オゾンゲートで消毒、手を消毒液で消毒しよう、タオルは自分専用でね**
- ・近接会話時は**マスク等**をしよう ただし、熱中症対策のため、**野外では2m以上離れてマスクを外そう**
- ・受付前に**「健康チェックシート」**を記入して受付に必ず提出
- ・更衣室は、**密にならないように順番にね**
- ・レース時は、**縦列にならないようにずらして走ろう！**
- ・応援は、**たたきモ/で音で応援！**
密にならないように2m以上離れて応援してね
- ・アワードセレモニーでは、**2m以上はなれて、騒がず、ゆったり楽しく過ごしてね**
- ・発症したらCOCOAへ登録、事務局へすぐ連絡



田原オフロードトライアスロン実行委員会

6 その他

(1) 各種管理に関して

- ・競技用自転車の搬送・管理に関しては、各自の責任で行ってください。（主催者による預り所は設けておりません。自転車の盗難の可能性がありますのでトランジション区域含め施錠することをお勧めします。）
- ・その他各個人の手荷物・貴重品についても、預り所は設けておりません。
参加申込時の誓約事項で確認させていただいた通り、参加者自身の所有品及び用具の責任は参加者自身が持つものとし、各個人での管理をお願いします。

(2) 写真撮影に関して

- ・大会で主催者が撮影した写真はインターネットに掲載します。
著作権は田原トライアスロン実行委員会にあります。なお、自分の写真のみダウンロードは自由とし転用（商用以外）も可能とします。ただし、商用への利用、自分以外の写真のダウンロード、無断使用・転用は一切禁止します。

(3) 大会参加にあたって

- ・オフロードトライアスロンや通常のトライアスロンはスイム（水泳）、バイク（自転車）、ラン（ランニング）を自然の中で連続して行う魅力的なスポーツで近年愛好者が増加していますが、残念なことに競技中の死亡事例が発生しています。特に今回実施するオフロードトライアスロンは、過酷な自然の地形を利用して実施しますので、「レジャースポーツ」としてではなく「競技スポーツ」として認識し、オフロードにおける事前のトレーニング、十分に準備をして大会に臨んでください。
- ・特に、フルクラスでのバイクセクションは、公園の滑り台ほどの傾斜の下りが多数あり、滑りやすく、道幅が50cmほどの箇所も多数あります。事前にマウンテンバイクのレッスンを受け、練習をしっかりと行い、危険とを感じる個所では早め早めに下車をして押して歩くことにより転倒のリスクを下げることができます。
- ・トライアスロンに限らず、マラソンやゴルフや他のスポーツでも運動中に突然死を起こす事例が発生しています。年齢にかかわらず激しい運動と脱水が重なると、人間の心臓は心室細動を起こしやすくなります。この心室細動が起きると心停止の状態になりますので、注意が必要です。最近の半年間のうちに十分な練習と準備が出来ていない場合には、特に注意が必要です。過去に大会出場経験や運動経験があっても過信は禁物です。（昔のイメージを信じて無理をする方は、特に危険です。）
また、ランニング中の心停止は、フィニッシュ付近での発生率が高いことが知られています。限界まで追い込む無理なラストスパートは、特に高強度の練習を十分積んでいない選手は控えてください。
- ・近年スイム競技での突然死が多く起こっております。身体の異変を少しでも感じたら付近のライフセーバーやスタッフに声をかけ、ボードやブイにつかまりながら休息してください。無理な競技続行は危険を伴います。
- ・自分の状況を的確に把握し、無理をしないプランを立ててレースに臨んでください。

Ⅱ 大会当日１０月３日（土）選手受付・競技説明会・競技・アワードセレモニー

1 選手受付

- ・日時 １０月３日（土） ６：００～７：３０ （時間厳守）
- ・場所 白谷海浜公園（東側 本部エリア、イベントエリア（芝生広場））
〒441-3436 愛知県田原市白磯５
- ・移動手段：新型コロナウイルス対策のためできるだけ自家用車で移動ください。
駐車場に入る際に、車のフロントガラスから見えるように、同封する「駐車券」を提示してください。
白谷海浜公園 東側駐車場へ、誘導員の指示に従って駐車してください。

※当日の交通状況により、受付時間に遅れそうな場合は必ず下記にご連絡ください。

連絡先：大会事務局（㈱あつまるタウン田原） TEL：0531-24-2345

- ・①レースナンバー、②氏名、③出場タイプ
- ・事前連絡無く、選手受付できなかった場合、出場出来ない場合がありますのでご注意ください。

(1) 選手受付

- ・白谷海浜公園（東側本部エリア）に設置する大会本部テントで選手受付を行ってください。
登録した観戦者の方も一緒に受付してください。（観戦者の方は下記のうち④は不要）
- ・必要な持ち物・・・①参加証
②運転免許証、パスポート、マイナンバーカード、学生証等の身分証明書
③新型コロナウイルス対策「健康チェックシート」
④誓約書（署名・捺印のあるもの）
※本人確認ができない場合、受付ができませんので、必ず身分が証明できるものをご持参ください。
また、③④の提出がない場合は入場できません。
- ・新型コロナ対策
 - ・駐車場の入口で入場者全員の体温測定（非接触型検温器）を行いますのでご協力ください。
体温測定体温が 37.5℃以上の場合は大会医療代表に報告するとともに、入場をお断りいたします。（発熱が軽度であっても咳・咽頭痛などの症状がある場合は自主的に入場辞退していただけるようお願いします）
 - ・入場場所に消毒が期待できる「オゾンゲート」を設置しますので、ゲートを通過してから受付に来てください。
 - ・受付窓口には手指消毒剤を設置するので、受付前に必ず消毒をしてから受付してください。
- ・受付後、その場で必ず肩、足にボディナンバーの記載を受け、アンクルバンド（計測装置）を装着してください。（ボディナンバー記載の前にワセリン等を塗らないでください。記入ができなくなります。）
- ・選手受付時に以下のものをお渡しします。

- ① アワードセレモニー食事サービス用タグ・・・手首に着用（外すと無効）
- ② トランジションバッグ（中身は下記のとおり）
 - ・スイムキャップ１枚、・ゼッケン２枚（固定用安全ピン８個）、
 - ・バイクナンバー１枚（固定用ストラップ２本）、・記念Ｔシャツ１枚

(2) バイクで使用する車両・ヘルメットについて

- ・受付時に車検（バイクチェック）は行いません。
- ・硬質自転車用ヘルメット、スポーツサイクル店にて大会用に整備された自転車を使用すること。
スポーツバイクを扱うサイクルショップにて、マウンテンバイクの大会に出場する事を伝えていただき、走行に耐えうるように整備と装備をしていただければ結構です。ホイール径やハンドル幅といった使用車両の規定はなく、ファットバイクやシングルスピード、グラベルロードでの出場も可能です。（電動アシスト付きの自転車は全てのクラスで使用禁止です。）

(3) ゼッケン・ナンバー取り付け位置

①バイクナンバー

自転車のハンドルセンター付近に正面から見えるように設置する。

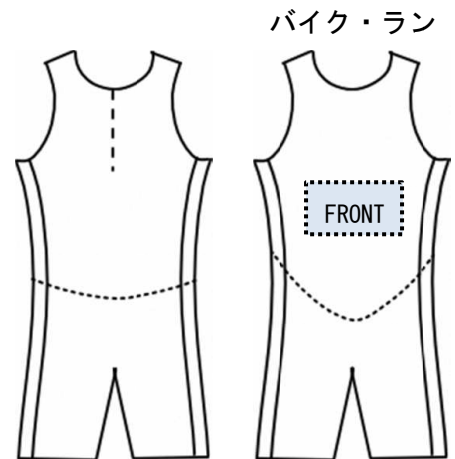


※バイクナンバーの加工(切って小さくするなど)は禁止です。

②ゼッケン（ラン・バイク）

- ・バイク、ランに着用されるウェアは併用されても構いません。
- ・付属の安全ピン又はレースナンバーベルト等をご使用ください。
直接ウェアに縫っていただいても構いません。
- ・審判員が確認するため、**バイク、ランともに前面**は必ず見えるように取り付けて下さい。

