

スケジュール

10月5日(土)

時間	内容	場所
13:00-17:00	前日受付(全カテゴリー)	敷島公園水泳場

10月6日(日)

時間	内容	場所
8:30	トランジションエリアオープン	敷島公園水泳場前
8:30-9:30	選手受付(未就学児 / 小学1-3年生 / 小学4-6年生)	敷島公園補助陸上競技場
9:40-11:00	選手受付(ビギナー / 一般 / 一般リレー / 企業対抗リレー)	敷島公園補助陸上競技場
10:00-10:20	開会式・競技説明会(未就学児 / 小学1-3年生 / 小学4-6年生)	敷島公園水泳場
10:30	レーススタート(未就学児) ※最終集合時間10:15	敷島公園水泳場
11:10	レーススタート(小学1-3年生) ※最終集合時間10:55	敷島公園水泳場
11:40	レーススタート(小学4-6年生) ※最終集合時間11:25	敷島公園水泳場
10:50-11:20	開会式・競技説明会(ビギナー / 一般 / 一般リレー / 企業対抗リレー)	正田醤油スタジアム群馬
12:20	レーススタート(ビギナー) ※最終集合時間12:00	敷島公園水泳場
12:40-13:10	表彰式(小学1-3年生 / 小学4-6年生)	正田醤油スタジアム群馬
13:15	レーススタート(一般 / 一般リレー / 企業対抗リレー) ※最終集合時間12:50	敷島公園水泳場
16:30頃	表彰式・閉会式 ※全競技終了後行います。開始時間が早まる場合もあります。	正田醤油スタジアム群馬
17:30まで	トランジションエリアクローズ	敷島公園水泳場前



やさしい選手案内

10/5(土) 前日受付の場合

会場MAP ① 水泳場

※当日と受付場所が異なりますので、ご注意ください。

01

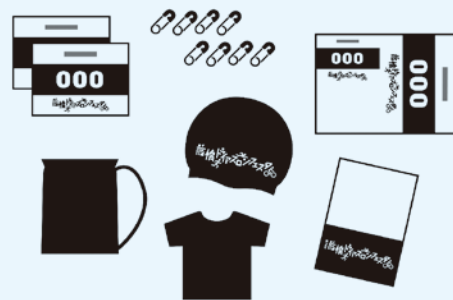
10/6(日)
大会当日

選手受付をする 会場MAP ② 補助陸上競技場前

選手キットをお渡しします。確認してください。

選手
キット

- ・レースナンバー(ゼッケン)×2枚
- ・レースナンバー用安全ピン×8本
- ・バイクナンバーとヘルメットナンバーが1つになったもの×1枚
- ・トランジションバッグ×1枚
- ・スイムキャップ×1枚
- ・大会プログラム×1部
- ・記念Tシャツ×1枚(リレーはメンバー全員分)
- ・協賛会社支給品



※選手受付でリストバンドを付けます。レース参加中～バイク引き取り時まで絶対に外さないでください。

02

レースナンバーの準備をする

①ウェアにレースナンバー(ゼッケン)を取り付ける

バイクウェア

背中

ランウェア

胸

※バイクとランを1枚のウェアで行う方は、背中と胸の両面に取り付けてください。

②バイクとヘルメットにレースナンバーを貼る

バイク

サドル下の右側

ヘルメット

前面

※バイクとヘルメットにレースナンバーを貼ってください。

◆レースナンバーの取り付け方法

安全ピンでレースナンバーの四隅を止めてください。レースナンバー用ベルトを使用する場合はベルトの前後につけても構いません。片側のみに取り付けてバイクでは背中、ランでは胸にレースナンバーがくるようにしても構いません。トランジションでのベルトを取り付け忘れ、ナンバーの前後入替えにご注意ください。また、レースナンバー用ベルトの使用時に見える位置が低くなってしまふ場合があるのでお気を付けてください。

