

# コース紹介



# コース案内 ～ ビギナーチャレンジの部 ～

スイム



50m

バイク



3.0km

ラン



1.5km

**スイムアツプ**

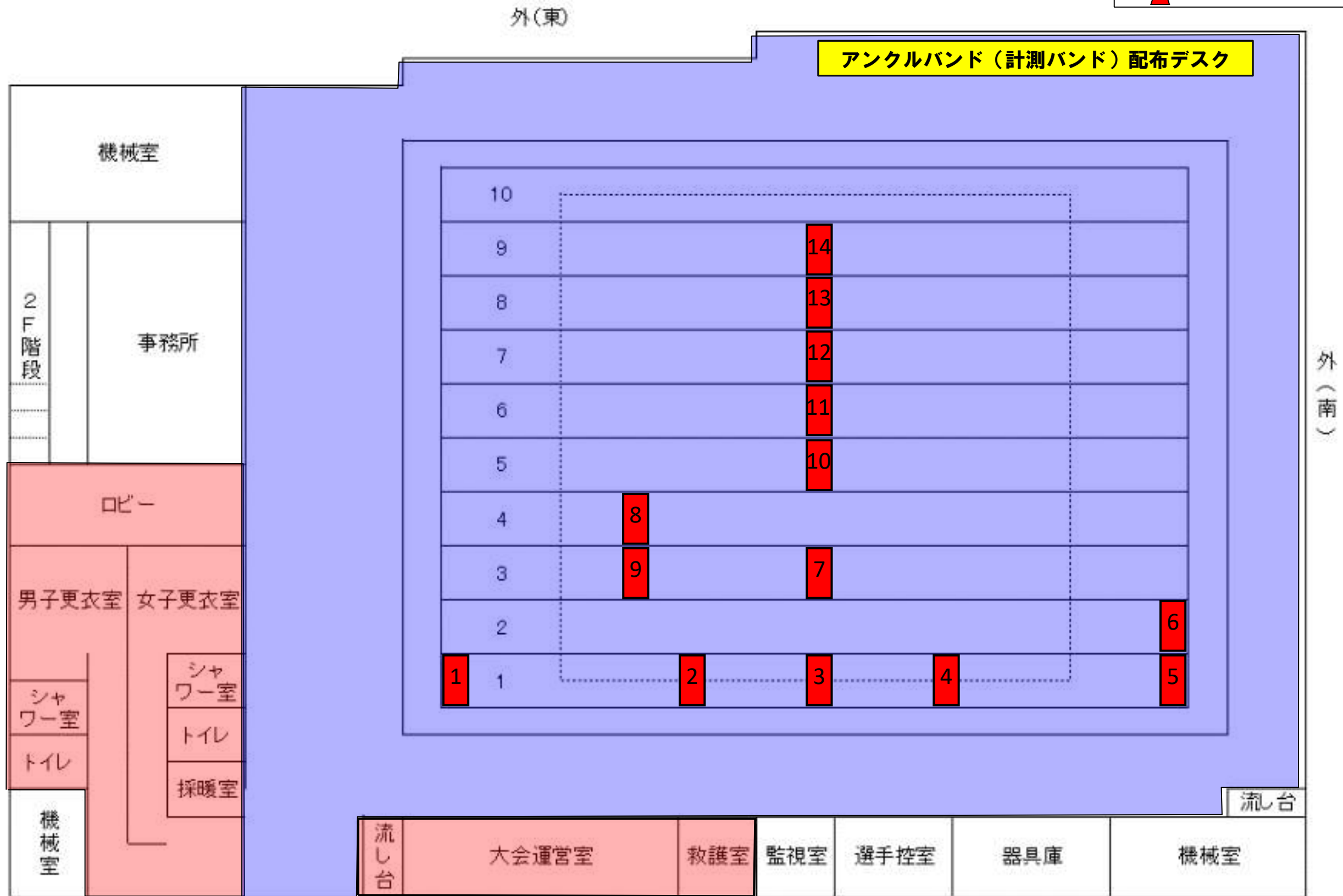
**11:20～11:30**

**競技スタート**

**11:35～**

# ●ビギナーチャレンジの部 アップ開始前に赤台移動

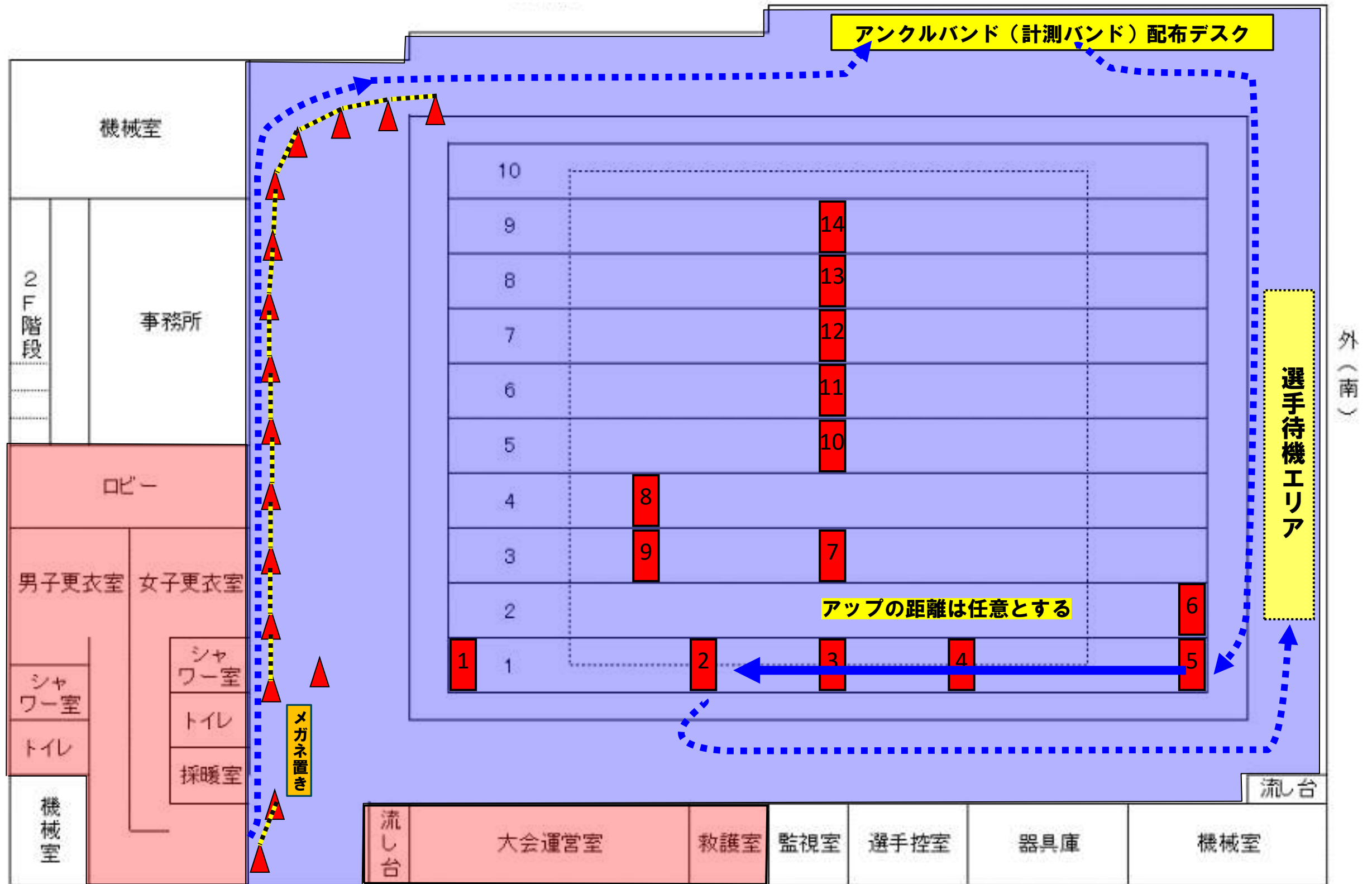
◎凡例  
 赤台 (番号)  
 カラーコーン



# ●ビギナーチャレンジの部 スイムコースレイアウト（アップ時）

◎凡例  