ゼッケン取り付け位置



2 競技事前準備

(1) 競技準備（説明会 7 時 30 分までに完了すること）

- ・選手は、自転車、ヘルメット、シューズ等について各自でトランディッションに配置する。
- ・トランディッションエリアは、スイム後と、バイク後の 2 箇所別の場所あります。(5(3)の添付図参照)
バイクスタートは、白谷海浜公園内のグラウンドになりますので間違えないようにセッティングしてください。
ランスタートのトランジションは、白谷区公民館前のグラウンドになります。バイク⇒ランの際にクツ、着替えなどをデポジットする場合はこちらにセッティングしてください。
- ・バイクラックの番号指定、範囲指定はしないので、各自で場所を選択し配置する。(先に設置した人の物には触らないこと。設置した位置を覚えておくこと。必要に応じて施錠すること。)
- ・トランディッションエリアは、適切な間隔をとるため 1 セットのバイクラックに 6 台程度（各方向 3 台程度）とし間隔で区切るラインを設置するのでその範囲内に配置する。
- ・競技に使用しないものは各自保管する。(大会事務局ではあずからない。)

3 開会式・競技説明会

- ・日時 10月3日（土）7：30～8：00
- ・場所 白谷海浜公園 イベントエリア（芝生広場） 特設ステージ前（東側広場）
- ・内容 「新型コロナ対策」に記載のとおり、競技説明と注意事項などの基本事項内容は、この「大会案内（競技説明と注意事項）」、「競技規則」を熟読・理解しておいてください。
当日の競技説明会では、基本事項以外の、当日の水温の状況、コースコンディションやスズメバチ発生箇所など危険箇所等の注意事項、変更事項についてのみ説明を短時間で行いますので、必ずご出席ください。
- ・新型コロナ対策のためステージから5m以上離れ、各個人も2m離隔（両手広げて余裕で当たらない範囲を目安）で聞いてください。
- ・競技全般にわたり、選手は、競技中の位置取りにおいて前の人の呼気の影響を避けるため、極力、前後一直線に並ぶのではなく、並走する、あるいは斜め後方に位置取ること。

4 スイム競技

（1）コース概要

- ・フル&リレーは1周500m×2周（1km）、ライトは500m×1周（0.5km）
- ・海上にブイが2つあり、そこをつなぐロープ・浮きが設置してあるのでコースロープの陸側から西側ブイを回り海側を通過し東側ブイを回って1周500mとなる。
- ・スタートゲートからスタートし、フル&リレーは2周目もスタートゲートをくぐってもう1周する。
- ・規定周を泳いだ後、カーペットに従って、トランジションエリアへ向かう。
- ・スイム会場は潮の流れ、風による波があるので十分に注意して無理をせず競技を行ってください。
- ・当日の満潮時間／6：19 干潮時間／12：37 （福江）

（2）服装

- ・ウェットスーツ等は必ず着用（スプリング、サーフィン用ウェットスーツ（上下の片方のみは不可）、ライフジャケット、フローティングベストも可能（ただし膨張式は不可）、ラッシュガードは禁止）
※トライアスロン競技において最も死亡事故が発生するスイムでの事故を防止するため、緊急時に浮力を確保する膨張式緊急浮力体（レスキューブなど）の携帯を推奨します。
- ・スイムキャップ、ウェットスーツ等が未着用の場合は失格となります。
- ・ウェットスーツは、サイズがきついと胸や腹部を圧迫し、胸腔内圧や腹腔内圧が上昇して心臓を圧迫する危険があるため、何度か使用して身体に馴染んだものを使用することが適切です。ゴムが劣化したものや逆に新品で身体に馴染んでいないものは、レースでの使用は控えることが望まれます。
- ・メガネはスタート（入水）チェック時に「メガネ受渡所」でお預かりし、スイム競技後に同じ「メガネ受渡所」でゼッケンチェックし返却します。（必要に応じてご利用ください）

（3）入水チェック（8時～8時20分）

- ・競技スタート準備として、スタート前にスイムの海水温に慣れるため各自入水チェックをおこなう。
※テクニカルオフィシャルの指示に従い、決められた場所での試泳をお願いします。

(4) スタート・注意事項

- ・スタートは、2メートルの距離をとって並び、フルとリレーは同時、ライトは時間をずらしてスタートとする。 ■フル&リレー 8：30 ■ライト 8：50
- ・周回時にはチェックポイント（スタートゲート）を必ず通過してください。

(5) 制限タイム

- ・スイム制限タイムを9：30までとします。（フル、ライト、リレー共通）

(6) スイムスキップ

- ・体調の優れない方、スイムに自信のない選手及びスイム競技が続行できなくなった方で希望される方は「スイムのみキャンセル、バイクとランだけ競技＝スイム競技のスキップ」をすることが可能です。希望者は無理に泳がずスタッフに申し出て下さい。ただし参考記録となり順位はありません。
- ・スイムスキップの場合のバイク競技スタート時間は、9：10とします。

(7) その他

- ・コースロープには10m間隔で玉ブイが設置されており、競技途中で小休止することが可能です。無理をせず休憩をとってください。ただし、コースロープにつかまって進んではいけません。
- ・コース上には、ライフセーバーを3人配置しています。競技を中止する場合や、救助を必要とする場合は、明確な意思表示をしてください。
- ・スタート直後は込み合います。自信のない方は後方よりスタートしてください。
- ・周回カウントは各自の責任です。

5 トランジション

(1) トランジション内での注意事項

- ・バイクをラックにかけるときは、外側にハンドルがくるようにサドル掛けをしてください。
- ・乗車時はバイクラックからバイクを下す前にヘルメットをかぶりストラップを締め、降車時はバイクラックにバイクを掛けてからストラップを外し、ヘルメットを脱ぐこと。バイクに触れている時はヘルメットを脱ぐ(ストラップを外す)ことを禁止します。
- ・トランジション内ではバイクに乗らないでください。バイクの乗車は、選手の片足が乗車ラインを越えた後に、完全に片足が地面についてから乗車してください。乗車ラインを通過してからもバイクを押して走ることができ、乗車ラインを越えた直後に乗車しなくてもよいです。
バイクの降車は、降車ラインの手前で降車してからトランジションエリアに入ってください。
- ・競技に必要なない物品の持ち込みは最小限とします。荷物は各自管理としスタッフは責任を負いません。