※レースナンバーをカットして小さくするなどの加工は禁止です。小さなお子様のウェアでも加工は禁止です。そのまま取り付けてください。

ヘルメットはストラップでしっかりと固定できなければ頭部を守ることはできません。あらかじめしっかりとかぶり、あごひもを締めて固定できるように調整しておきましょう。



※未就学児の乗る小さなバイクで、貼る場所がない場合は右側に貼ってください。

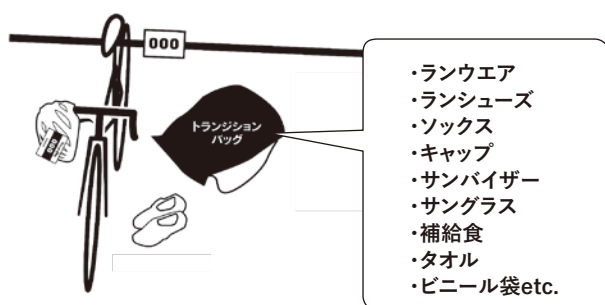
03

バイクを預ける

会場MAP ③ 水泳場前駐車場

トランジションエリア(種目を転換する場所:自転車置場)にバイクを設置してください。バイクラックで自分のレースナンバーの位置にバイクを掛けてください。ヘルメットはバイクの近くに置か、バイクラックに掛けてください。バイク、ランウェア、ランシューズ、ソックス、キャップ、サンバイザー、サングラス、補給食、タオル、ビニール袋などのグッズはバイクの近くに置いてください。

バイクシューズはバイクに予めセッティングするか、バイクの近くに置いてください。



04 着替える 会場MAP ㉔ 男女更衣室・シャワー / ㉕ 水泳場更衣室

ウェアに着替え、スイムレースの準備をしてください。
ウエットスーツを着用する場合は、中にバイク・ランウェアを着用しておくこともできます。競技説明会・開会式の前に着替えておくことをオススメします。

※未就学児の保護者の方はプールに入る必要がありますので着替えをお願いします。
※スイムスタートの最終集合時間を設けています。余裕を持って準備を行い、集合時間を必ず守りましょう。

種目	最終集合時間	スタート
未就学児	10:15	10:30～
小学1-3年生	10:55	11:10～
小学4-6年生	11:25	11:40～
ビギナー	12:00	12:20～
一般/リレー	12:50	13:15～

05 荷物を預ける 会場MAP ㉖ 補助陸上競技場前

荷物預かりのテントに**スイムで必要になるもの以外**を預けてください。
荷物を受け取る際は、リストバンドを提示してください。

※水泳場までの移動は、使い捨てスリッパを用意しています。ご利用ください。
※最終集合時間までにゴーグル、スイムキャップなどスイムで必要なものを持って水泳場へ移動してください。
※中・高校生/ビギナー/一般/リレーの方は、開会式・競技説明会に参加後に荷物を預けても良いです。

06 開会式・競技説明会に参加する

【未就学児/小学1-3年生/小学4-6年生】

10:00～10:20 会場MAP ㉗ 水泳場

水泳場のアリーナ内で開会式と競技説明会を行います。
競技説明会は、審判から概要を説明した後、各カテゴリーに分かれて、プール、トランジションなどをご案内し、どのように競技を進めるかを詳しく説明します。選手の方は必ず参加してください。未就学児は、保護者の方も必ず競技説明を受けてください。小学1～3年生、小学4-6年生の保護者の方の競技説明会出席を強く推奨します。