 赤台（番号）  
 カラーコーン

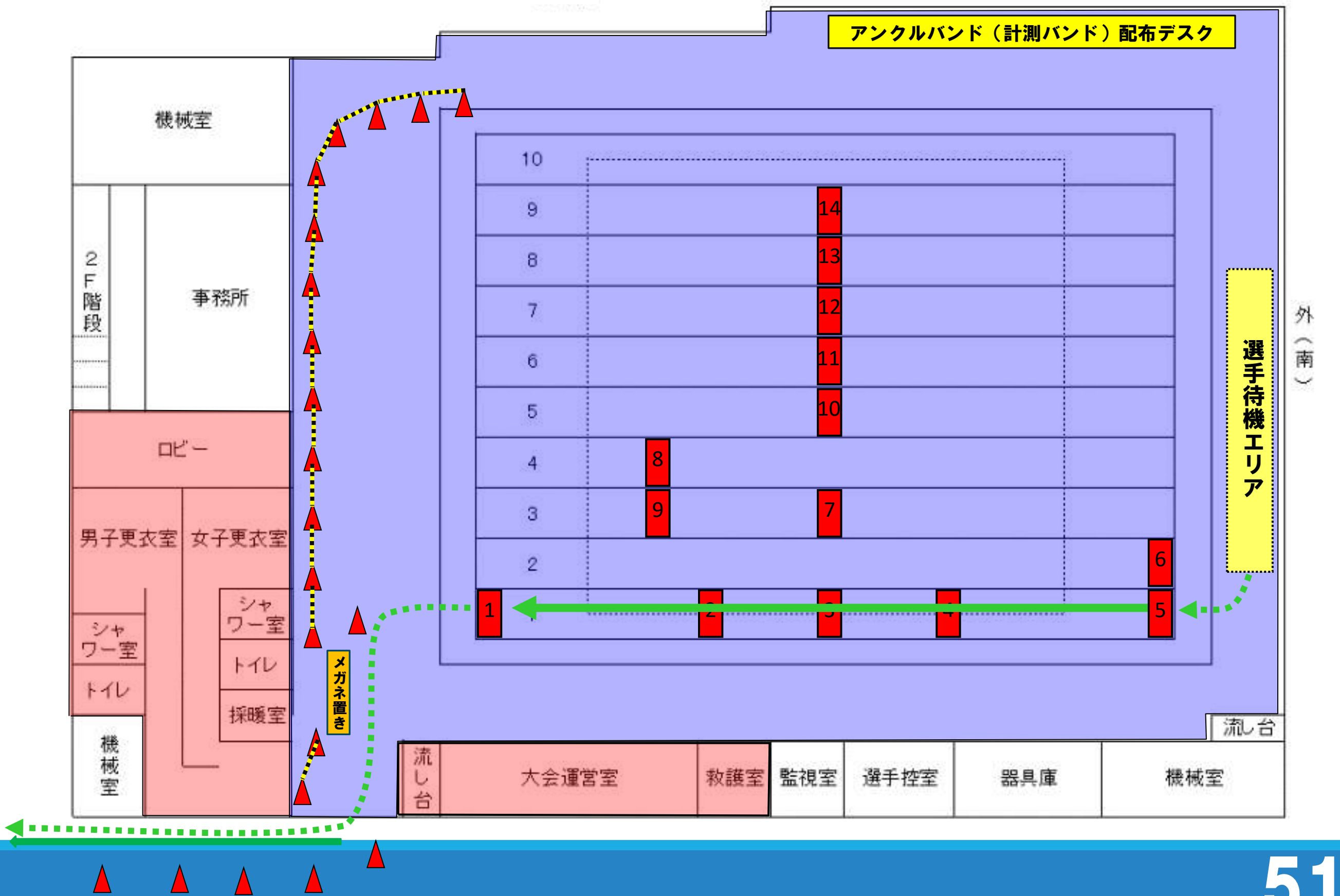
アップは任意の距離（最大でも50m）とする



# ●ビギナーチャレンジの部 スイムコースレイアウト（競技時）

1名ずつ、6秒間隔でスタート

◎凡例  
■ 赤台（番号）  
▲ カラーコーン



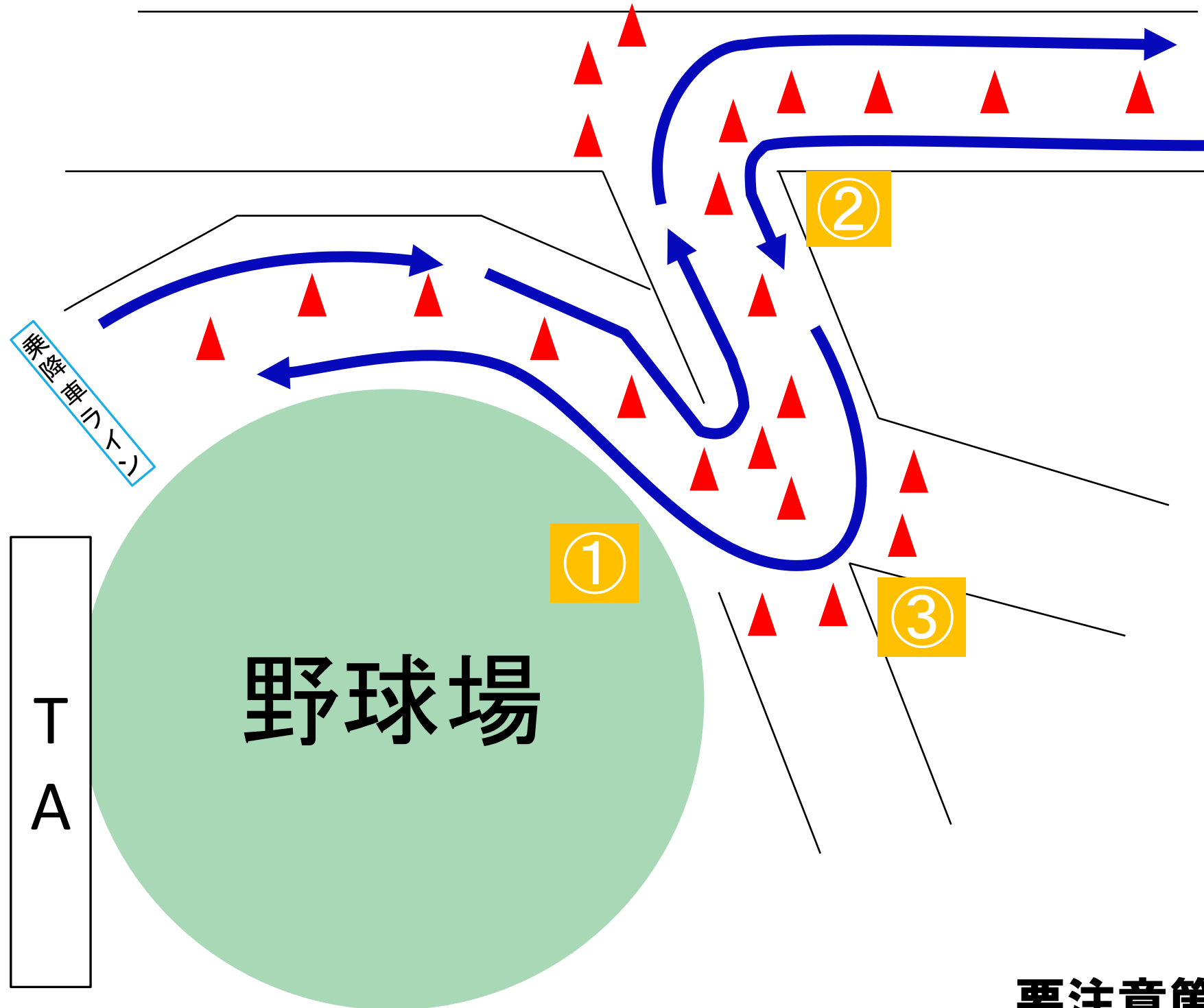
コース レイアウト	TA（水泳場前）～ 国体道路合流	国体道路合流～ 前橋ゴルフ場看板前 （往復）	国体道路合流～ TA（水泳場前）	合計
ビギナー チャレンジ	0.20km	2.60km	0.20km	3.00km