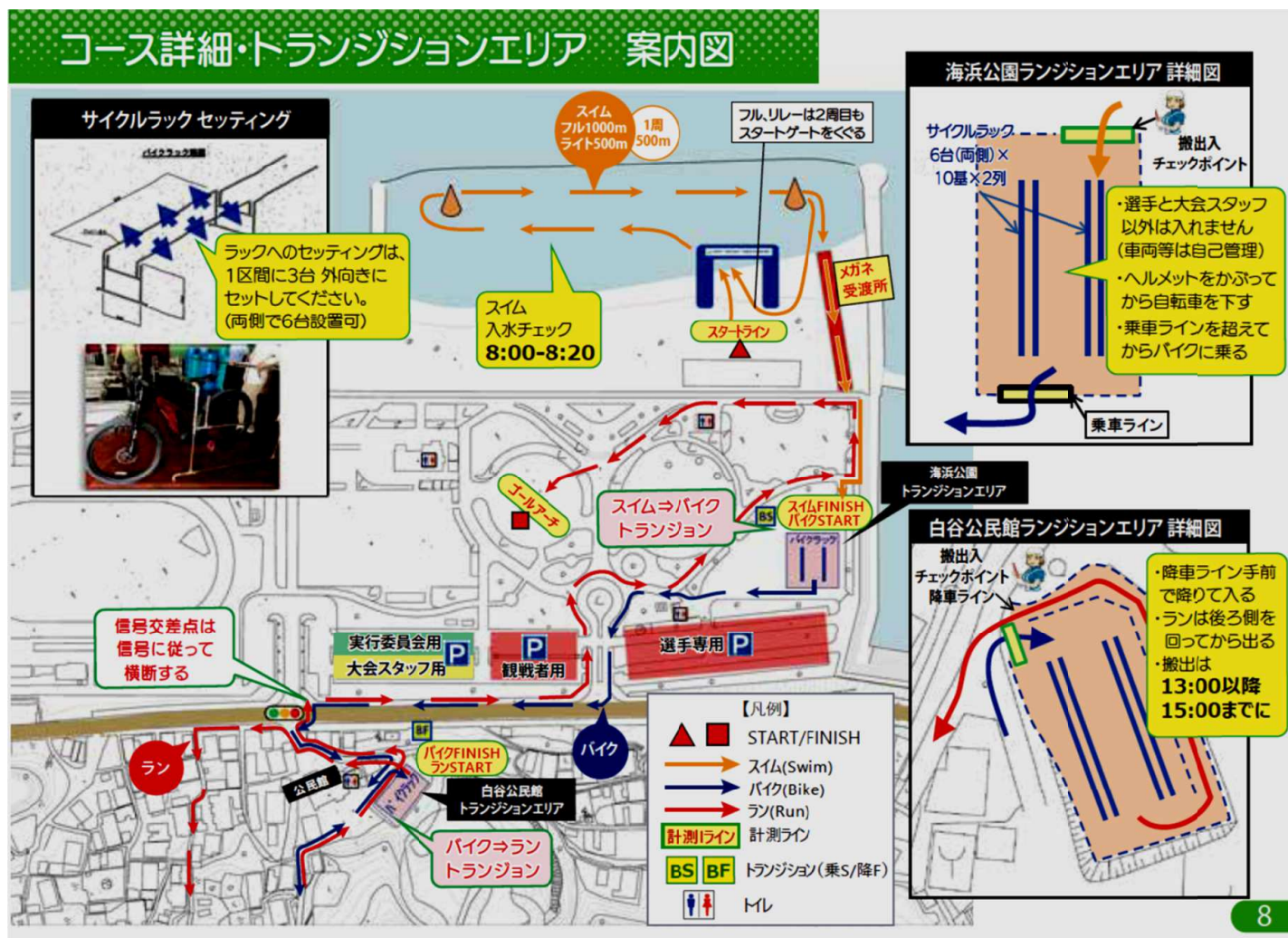
(2) バイクの搬入・搬出について

- ・搬入は大会当日、受付してから6：00～7：30までとします。
- ・スイム⇒バイクとバイク⇒ランのトランジションエリアが別の場所となります。(3)添付図面で確認ください。
- ・トランジション内は、選手と大会スタッフ以外は入れません。
- ・搬出は、大会当日13：00からとします。これ以前の搬出は認められません。
- ・搬入出の際は、スタッフがゼッケンとバイクナンバーを照合しますので搬出チェックを受けてくだ

さい。**搬入出チェックポイント**以外の場所からは絶対に搬入出しないでください。

- ・ 15:00までに必ずバイクの搬出を行ってください。車両等私物については自己責任で管理ください。

(3) トランジション配置図 ……添付図参照



6 バイク競技

(1) コース概要

- ・フル&リレーは20.0km、ライトは11.5km
- ・ライトのコースは、概ね舗装路、一部フラットダート、さらに一部山岳ダート。
フル&リレーのコースは、ライトのコースにプラスして、公園の滑り台ほどの傾斜の下りが多数あり、滑りやすく、道幅が50cmほどの箇所も多数ある山岳ダート。また、階段部分があるので降車して自転車を担ぎ移動する区間もあります。
- ・事前にマウンテンバイクのレッスンを受け、練習をしっかりと行い、危険とを感じる個所では早め早め下車をして押して歩くことにより転倒のリスクを下げることができます。
- ・バイクスタートしてから、公園内通路を通過し、一般県道の自転車歩行者道を通過、その後、県道を信号交差点を横断するので、信号を守り、一般交通の自動車・歩行者に注意して通行する。
- ・往復コースとなっているので、必ず左寄りを通行し、カーブでは徐行して、対向車との接触が無いようにしてください。

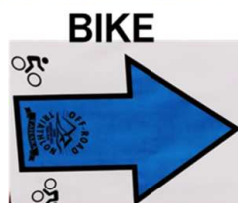
【ルート案内方法】・・・巻末の「コースマーキングについての説明」P16-参照

下記の矢印看板、リボン（バイク青色、ラン赤色）により要所でコースを示す。

看板は樹木を傷めない方法で設置。（テープ設置、折れた枝などを活用）

- ・バイクは青色矢印。進方面に向けて矢印を向ける。
- ・ランは赤色矢印。
- ・分岐のない部分では一定間隔で木などにリボンを結んで垂らす。
特にランの森の中は約20mおきに取り付け。
- ・矢印はプリントしてラミネートしテープなどで設置する。
- ・注意個所は「下車」「ブレーキ」「立入禁止」の看板設置しますので、コースの状況をよく確認して対応してください。「下車」場所は必ず下車してください。

サインの掲示例



※表示の形は上記例と異なる場合がありますので注意して進んでください。

(2) 服装

- ・安全対策のため必ず硬質自転車用ヘルメットを着用してください。未着用の場合は失格となります。
- ・ウェアについては指定ありません。山岳オフロードで転んでもケガをしない対策をしてください。

(3) 競技注意事項

- ・バイクをラックから出す前にヘルメットのストラップを装着し、バイクをラックに置いてからストラップを外すこと。
- ・地元住民の通行を優先し、すれ違いの際は必ず歩く程度のスピードで徐行し挨拶をすること。
- ・コース上では警察、スタッフの指示に必ず従うこと。
- ・交通ルールを遵守し、交差点通過時には信号を守ること。
- ・すべてのコースで、**必ず左側（左寄り）を通行**すること。
- ・危険箇所が無理な追い越しを行わない。
- ・シングルトラック（1人が通れるだけの細い道）では速い選手に後ろから声を掛けられたら必ず譲ること。
- ・メカトラブルは自分で対応すること。選手間でのアシストはOK。観客等からのアシストはNG。
- ・合流地点や追い越しをする際は、声を掛け合って安全に注意し走行してください。
- ・ドラフティングはペナルティになりません。

(4) 制限タイム

- ・滝頭エイト` 1周目 10 : 10、滝頭エイト` 2周目 11 : 40、白谷公民館トランジョンエリア 12 : 30 としますので、これを超えて通過できません。エスケープルート（一般道）を利用してスタート地点に各自で戻ってください。（交通ルールは厳守、地域の皆さんには挨拶）

7 ラン競技

(1) コース概要

- ・白谷公民館トランジョンエリアをスタート、白谷区の住宅街を通過、地域の守り神である八柱神社の参道の階段を駆け上がり、神社裏山の山林をぬけ、フル&リレーは衣笠山（▲279m）まで、ライトは衣笠山エイト`まで林間を登り下りするコースです。
- ・フル&リレー 5.5km（高低差 279m）、ライト 3.7km（高低差 215m）
- ・神社裏山山林を抜けてから、バイクコースと交差するため、舗装路に出る前にいったん停止し、バイクに注意してキープレフトで走行してください。
- ・林間コースでは、リボン（赤色）を約20mピッチに設置してコースを示しますので、コースをロストしないように気を付けてください。
- ・衣笠山エイト`をチェックポイントとします。

(2) 競技注意事項

- ・住宅街では、地域住民とすれ違う時は必ず挨拶し、迷惑をかけないようお願いします。
- ・林間では、スズメバチやヘビなど自然にいる生き物などに十分注意して競技をしてください。
（コースは事前にスタッフが危険箇所をチェックし当日の競技説明会で説明しますので必ず出席して聞き漏らさないようお願いします。見過ごす箇所もあるので個人で十分注意してください）

(3) 制限タイム

- ・衣笠山エイト` 13 ; 00 全競技終了時刻 14 : 00

8 エイドステーション

- ・コース上、全部で3か所準備しております。十分給水してください。
■衣笠山エイド、■仁崎峠エイド、■滝頭エイド
- ・エイドステーションでは、新型コロナ対策のため、水・スポーツドリンクのみ、紙コップで提供するものとし、セルフ方式（スタッフから手渡しをしないで選手が直接取る方法）とする。
- ・食糧等は提供しないので各自準備すること。ごみはコースに放置せず持ち帰ること。
- ・バイクでエイドを利用する際は、必ず両足をついて取って下さい。