【ビギナー/一般/リレー】

10:50～11:20 会場MAP ㉘ 正田醤油スタジアム群馬

正田醤油スタジアム群馬のフィールドで開会式と競技説明会を行います。重要な説明がありますので、必ず出席してください。

07 スイム会場へ移動する 会場MAP ㉗ 水泳場

ゴーグル、支給されたスイムキャップを持って水泳場へ移動しましょう。
水泳場でタイム計測用のアンクルバンドを受け取ったら、足首(左右好きな方)に巻いてください。

競技中はアンクルバンドを絶対に外さないでください。

選手待機エリアでスタート時間まで待機し、スタッフや審判の指示に従いスタート地点に整列してください。

※未就学児はタイム計測をしないので、アンクルバンドの着用はしません。



08 レースを楽しむ

スイムスタート



いよいよスタートです。心の準備も忘れずに。審判の合図に従ってスタートします。
プールから出るときはステップを使ってください。
トランジションに移動するときには、走らないでください。

トランジションエリアでバイクスタートの準備をする

スイム競技終了後、着替えを行いたい方は、トランジションバッグを持って更衣テントをご利用ください。水着やスイムキャップは濡れているので、ビニール袋などに入れてからトランジションバッグにしまうことをおすすめします。レースナンバーを付けたウェアを着て、ヘルメットを装着、シューズを履いたら、バイクを持ってトランジションエリアを出てください。

レース用ナンバーベルトを使用する人は、レースナンバーが背中側になるようにしてください。

乗車ラインまではバイクを押し、乗車ラインからバイクに乗ってください。

★喉が渇く前に、給水することを忘れないようにしましょう。

バイクスタート

キープレフト(道路の左側を走ること)を守ってください。バイクで前の人を抜かすときは、「**右側から抜きます!**」と大きな声で声掛けてから、右側から抜きましょう。バイク完走後、降車ラインまで来たら、バイクを降り、手で押して自分のレースナンバーのバイクラックにバイクを掛けます。

トランジションエリアでランスタートの準備をする

バイク競技終了後、着替えを行いたい方は、更衣テントをご利用ください。バイクで使用したものはトランジションバッグにしまうか、バイクの近くに置いてください。

レース用ナンバーベルトを使用する人は、レースナンバーが胸側になるようにします。

★しっかり給水してからランスタートしましょう。

ランスタート

レースも残りわずかです。頑張ってください!

沿道ではたくさんの方が皆さんを応援しています。

フィニッシュ

ご家族や友人、スタッフがフィニッシュで待っています。

スタジアムに入ってラストの直線は笑顔で走り抜けましょう!

フィニッシュ後、**計測用のアンクルバンドをスタッフに返却してください。**

アンクルバンドを返却したら、完走証を取りにいきましょう。



09 表彰式に参加する

【未就学児】 会場MAP③ 水泳場前駐車場

フィニッシュ地点で表彰式を行います。完走した全員を対象に記念メダルを授与します。

【小学1-3年生 / 小学4-6年生】 12:40~

【中・高校生 / ビギナー / 一般 / リレー】 16:30~

※全競技終了後に行います。
※開始時間が早まる場合もあります。

会場MAP⑥ 正田醤油スタジアム群馬

正田醤油スタジアム群馬のフィールドで表彰式を行います。入賞者には盾が授与されます。

※早くフィニッシュし表彰式まで時間がある人は、先に着替えを済ませることができます。

◆表彰対象:【各カテゴリー】 男女1~8位 【リレー/企業対抗リレー】 男子1~3位、女子1~3位、男女混合1~3位



10 荷物を引き取る 会場MAP③ 補助陸上競技場前

荷物預かりのテントで荷物を引き取ってください。荷物を引き取る際は、リストバンドを必ず提示してください。

11 着替える 会場MAP⑥ 正田醤油スタジアム群馬更衣室

フィニッシュエリアの正田醤油スタジアム群馬内にシャワーと更衣室がありますのでご利用ください。

※スイム会場の水泳場にもシャワーと更衣室がありますが、フィニッシュ後の時間は使用できません。ご注意ください。

12 バイクとトランジションバッグを引き取る 会場MAP③ 水泳場前駐車場

17:30にトランジションエリアが閉まります。それまでにバイクやトランジションバッグを引き取ってください。

バイクを引き取る際は、リストバンドを必ず提示してください。時間厳守をお願いします。