## バイク折り返し地点



# ビギナーチャレンジの部 国体道路合流地点



要注意箇所

# ■ビギナーチャレンジの部 コースレイアウト



■凡例

→ バイクコース

→ ランコース



# コース案内 ～ パラの部 ～

スイム



25m

バイク



3.0km

ラン



800m

**スイムアツプ**

**11:20～11:30**

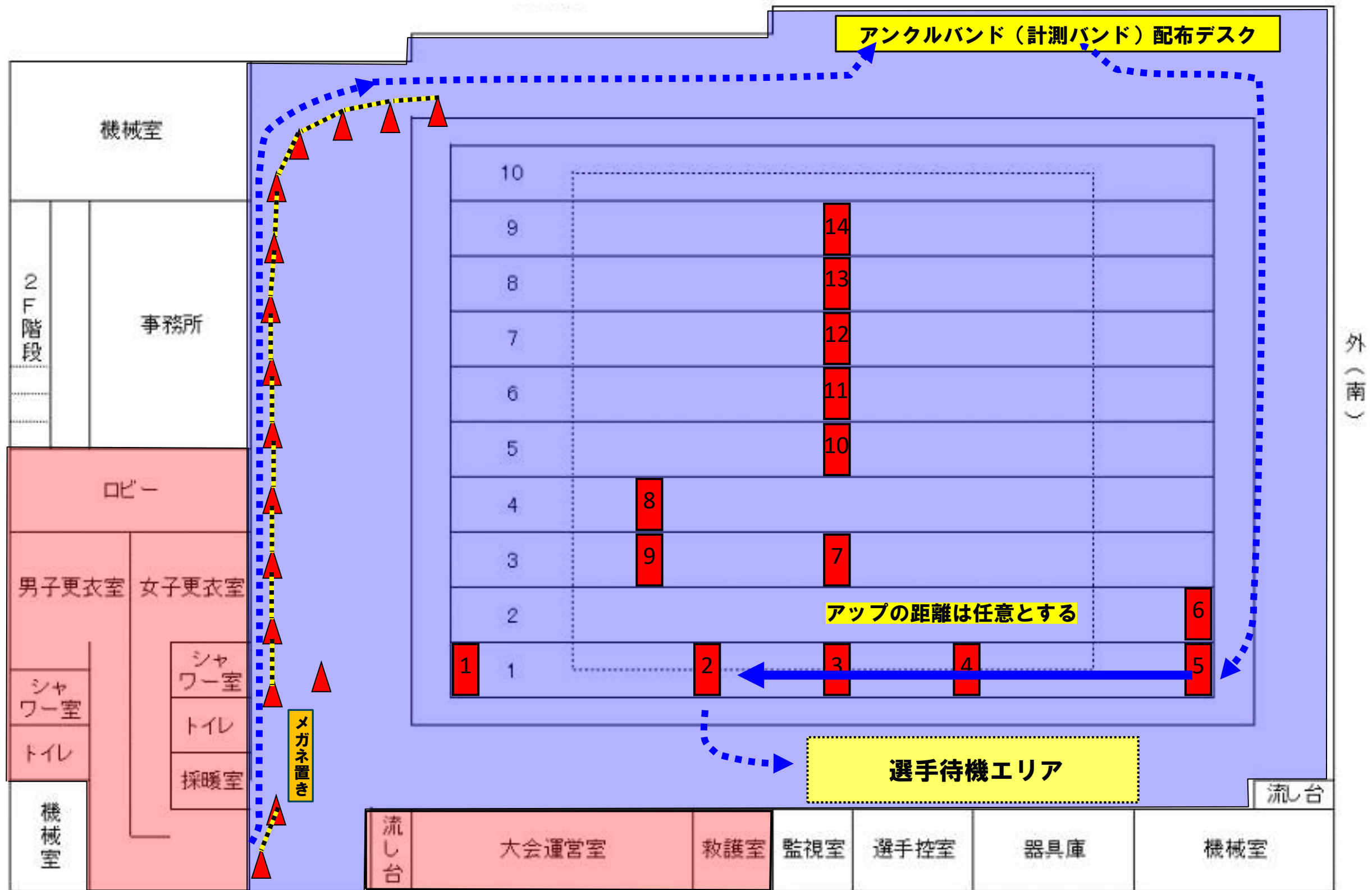
**競技スタート**

**11:45～**

# ●パラの部 スイムコースレイアウト（アップ時）

アップは任意の距離（最大でも50m）とする