9 フィニッシュ

- ・フィニッシュの際は、レースナンバーがしっかり見えるよう、慌てず素敵な笑顔でフィニッシュして下さい。
- ・フィニッシュテープは、新型コロナ対策のため設置しません。
- ・フィニッシュ後、アンクルバンドをはずして、回収箱に投入してください。
- ・フィニッシュ後に、準備が整ってから完走証を本部受付にてお渡しします。準備ができましたら、放送で連絡します。各自のゼッケン番号で分かるように配置するので、各自でお取りください。
- ・制限時間（14：00）オーバーまたは運営に支障があると予想される場合も、競技を停止される場合がありますのでご了承ください。

10 アワードセレモニー・表彰式

- ・フィニッシュ後は、まず新型コロナ対策のため手等の消毒、シャワー（海岸に無料シャワー[水のみ]あり）などを行ってください。
- ・その後、芝生イベントエリアで、アワードセレモニーをお楽しみください。
キッチンカーで食べ放題メニューをお楽しみいただくとともに、食べ放題メニュー以外は自費での飲食をお楽しみください。
食べ放題メニューを注文の際は、受付でお渡しした「アワードセレモニー食事サービス用タグ・手首に着用（外すと無効）」を見せてください。無い場合は自費清算になります。
- ・芝生イベントエリアには、ビーズクッションを2m以上程度の間隔で置きますので適宜利用し、周囲の人となるべく2m以上の距離をとって対面を避け、会話は控えめに楽しんでください。
（同じトング等での大皿での取り分けや回し飲みはしないでください）
- ・14：00～14：30を目途に、タイプ別男女総合（1～3位）、フル年代別1位の表彰式を行います。表彰対象者を1人ずつコールしますので、コールした人のみステージに上がっていただき、予めセットした賞状、トロフィー、賞品を受賞者自ら取ってください。（新型コロナ対策として手渡ししない方法とする）

Ⅲ その他

1 連絡事項

- ・ゴミは各自でお持ち帰りください。
- ・各自持ち込みした物品や機材は、各自で管理をお願いします。
- ・大会当日以外は、練習としてのコース試走はしないでください。(地域の方との約束です)

2 観戦に関して ※選手から応援の方にお伝えください。

- ・観戦できるエリアは、白谷海浜公園内、滝頭公園内のみです。それ以外のコース沿道での応援はしないでください。(観戦場所、滝頭公園に移動した場合の駐車場、移動経路は「大会誌」をご覧ください。
- ・観戦エリア内のコース沿いの観戦ポイントへの立ち入りは、現地案内に従って通行してください。
- ・コース内は、観戦者は立ち入らないようにお願いします。やむを得ずコースを横断する場合は、選手が通行しない時にのみ行ってください。
- ・沿道からの差し入れは禁止です。
- ・競技コース上に落書き等(応援メッセージを含む)をすることは禁止します。
- ・新型コロナ対策として、応援時は、感染リスクが高い、ハイタッチ等の濃厚接触、集団での動きを伴う応援、指笛、ホイッスルなどは自粛し、声援時はマスクを着用し、隣の人と2m以上距離を保っての観戦をしてください。(たたいて音を出すものはOKです)
ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

安全第一をモットーに、オフロードトライアスロンを楽しんでください。

みなさまの御健闘をお祈りいたします。

第1回 OFF-ROAD TRIATHLON in TAHARA (オフロードトライアスロン in 田原) 競技規則

<総則>

1. 「OFF-ROAD TRIATHLON in TAHARA」大会（以下「本大会もしくはオフトラ」という。）を開催することにより、産業及びスポーツ振興を図り、自転車を活用した活力あるまちづくり、アウトドアツーリズムによる交流人口の拡大、田原市の市街地活性化に貢献することを目的とし実施する。
2. 本大会の競技規則として、田原オフロードトライアスロン実行委員会が定める下記競技規則（オフトラルール）に基づき実施する。
3. 催事は時間を順守し実施する。気象条件・環境により安全確保が難しい場合、競技開始前、競技中にかかわらず競技を変更、中止する。

<競技規則（オフトラルール）>

■基本事項

1. 競技者及び随行者は、良識ある社会人として、法等の遵守、節度を保って参加する。
また、別に示す新型コロナウイルス感染拡大防止対策を行い参加する。
2. 競技者は、このオフトラルール、競技大会スケジュールを遵守し、主催者の競技説明を必ず読む・聞くとともに十分理解したうえで出場するものとし、コースミスや事故の責任は選手個人が負うものとする。

■必ず守る注意事項

1. 大会当日以外ではコース走行は絶対におこなわないこと。
2. コーステープ、注意看板がある箇所には絶対に立ち入らないこと。
3. 交通ルール、信号の厳守。信号の監視員、スタッフの誘導に必ず従うこと。
4. 地元住民の通行を優先し、すれ違いの際は必ず歩く程度のスピードで徐行し挨拶をすること。
5. コース上で排便行為は絶対におこなわないこと。

■BASIC RULES（基本ルール）

1. 自然を大切に尊重すること。
2. トレーニング、レース中においてもハイカー等のオフトラ参加者以外に注意し、迷惑をかけぬこと。
3. あくまでも「大会のために公共の一部を間借りさせてもらっている」ということを忘れぬこと。
4. レースではマーキングを自分でしっかり確認して進むこと。
5. 体調不良、怪我やメカトラの場合は無理して進まぬこと。チャレンジの機会はまた訪れます。
6. どんな時も楽しむこと！理不尽さを楽しむのが自然の中のオフロード。

■SWIM（スイム競技）

1. ウェットスーツ、ライフジャケット（膨張式は不可）、バッグ型救命補助浮き具の着用義務。
2. 泳ぐ、浮く以外で進んではいけない、コースロープや浮き輪につかまって休むことは許されるが、ロープを伝って進んではいけない。
3. 手首、足首から先には何も装着してはいけない。フィンやパドル等。

■BIKE（バイク競技）

- 1.電動アシスト付きバイクの使用は認めない。人力のみ。（電動コンボはOK）
- 2.こぐ、押す、担ぐ以外の方法で進んではいけない。
- 3.バイクをラックから出す前にヘルメットのストラップを装着し、バイクをラックに置いてからストラップを外す。
- 4.危険箇所が無理な追い越しを行わない。
- 5.シングルトラック（1人が通れるだけの細い道）では速い選手に後ろから声を掛けられたら必ず譲ること。
- 6.ドラフティングはペナルティになりません。
- 7.レースゼッケンに加工を施さないこと。
- 8.レースゼッケンを必ず前面に装着すること。
- 9.メカトラは自分で対応すること。選手間でのアシストはOK。観客等からのアシストはNG。
- 10.コース上では警察、スタッフの指示に必ず従うこと。

■RUN（ラン競技）

- 1.レースゼッケンを必ず体の前面に装着すること。
- 2.走る、歩く、這う、転がる以外の方法で進んではいけない。
- 3.危険箇所が無理な追い越しを行わない。
- 4.コース上では警察、スタッフの指示に必ず従うこと。

■TRANSITION（乗換え）

- 1.エリアを示すラインを越えるまでバイクに乗らないこと。
- 2.エリアを示すラインの手前でバイクから降りること。
- 3.他人のスペースを侵略したり、置いてある物を動かさないこと。

■禁止行為

- 1.他の選手を妨害したり、スポーツマンらしくない振る舞いや、下品、汚い言葉を発した選手は警告、降格、失格の対象となる。
- 2.会場内でゴミの投棄や自然破壊、コース破壊などの行為があった場合は失格の対象となる。
- 3.イヤホン等による音楽を聴きながらのレースは禁止する。

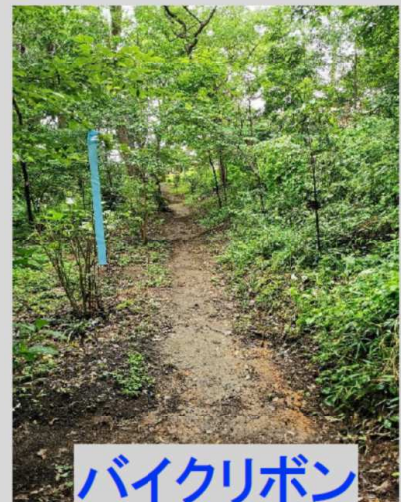
■抗議

- 1.いかなる抗議もフィニッシュから1時間以内に文書で大会運営者に提出しなければならない。抗議者は抗議内容をできるだけ詳細に書き、証明をして提出する。
- 2.口頭での抗議は一切受け付けない。

『コースマーキングについての説明』

※写真は実際のコースではなくイメージとなります

- バイクは青色の矢印、リボンにて掲示
- ランは赤色の矢印、リボンにて掲示
- 矢印で示された方向に曲がって進んでください
- 直進が続く場合には要所要所にリボンがあります



- コース上には階段があり、「階段」のマーク手前には「注意」または「徐行」マークがあります



- 「下車」のマークでは、この先に危険箇所(大きな落差、急な落ち込み)、または車止めの柵があり、下車をしてください

- 「注意」のマークは、道幅の狭い箇所(道幅50センチ程度)や、急勾配の下り坂、滑りやすい路面といった箇所にマークされています

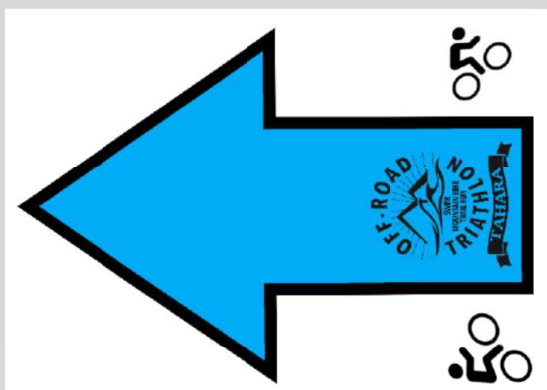


- コース全域にわたり、三河湾国定公園に指定され貴重な植物が自生しており、保護のために「**注意**」のマークがあり、テープで囲われた箇所には絶対に入らぬようお願いいたします

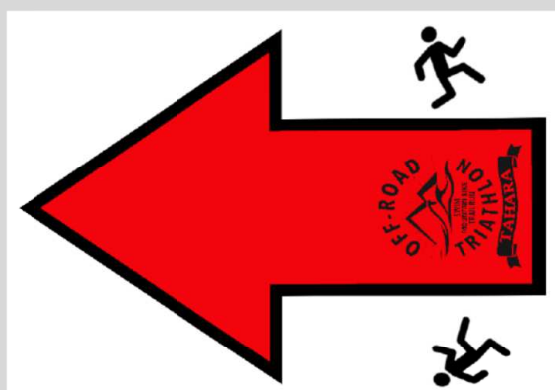


- 「**徐行**」と「**注意**」や、「**徐行**」と「**矢印**」といった組み合わせや、危険な個所では手前から「**徐行**」や「**注意**」のマークを多数掲示しますので、マークを見落とさないようにし、マークに従っての走行をお願いいたします

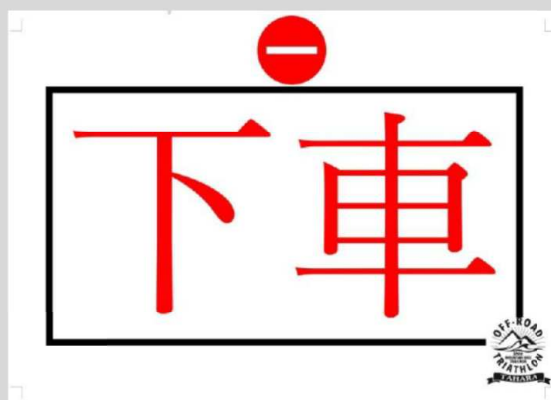




バイク



ラン



第1回 OFF-ROAD TRIATHLON in TAHARA（オフロードトライアスロン in 田原）における 新型コロナウイルス感染拡大防止対策（令和2年8月24日時点版）

注：本対策は、2020年8月24日現在の情報に基づき記載しています。

内容は最新の情報に基づき適宜更新されることにご注意ください。

<総則>

1. 「OFF-ROAD TRIATHLON in TAHARA」大会（以下「本大会」という）の新型コロナウイルス対策として、下記事項に基づき実施し感染拡大防止に努める。
2. この対策は、JAPAN TRIATHLON UNION のホームページに掲載の COVID-19 国内向け運営ガイドライン「大会開催に際して注意する点」2020年5月28日版(JTU イベントチーム、技術委員会、審判委員会、メディカル委員会が中心となり作成した、日本国内向けの運営ガイドライン「新型コロナウイルス対策：大会開催に際して注意する点」）を参考に最新の厚生労働省の「新しい生活様式」を踏まえ作成している。
3. この対策は、標記時点の対策内容であり適宜更新する。

<はじめに：対策における考え方の要点>

長い社会生活自粛という苦境を経験し、これからも一定の制限を受けながら生きていくウィズコロナの時代となっており、多くのスポーツイベントが中止を余儀なくされている現状であります。関係者間でできる限りの協議を重ね、準備を進めてきた結果、現状必要となる対策を適切に実施することで、地域住民、自治体、関係機関の承諾を得て、本大会を開催することになりました。

本大会は屋外で行う個人競技のため、新型コロナウイルス感染のリスクは低いスポーツですが、大会会場における局所的に人が集まる場面と、大会会場までの移動場面は感染のリスクが高くなることも踏まえ、大会実施前から参加者自らが対策をして準備したうえで、ウイルスの感染経路である飛沫感染と接触感染の2つをよく理解し、「3密」を避けた対応と、熱中症対策の両方の対策をふまえて大会を実施します。

感染していても無症状の期間があり、自覚無く他人に感染させてしまうことと、ヒトの身体を離れても条件によって数日は感染性を有していることがあり、誰もが知らない間にウイルスを運んでしまう危険性があります。誰かがウイルスを大会会場に持ち込み、大会がクラスターとなることは絶対に避けなければなりません。

本大会の実施をさせていただく開催地の住民・関係者の方の理解と協力を得て、本大会が実施できることから、本大会に集う全ての人にご協力いただき、地域住民と参加者、大会関係者、全ての人が安心して大会を行うことができるよう、以下の対策を実施しますのでご協力お願いいたします。

＜大会実施の判断と対応＞

1. 新型コロナウイルス感染拡大により本大会を中止する場合は、本大会ホームページ及び、登録いただいた電子メールがある場合はメールでもあわせてお知らせします
その際、参加費や参加賞などについては、中止決定時点での必要経費・手続き費用等を除き返金をいたします。
2. 上記以外における中止の場合は、入金手続き完了後はいかなる理由であっても、申込のキャンセル、参加費は返金できません。

＜参加選手・観戦者の方が行う対策＞

1. 基本事項

感染拡大のために参加者に守っていただきたい事項を以下に記します。

守っていただけない場合には、他の参加者の安全を確保する等の観点から、大会への「参加を取り消したり、途中退場を求めたりすることがあり得る」ということをご理解、ご協力お願いいたします。

※ 基礎疾患（特に肺疾患、心疾患、高血圧、糖尿病など）のある方、喫煙者の方は、自らが感染した場合重症化する割合が高いため、大会申込み、参加、大会会場への来場をお勧めしません。

2. 大会前の対策と対応

- (1) 普段から「密閉」「密集」「密接」を避け、こまめな手洗い・うがい、咳エチケットに気をつけ健康維持に努めていただき、大会会場でも同様をお願いします。
大会に参加する個人や団体は、大会の前後のミーティングや懇親会等においても、三つの密を避けること、会話時にマスクを着用するなどの感染対策を行ってください。ただし、熱中症を防止する観点から厚生労働省から発表された「新しい生活様式」に示された、野外で人との距離が2m以上離れている場合は、マスクを外し、熱中症予防に努めてください。
- (2) 移動手段としては、公共交通機関をできるだけ避け、自家用車での移動を推奨いたします。必要な駐車場は主催者が確保します。
- (3) 健康管理として、大会前に、別途作成する「健康チェックシート」（体温、咳、痰、鼻汁、咽頭痛、息苦しさ、倦怠感、食欲低下、味覚異常・嗅覚異常の有無、近親者に左記の症状がないかなど）に記入を行い、大会会場受付で提出してください。
- (4) 以下の事項に該当する場合は、来場せず欠場してください。
その場合は、大会事務局へ電話連絡等してください。
ア 体調がよくない場合（例：発熱・咳・鼻汁・咽頭痛・息苦しさ・倦怠感・食欲低下・味覚異常・嗅覚異常などの症状がある場合）。
イ 同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がいる場合。
ウ 過去 14 日以内に政府から入国制限、入国後の観察期間を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場合。
- (5) マスク・フォエースシールド等（以下、「マスク等」という）の対策をしていただくため事前に準備する。
- (6) 行動記録：大会前後 14 日間の出向いた場所、同行者について、特に人混みに入る場合だけでも