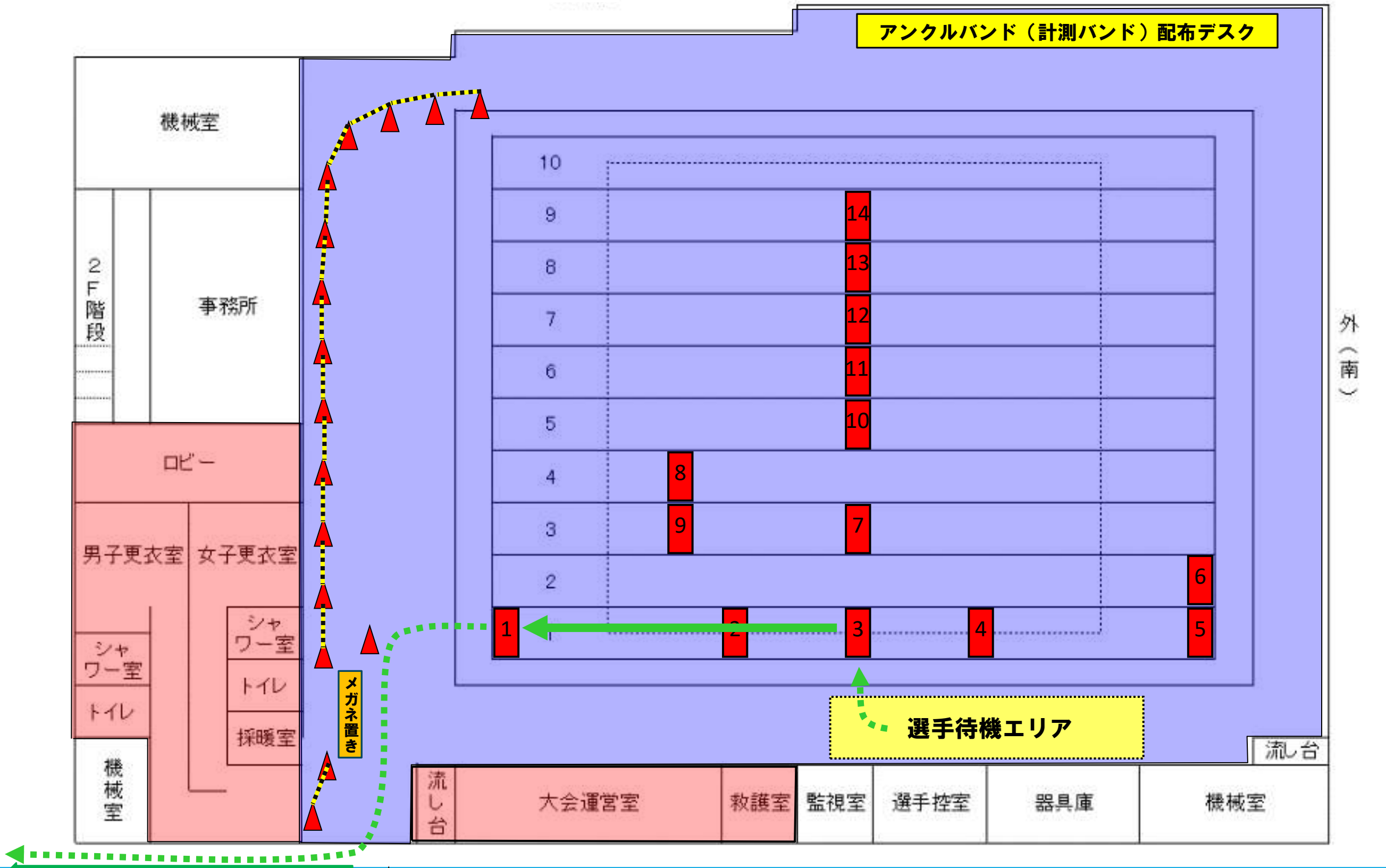
◎凡例  
 赤台（番号）  
 カラーコーン



# ●パラの部 スイムコースレイアウト（競技時）

1名ずつ、30秒間隔でスタート

◎凡例  
 赤台（番号）  
 カラーコーン



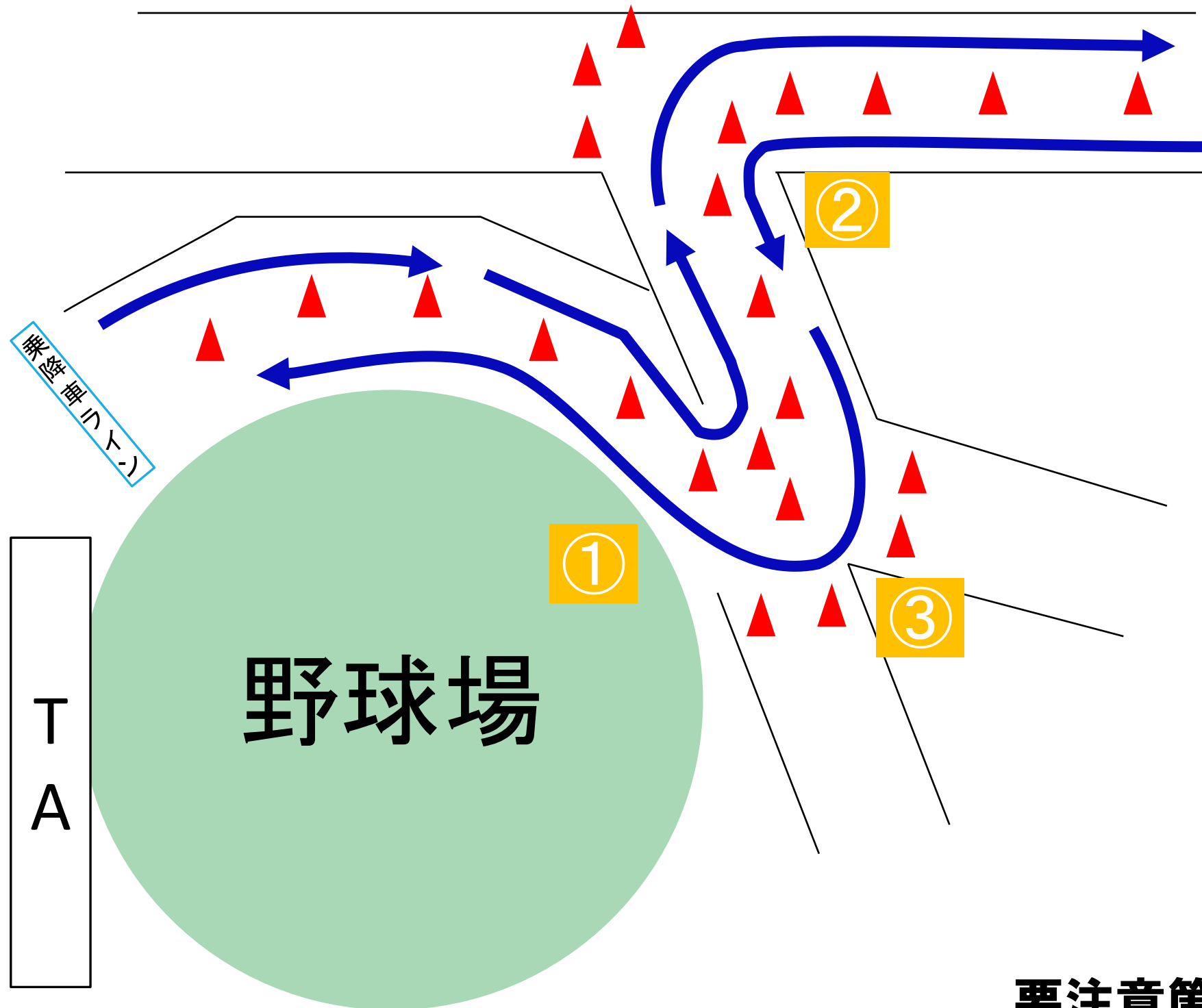
コース レイアウト	TA（水泳場前）～ 国体道路合流	国体道路合流～ 前橋ゴルフ場看板前 （往復）	国体道路合流～ TA（水泳場前）	合計
パラ	0.20km	2.60km	0.20km	3.00km



## バイク折り返し地点





# パラの部 国体道路合流地点



要注意箇所

# ■パラの部 コースレイアウト



■凡例	
	バイクコース
	ランコース

# コース案内 ～ ビギナーの部 ～ ※中高生を含む

スイム



300m

バイク



7.0km

ラン



2.3km

スイムアツプ

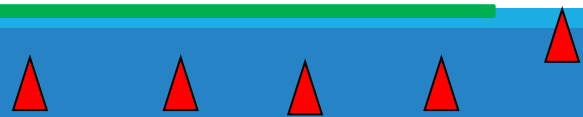
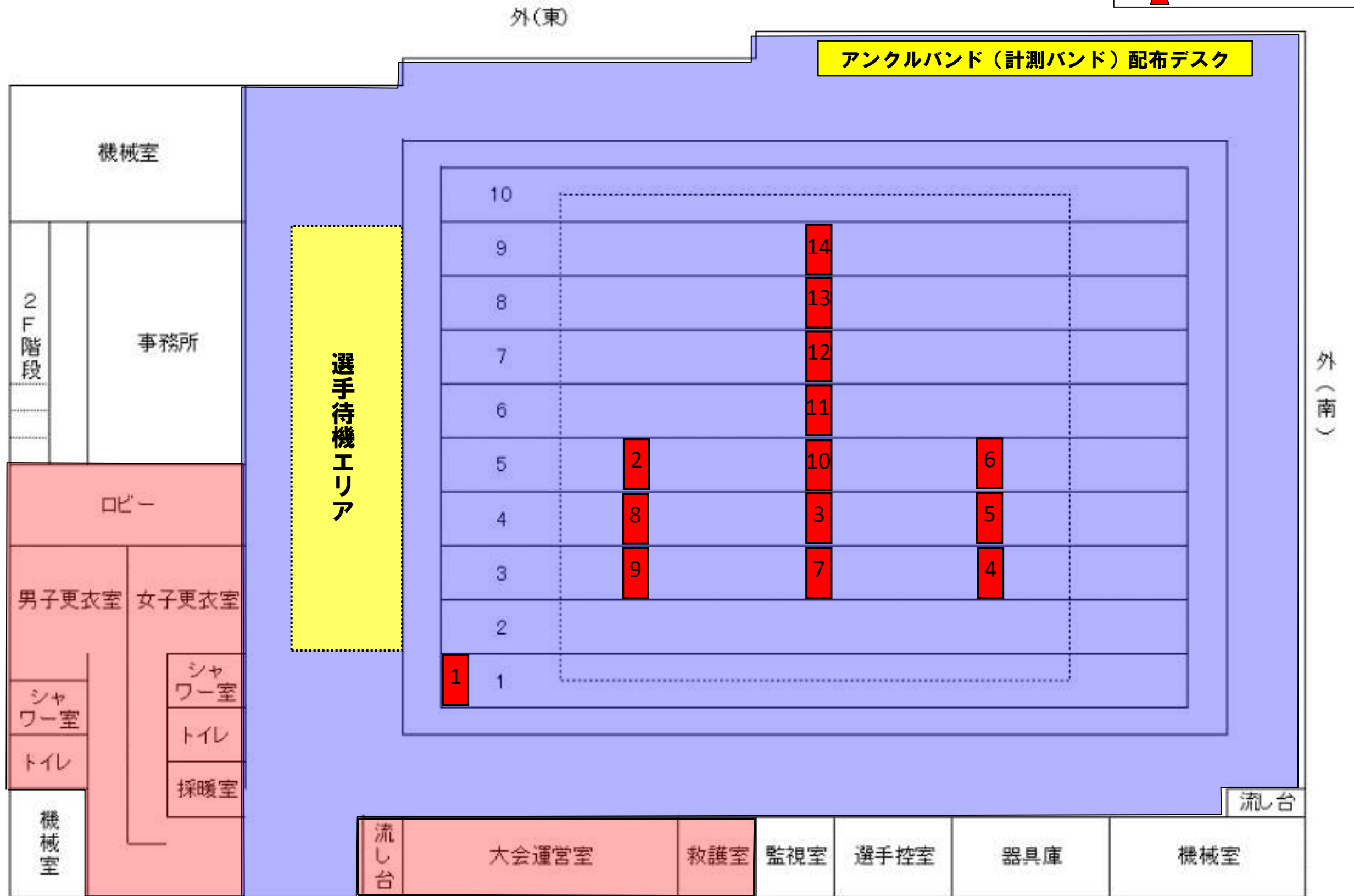
12:00～12:25