可能な範囲で記録しておいてください。

- (7) 厚生労働省の接触確認アプリ COCOA を、参加者・観戦者・大会スタッフ等の来場者全員がインストールし活用していただき、検査の受信など保健所の早期サポートにつなげる。

3. 大会当日の対策と対応

- (1) 会場内では感染防止のために主催者が決めたルールに従うこと。
- (2) 大会中、全ての来場者はマスクを携帯し、競技中以外の参加受付時や着替え時等、人と2m以内で会話する場合にはマスクを着用してください。ただし、熱中症を防止するため野外で人との距離が2m以上離れている場合は、マスクを外してください。対人距離をできるだけ2m以上（両手を伸ばして当たらない範囲）を確保すること。（障がい者の誘導や介助を行う場合を除く。）
- また、トイレ等の手洗いの石鹸を活用し20秒以上の手洗いを随時行うとともに、マイタオルを持参して手拭を行うようにする。
- (3) 入場時、受付時には下記の対応を行いますのでご協力ください。

ア入場時の消毒等について

- ・入場場所に消毒が期待できるオゾンゲートを設置しますので、ゲートを通過してから受付に来てください。
- ・受付窓口に手指消毒剤を設置するので、受付前に必ず消毒をしてから受付してください。

イ体調の確認について

- ・駐車場の入場時に、乗車している全員の体温測定を行います。
体温が37.5℃以上の場合は、大会医療代表に報告するとともに、該当者の入場をお断りいたします。（発熱が軽度であっても咳・咽頭痛などの症状がある場合は自主的に入場辞退していただくようお願いいたします）
- ・参加者は、受付時に事前に記入した「健康チェックシート」（体温、咳、痰、鼻汁、咽頭痛、息苦しさ、倦怠感、食欲低下、味覚異常・嗅覚異常の有無、近親者に左記の症状がないかなど）を受付で提出してください。提出がない場合は入場できません。
また、③の質問で有りがある場合は入場を自粛してください。

【健康チェックシートの内容】

- ① 氏名、年齢、住所、連絡先（電話番号）※個人情報取扱注意
- ② 大会当日の体温
- ③ 大会前2週間における以下の事項の有無
 - ア 平熱を超える発熱
 - イ 咳（せき）、のどの痛みなど風邪の症状
 - ウ だるさ（倦怠（けんたい）感）、息苦しさ（呼吸困難）
 - エ 嗅覚や味覚の異常
 - オ 体が重く感じる、疲れやすい等
 - カ 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の有無
 - キ 同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がいる場合
 - ク 過去14日以内に政府から入国制限、入国後の観察期間を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場合

(4) 更衣室について

更衣室として、野外テントを準備するが、感染リスクが比較的高いところであるため、人数制限を設けるので順番に入り速やかに着替えを行い、完了したらすぐに退室すること。

(5) 競技説明会

競技説明と注意事項などの基本的説明内容は、事前に送付する「大会案内（競技説明と注意事項）」に記載するので熟読・理解して参加すること。

当日の競技説明会では、基本事項以外の当日の水温の状況、コースコンディションやスズメバチなどの発生状況等の注意事項、変更事項についてのみ説明を短時間で行うものとする。

(6) 選手は、競技中の位置取りにおいて前の人への呼気の影響を避けるため、可能であれば前後一直線に並ぶのではなく、並走する、あるいは斜め後方に位置取ること。

(7) スタートは、フルとリレー、ライトを分けて出発し、スタート時には各選手が2 m程度離れるようにする。

(8) 競技に際して以下について配慮すること

ア 競技中に、唾や痰をはくことは極力行わないこと。

イ タオルの共用はしないこと。

ウ 道具の共有は禁止し、特に水のボトルやコップは共有しないこと。

エ 飲みきれなかったスポーツドリンク等を指定場所以外（例えば走路上）に捨てないこと。

オ フィニッシュエリアで選手同士が集まらないこと。

(9) エイドステーション、フィニッシュテープ

エイドステーションでは、水及びスポーツドリンクなどを準備し、紙コップで提供するものとし、セルフ方式（ボランティアから手渡しをしないで選手が直接取る方法）とする。熱中症予防のため水分・塩分をしっかりとってください。

食糧等は提供しないので各自準備すること。ごみはコースに放置せず持ち帰ること。

フィニッシュテープは多くの人々が接触することになるため設置しない。

(10) 応援時は、感染リスクが高い、ハイタッチ等の濃厚接触、集団での動きを伴う応援、指笛、ホイッスルなどは自粛し、声援時はマスクを着用し、隣の人と2 m以上距離を保っての観戦をすること。

(11) 競技後のアワードセレモニーでの表彰については、手渡しを回避し1度に多人数が接触しないようにするため、各クラスの1位～3位の3人ずつコールした人のみステージに上がり間隔をあけて立ち、セットされた賞状、トロフィー、賞品を自ら取り、写真撮影後に席へ戻るようにする形とするのでご理解・ご協力をお願いします。

(12) 競技後のアワードセレモニーでの飲食については、指定場所以外で行わず、周囲の人となるべく2 mの距離をとって対面を避け、会話するときはマスクを着用してください。ただし、熱中症を防止するため野外で人との距離が2 m以上離れている場合は、マスクを外してください。キッチンカーでの食事提供の際には、前の人と2 mの間隔をあけて並ぶこと。また、同じトング等での大皿での取り分けや回し飲みはしないこと。


4. 大会後の対応

- (1) 大会終了後2週間以内に新型コロナウイルス感染症を発症した場合は、大会事務局へ速やかに濃厚接触者の有無等について報告する。



第1回OFF-ROAD TRIATHLON in TAHARA の ルール

みんなでしっかり新型コロナウイルス感染拡大防止対策

- ・ **「新型コロナウイルス接触確認アプリ(COCOA)」をインストール**(スマホの方必須)
- ・大会前から、「3密」回避、手洗い・うがい、体調管理をしっかりしよう
- ・入場時には、体温測定！体調不良、37.5℃の発熱の場合は参加自粛しよう
- ・受付前にオゾンゲートで消毒、手を消毒液で消毒しよう、タオルは自分専用でね
- ・近接会話時はマスク等をしよう ただし、熱中症対策のため、
野外では2m以上離れてマスクを外そう
- ・受付前に「健康チェックシート」を記入して受付に必ず提出
- ・更衣室は、密にならないように順番にね
- ・レース時は、縦列にならないようにずらして走ろう！
- ・応援は、たたきモ/で音で応援！
密にならないように2m以上離れて応援してね
- ・アワードセレモニーでは、2m以上はなれて、騒がず、ゆったり楽しく過ごしてね
- ・発症したらCOCOAへ登録、事務局へすぐ連絡



田原オフロードトライアスロン実行委員会

＜大会主催者が行う対策＞

1. スタッフ各個人の対応

スタッフ各位も選手同様以下の対策を実施する。

- (1) 普段から「密閉」「密集」「密接」を避け、こまめな手洗い・うがい、咳エチケットに気をつけ健康維持に努めていただき、大会会場でも同様とする。
大会に参加するスタッフは、大会の前後の準備・片付、ミーティング等においても、三つの密を避けること、会話時にマスクを着用するなどの感染対策を行う。ただし、熱中症を防止するため野外で人との距離が2m以上離れている場合は、マスクを外してください。
- (2) 移動手段としては、公共交通機関をできるだけ避け、自家用車での移動を行う。
- (3) 以下の事項に該当する場合は、来場せず代理をたて担当長に連絡し欠席すること。
ア 体調がよくない場合（例：発熱・咳・鼻汁・咽頭痛・息苦しさ・倦怠感・食欲低下・味覚異常・嗅覚異常などの症状がある場合）。
イ 同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がいる場合。
ウ 過去14日以内に政府から入国制限、入国後の観察期間を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場合。
- (5) 大会会場ではマスク・フォエースシールド等（以下、「マスク等」という）を各自準備し着用する。
多くの選手等と接触する受付の担当、賞品受け渡し担当、コロナ対策班の担当は、事務局が準備するゴム手袋を着用して実施する。
- (6) 行動記録：大会前後14日間の出向いた場所、同行者について、特に人混みに入る場合だけでも可能な範囲で記録すること。
- (7) 厚生労働省の接触確認アプリCOCOAを、参加者・観戦者・大会スタッフ等の来場者全員がインストールし活用していただき、検査の受信など保健所の早期サポートにつなげる。