競技スタート

12:30～

# ●ビギナーの部アップ開始前に赤台移動

◎凡例  
 赤台 (番号)  
 カラーコーン

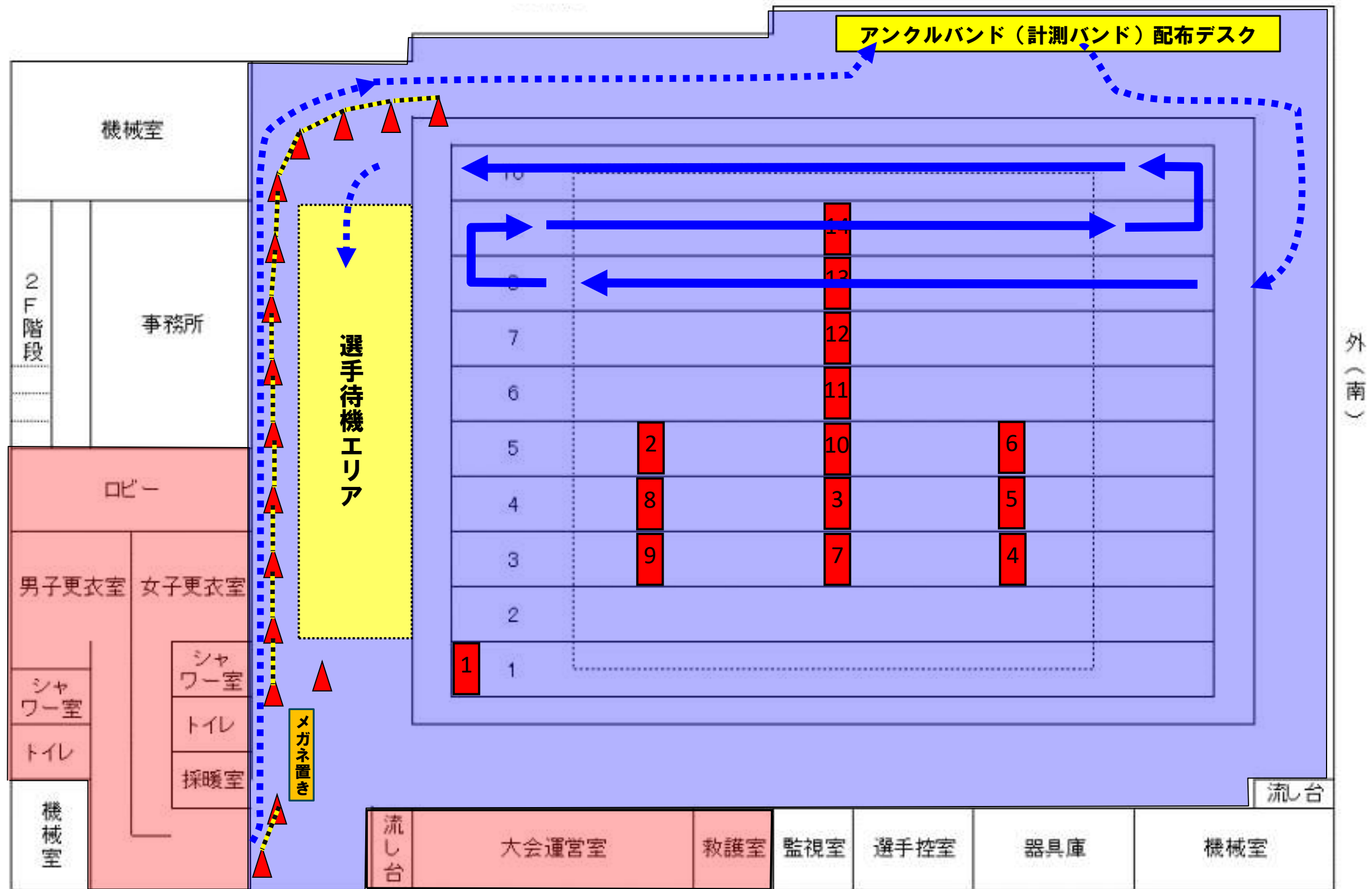




# ●ビギナーの部 スイムコースレイアウト（アップ時）

◎凡例  
 赤台（番号）  
 カラーコーン

アップは8レーンから入水し、10レーンで退水

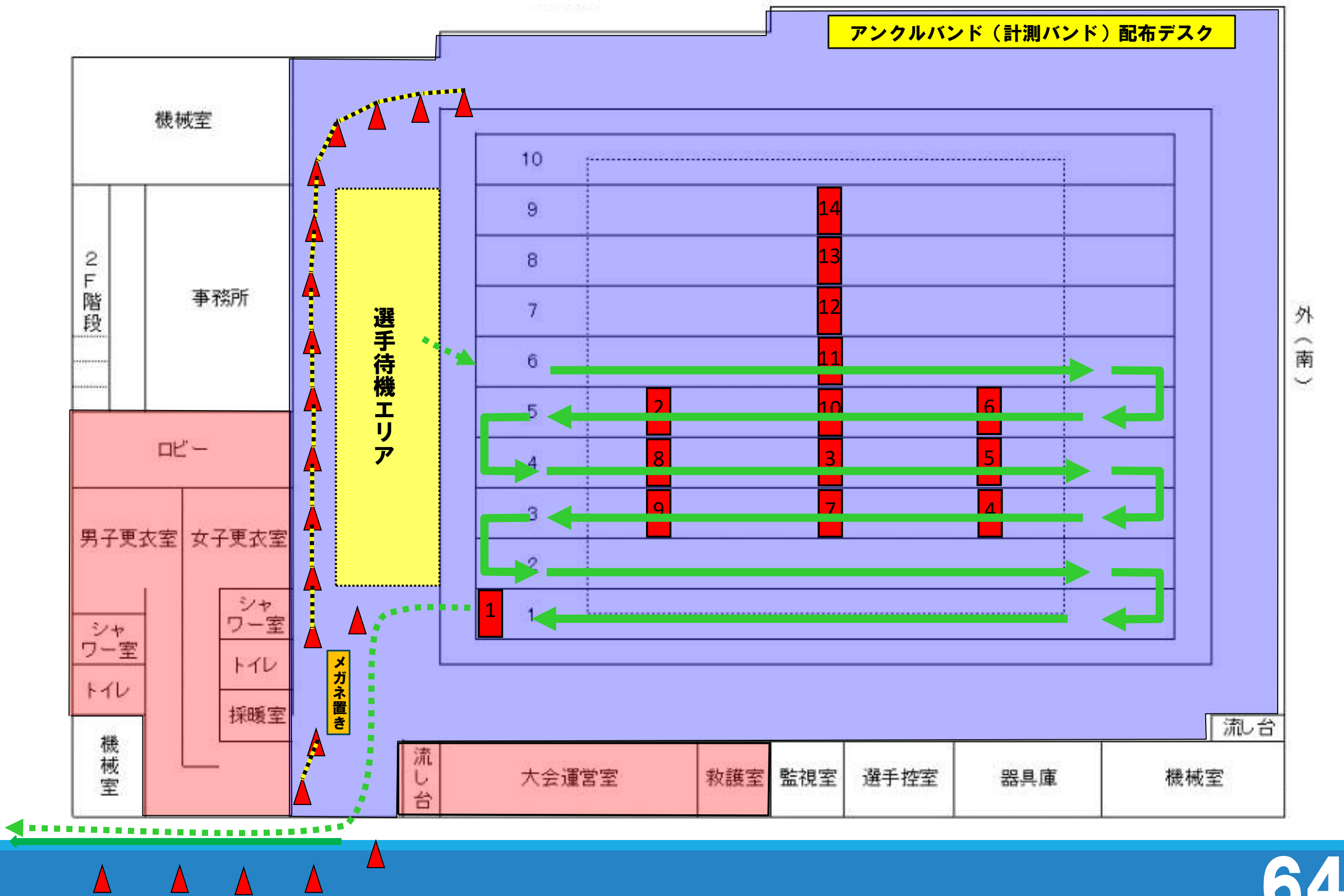


外（南）

# ●ビギナーの部 スイムコースレイアウト（競技時）

2名ずつ、6秒間隔でスタート

◎凡例  
 赤台（番号）  
 カラーコーン



コース レイアウト	TA~ 国体道路合流	国体道路合流~ グリーンドーム第6P (往復)	国体道路合流~ 前橋ゴルフ場看板前 (往復)	国体道路合流~ TA	合計
ビギナー	0.20km	4.00km	2.60km	0.20km	7.00km



北側 (前橋ゴルフ場方面) 折り返し地点

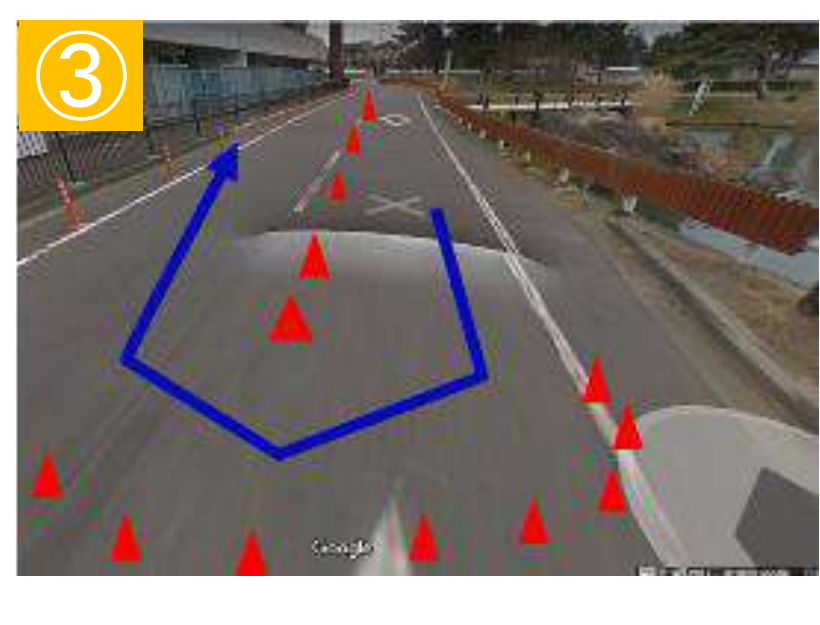
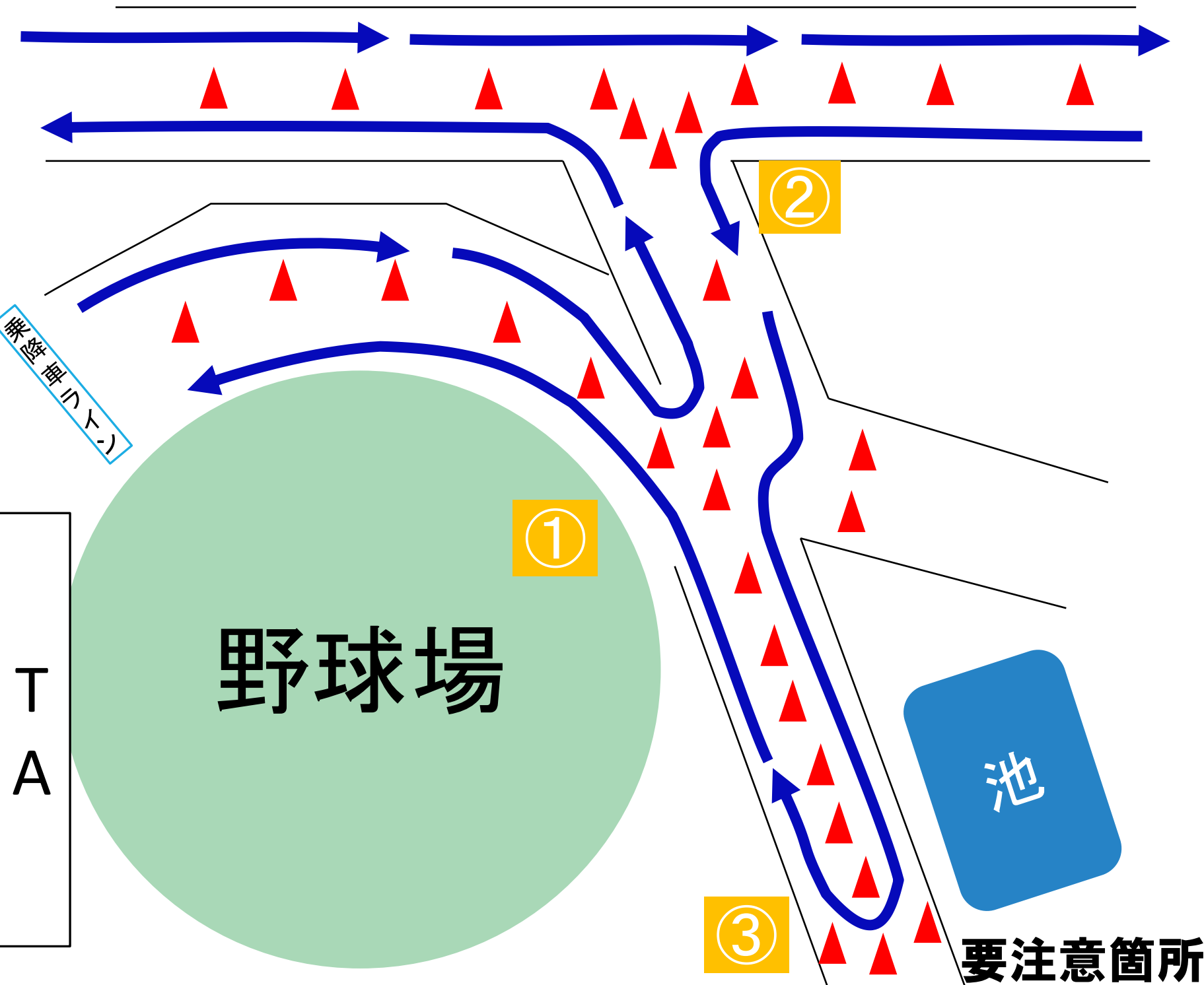