2. スタッフ配置・資機材の配置

- (1) 全体のスタッフについて、必要最低限のボランティア数で対応する。
- (2) 大会スタッフと別でコロナ対策班を設置し、下記による適切な資機材の配置、実施状況のチェックをおこない、感染拡大防止に努める。

【資機材の準備・配置】

- ・衛生用品（マスク、消毒液、石鹸(ポンプ式)、ゴム手袋、体温計[非接触型]など）の必要数を確認し調達を行う。
- ・衛生用品の各所への配置計画（受付、説明会会場、トランジション、トイレなど）をたて配置する。
- ・受付に「健康チェックシート」提出用のBOXを準備
- ・手洗い場には石鹸（ポンプ型）を用意し、「手洗いは20秒以上」等の掲示をする。（参加者にはマイタオルで手拭を行うようにしてもらう）
- ・トイレ内の複数の参加者が触れると考えられる場所（ドアノブ、水洗トイレのレバー等）については、こまめに（1日数回）消毒する。
- ・トイレの蓋を閉めて汚物を流すよう表示する。

- ・衛生用品（例えばティッシュ、タオル、衛生用品）を安全に廃棄するための密閉式ゴミ箱を必要箇所に用意する。
- ・受付には、透明ビニールカーテンなどを設置し遮蔽する。
- ・選手が受付で、密に並ばないように2 m間隔にラインを設置し適切な距離をとれるようにする。
- ・トランディッションエリアは、適切な感覚をとるため1セットのバイクラックに6台程度（各方向3台）とし間隔で区切るラインを設置する。
- ・フィニッシュした後の誘導線を引き、参加者が滞留しないようにする。
- ・フィニッシュ後に飲食を提供する際は、個包装された物を用意する。

（3）医療体制を整える

3. 受付の対応方法

- （1）駐車場の入場時に、乗車している全員の体温測定を非接触体温測定器により行う。
体温が37.5℃以上の場合は大会医療代表に報告し、該当者の入場をお断りする。
- （2）BOXを準備し、「健康チェックシート」提出してもらい記載内容を確認し、③の質問で「有」がある場合は入場をご辞退いただくようにする。
提出がない場合、忘れた場合は、別テーブルで記載していただく。

【健康チェックシートの内容】

- ① 氏名、年齢、住所、連絡先（電話番号）※個人情報取扱注意
- ② 大会当日の体温
- ③ 大会前2週間における以下の事項の有無
 - ア 平熱を超える発熱
 - イ 咳（せき）、のどの痛みなど風邪の症状
 - ウ だるさ（倦怠（けんたい）感）、息苦しさ（呼吸困難）
 - エ 嗅覚や味覚の異常
 - オ 体が重く感じる、疲れやすい等
 - カ 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の有無
 - キ 同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がいる場合
 - ク 過去14日以内に政府から入国制限、入国後の観察期間を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場合

- （3）参加者に渡す、ゼッケン、スイムキャップ、記念Tシャツ等は1つの袋に入れ、番号をわかるようにしておき、受付担当が参加者証番号で照合したうえで、各自でとってもらうようにする。（手渡しをしないように工夫する）

4. 更衣室について

- （1）更衣室として、野外テントを準備するが、感染リスクが比較的高いところであるため、人数制限を設けて、入り口に明示する。
- （2）1時間に1度の頻度で更衣室内を除菌スプレーで清掃する。

5. 競技説明会

- (1) 競技説明と注意事項などの基本的説明内容は、事前に送付する「大会案内（競技説明と注意事項）」に記載して周知する。
- (2) 当日の競技説明会では、基本事項以外の当日の水温の状況、コースコンディションやスズメバチなどの発生状況等の注意事項、変更事項についてのみ説明を短時間でを行うものとする。

6. 競技中、競技後での対応

- (1) スタートは、フルとリレー、ライトを分けて出発し、スタート時には各選手が2 m程度離れるようにする。
- (2) エイドステーションでは、水のみ紙コップで提供するものとし、セルフ方式（ボランティアから手渡しをしないで選手が直接取る方法）とする。
食糧等は提供しない。ごみはコースに放置せず持ち帰るよう指導する。終了後、コース上のゴミをチェックし落ちていれば回収してくる。
- (3) フィニッシュテープは多くの人が接触することになるため設置しない。
- (4) 競技後のアワードセレモニーでの表彰は、表彰対象者3人ずつコールし、コールした人のみステージに上がってもらい間隔をあけて立ち、予めセットした賞状、トロフィー、賞品を受賞者自ら取ってもらう形をとる。（手渡ししない方法とする）
- (5) 競技後のアワードセレモニーでの飲食場所は、エリアを限定し、エリア内にあらかじめ消毒したビーズクッションを2メートル間隔に配置し、そこで食事をしていただく。食事は、キッチンカーで提供し、各キッチンカーでの食事提供時に消毒液を用意し、消毒をしてから食事を受け取るようにし、並ぶ際には2 m間隔で並ぶようにラインを引き間隔をあけて並ぶように表示を行い密になることを避けること。
- (6) 競技後のアワードセレモニーのイベントについては、トラックのステージ上でバンド等による音楽演奏を行う。内容は、参加者が興奮して密に盛り上がってしまう内容はさけ、ゆったり落ち着いて聞ける内容とし、ゆったりくつろぎながら食事ができる環境とする。参加者と演奏者の離隔を5 m以上確保し、飛沫の影響がないように実施する。
- (7) 片付け時のゴミの廃棄
衛生用品（例えばティッシュ、タオル、衛生用品）を安全に廃棄するための密閉式ゴミ箱を必要箇所に用意する。鼻水、唾液などが付いたごみは、ビニール袋に入れて密閉して縛り、ゴミを回収する人は、マスクや手袋を着用し、作業後は必ず石鹸と流水で手を洗い、手指消毒すること。

7. メディカル体制の準備

- (1) 地域の保健所ならびに受入医療機関へ体制確認し、感染が疑わしいケースへの対応策を準備する。
＜対応フロー＞
 - ① 大会事務局新型コロナウイルス感染症対応連絡先の明示。
 - ② 感染症対応担当者（医療関係者が望ましい）の設定。
 - ③ 原則として直接対面しての対応は行わず、電話で対応する。
 - ④ 自宅またはホテルの居室にて体温ならびに症状の確認。

- ⑤ 直接対応が必要な場合は専用隔離スペースを用いる。

この際には、医療関係者が、標準予防策の上で、体温測定に加えて血中酸素飽和度の測定も行うことが望ましい。

- ⑥ 地域の保健所または帰国者・接触者相談センターへ連絡し、指示に従う。

- ⑦ 医療機関を受診する場合、患者の移動手段確保：公共交通機関ならびにタクシーは感染拡大のリスクに配慮し、使用を控える必要がある。移動手段についても地域の保健所または帰国者・接触者相談センターの指示に従う。

＊以下は現時点での移動案（内容については、状況に応じて要検討）

（ケース１） 感染を疑う者が、その者の関係者[同行者、チーム仲間、コーチなど]とそれまで行動を共にしていた場合： 本人ならびに関係者全てがマスク、ゴム手袋を装着した上で、窓を開け換気した状態で関係者の車両で移動する。

（ケース２） 感染を疑う者が単独で来場していた場合： マスクならびにゴム手袋を装着した上で、感染者送迎専用車両を大会主催者で準備し、窓を開け換気した状態で送迎する。送迎した場合は使用前後に車内の十分な清掃ならびに消毒を行う。

- ⑧ 感染を疑う者の行動記録を入手し、地域の保健所または帰国者・接触者相談センター（※）に連絡する。

- ⑨ コロナ対策班で情報を共有し、その後の対応について協議する。情報共有のタイミングは感染を疑う者から相談を受けた時点とし、その後適宜情報共有する。

（２）隔離対策の準備

感染を疑う者が直接大会受付等を訪ねてきた場合に備え、専用の隔離スペースを準備する。

８．大会後の対応

- （１）スタッフ、参加者が、大会終了後２週間以内に新型コロナウイルス感染症を発症した場合は、接触確認アプリ COCOA の「陽性情報の登録」へ入力するとともに、大会事務局へ速やかに濃厚接触者の有無等について報告すること。
- （２）大会事務局は、スタッフ及び参加者から発症の連絡を受けた場合、できるだけ速やかに、大会参加者全員へメールもしくは電話で連絡を入れ、上記※帰国者・接触者相談センター（厚生労働省）へ連絡しその後の対応について指示を受けること。
- （３）大会事務局は万が一感染が発生した場合に備え、個人情報の取扱いに十分注意しながら、大会当日に参加者より提出を求めた書面について、保存期間（少なくとも１月以上）を定めて保存しておく。また、大会終了後に、参加者から新型コロナウイルス感染症を発症したとの報告があった場合や地域の生活圏において感染拡大の可能性が報告された場合の対応方針について、田原市の健康福祉部へ報告し指示を受けること。

9. コロナ対策専門スタッフ

(1) コロナ対策班として以下の専門スタッフ 5 人を配置する。

①大会エリア全体のコロナマネージャ・・・1名

- ・消毒液、石鹼（ポンプ式）、体温計（非接触型）、受付透明シート等の対策に必要な資材調達と配置・撤収（配置・撤収は 5 人全員で実施）
- ・スタッフの配置計画、設備配置の事前確認
- ・検温時、受付時に体温が 37.5° C を超える人、健康チェックシートに異常の記載のある人の連絡をうけ、医療代表と相談し対応する。
- ・大会中の実施状況記録（施設配置状況・実施状況の写真撮影、健康チェックシートの管理、参加者・観戦者・スタッフ・役員等の名簿の管理）
- ・コロナ発生時の一斉連絡

②入場時検温スタッフ・・・2名

- ・事前の設備配置・事後の撤収
- ・大会関係者のみを確認のうえ駐車場に入れ、駐車場入口で車中にいる入場者全員の体温チェック（両側から同時に・・・時間短縮）
37.5° C 以上の人がいる場合は、マネージャに報告し指示を受けて対応する。
- ・駐車場が終わったら、アワードセレモニーのためのビーズクッションの配置（2 m 間隔）、消毒液の噴霧による消毒、キッチンカーで並ぶ位置に 2 m 間隔で並べるようにライン、表示を設置することを実施

③受付・消毒スタッフ・・・1名

- ・事前の設備配置・事後の撤収
- ・受付で提出される「健康チェックシート」の内容確認
- ・異常時の医療班への報告、引き渡し・・・マネージャに引き渡し
- ・受付終了後は、アワードセレモニーのためのビーズクッションの配置（2 m 間隔）、消毒液の噴霧による消毒、キッチンカーで並ぶ位置に 2 m 間隔で並べるようにライン、表示を設置することを実施

④更衣室の入場管理・・・1名

- ・事前の設備配置・事後の撤収
- ・野外テントの更衣室への入場人数管理をおこなう。
- ・順番待ちをしていただく場合、2 m ラインを事前にひいておき並んでいただく。
- ・順番待ちがある場合できるだけ最小限の着替えをしたら交代していただくように促す。
- ・1 時間に 1 度の頻度で更衣室内を除菌スプレーで清掃する。
- ・スタート後選手到着までは、アワードセレモニーのためのビーズクッションの配置（2 m 間隔）、消毒液の噴霧による消毒、キッチンカーで並ぶ位置に 2 m 間隔で並べるようにライン、表示を設置することを実施。

以上

※帰国者・接触者相談センター（厚生労働省）

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryoku/covid19-kikokusyasessyokusya.html

（参考１）内閣官房『新型コロナウイルス感染症対策』移行期間における都道府県の対応について
2020.5.25

https://corona.go.jp/news/pdf/ikoukikan_taiou_0525.pdf

（参考２）ITU『COVID-19 Guidelines（英和対比）』

<https://www.jtu.or.jp/wordpress/wp-content/uploads/2020/05/3f9bc11cc84daf1d96bc126d3b4b3cac.pdf>

（参考３）JTU『COVID-19 Outbreak - Guidelines for RMDs and MDs（簡易訳）』

<https://www.jtu.or.jp/news/2020/03/18/14104/>

（参考４）日本スポーツ協会 スポーツイベント再開に向けた感染拡大予防ガイドラインについて
2020.5.14

https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/sports/mcatetop01/list/detail/jsa_00021.html

（参考５）首相官邸『新型コロナウイルスお役立ち情報』

https://www.kantei.go.jp/jp/pages/coronavirus_info.html

（参考６）厚生労働省『新型コロナウイルス感染症について』

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708_00001.html

（参考７）厚生労働省『新型コロナウイルス感染症についての相談・受診の目安について』

<https://www.mhlw.go.jp/content/10900000/000596978.pdf>

（参考８）厚生労働省『国民の皆さまへ（新型コロナウイルス感染症）』

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000121431_00094.html#yobou

（参考９）厚生労働省『新しい生活様式』

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000121431_newlifestyle.html

==熱中症・脱水症予防についてのお願い==

大会は10月ですがまだ暑い日になる場合があります。日頃よりトレーニングを十分に積んでいる皆様はより厳しい条件を制する事によりさらに大きな達成感を得ますが、同時に熱中症・脱水症などの危険と隣り合わせである事も忘れてはいけません。

ただし熱中症は正しい知識で対処すれば予防可能です。楽しく充実した競技を楽しむためにも以下の事項をお守りください。

■水分補給について

- 1 体調の良い状態で参加ください。
・・・風邪気味や身体がだるい、疲労を感じる場合は参加を見合わせましょう。
- 2 レース前日より喉の渇く前にこまめに水分を補給しましょう。(水分ローディングの奨励)
また塩分も普段より多めに摂取ください。(梅干しなど)
- 3 レース前夜は過度なアルコール摂取を控え早めに就寝、睡眠時間を十分に取しましょう。
- 4 レース前は可能な限り風通しの良い日陰に入りましょう。
- 5 レース中はもとより開始前から水分を補給しましょう。(15分～20分毎に50ml程度)
※ペットボトルを一気に飲みほすような飲み方ではなく、少しずつ飲む。
※水分だけではなくスポーツドリンクなどで塩分も合わせて補給する。
- 6 エイドステーションでは飲むだけではなく身体に水をかけ体温の上昇を抑えましょう。
- 7 レース中はランニングキャップなどを被り直射日光から頭部を守りましょう。
- 8 レース終了後も日陰に入り水分補給に努めましょう。

■発 症

レース中、以下のような状態が表れると熱中症が疑われます。

- ① 意識がもうろうとする。
- ② 視点が定まらない。
- ③ 真っ直ぐ走れない。
- ④ 呼びかけがわからない。
- ⑤ 会話が成り立たない。
- ⑥ 頭痛、めまい、吐き気、嘔吐、悪寒がある。

→このような場合には迷わず競技を中断し休息してください。日陰に入り水分・塩分を補給。後頭部や脇の下を冷やしましょう。状況によっては恥ずかしがらずスタッフに支援を求めてください。

→本人が気づかぬうちに上記症状に陥っている場合があります。その際、スタッフが休息や競技の中止を命じる場合があることをご理解ください。

自分の力で完走を目指すトライアスロン精神に従い、各自の身体は各自で守れるよう選手各位の自覚と協力をお願いします。

田原オフロードトライアスロン実行委員会事務局

(株)あつまるタウン田原

〒441-3421 田原市田原町萱町 1 番地 セントラル 3F

TEL:0531- 24-2345 FAX:0531- 24-2346