南側 (グリーンドーム第6P) 折り返し地点



# ビギナーの部 国体道路合流/折返し地点

写真③の箇所は、折返しの際は安全にターンができるよう十分に減速してください。

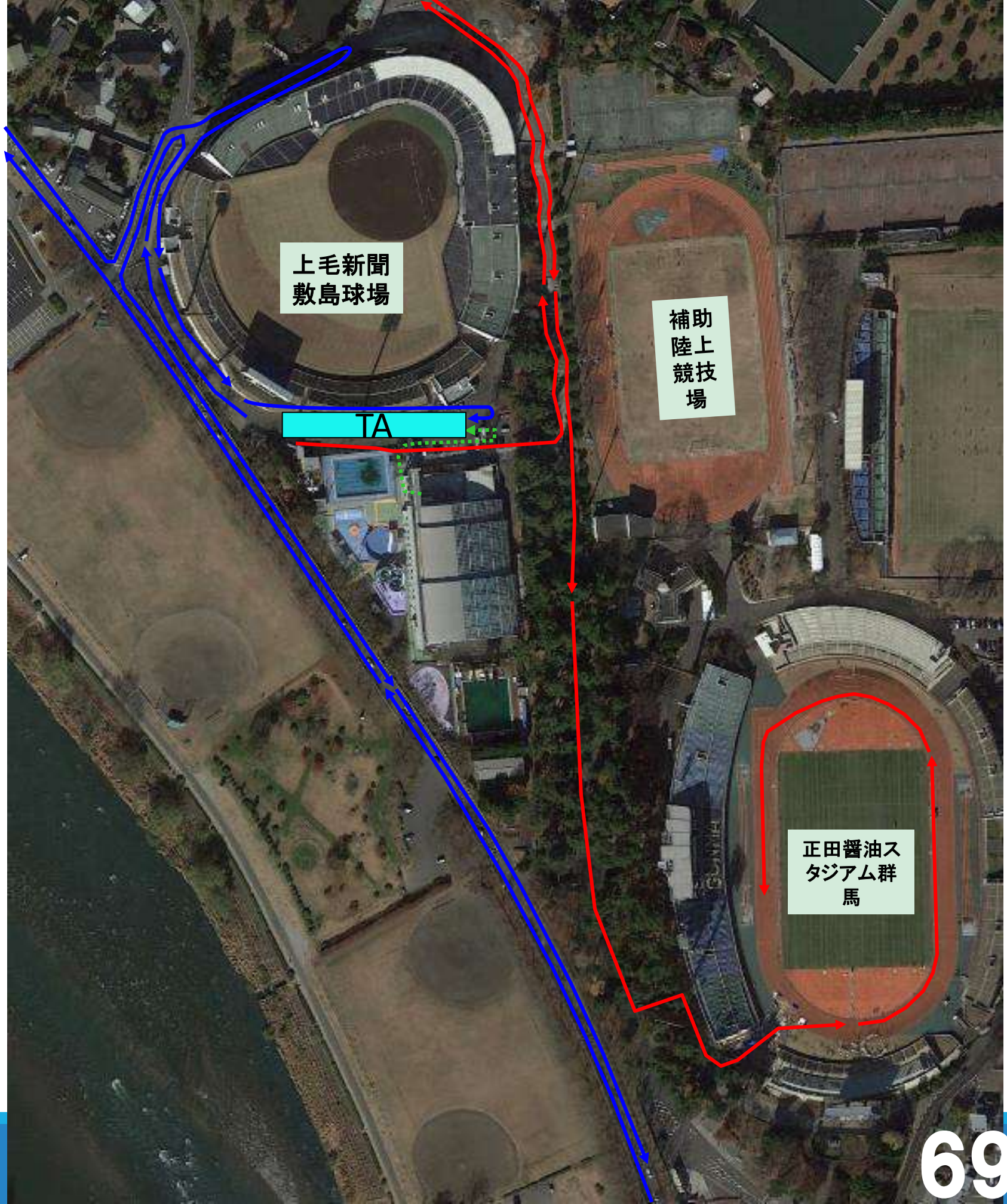


要注意箇所





# ■ビギナーの部 コースレイアウト



## ■凡例



バイクコース



ランコース

# コース案内 ～ 一般・リレーの部 ～ ※中高生を含む

スイム



500m

バイク



14.0km

ラン



4.0km

**スイムアツプ**

**12:45～13:20**

**競技スタート**

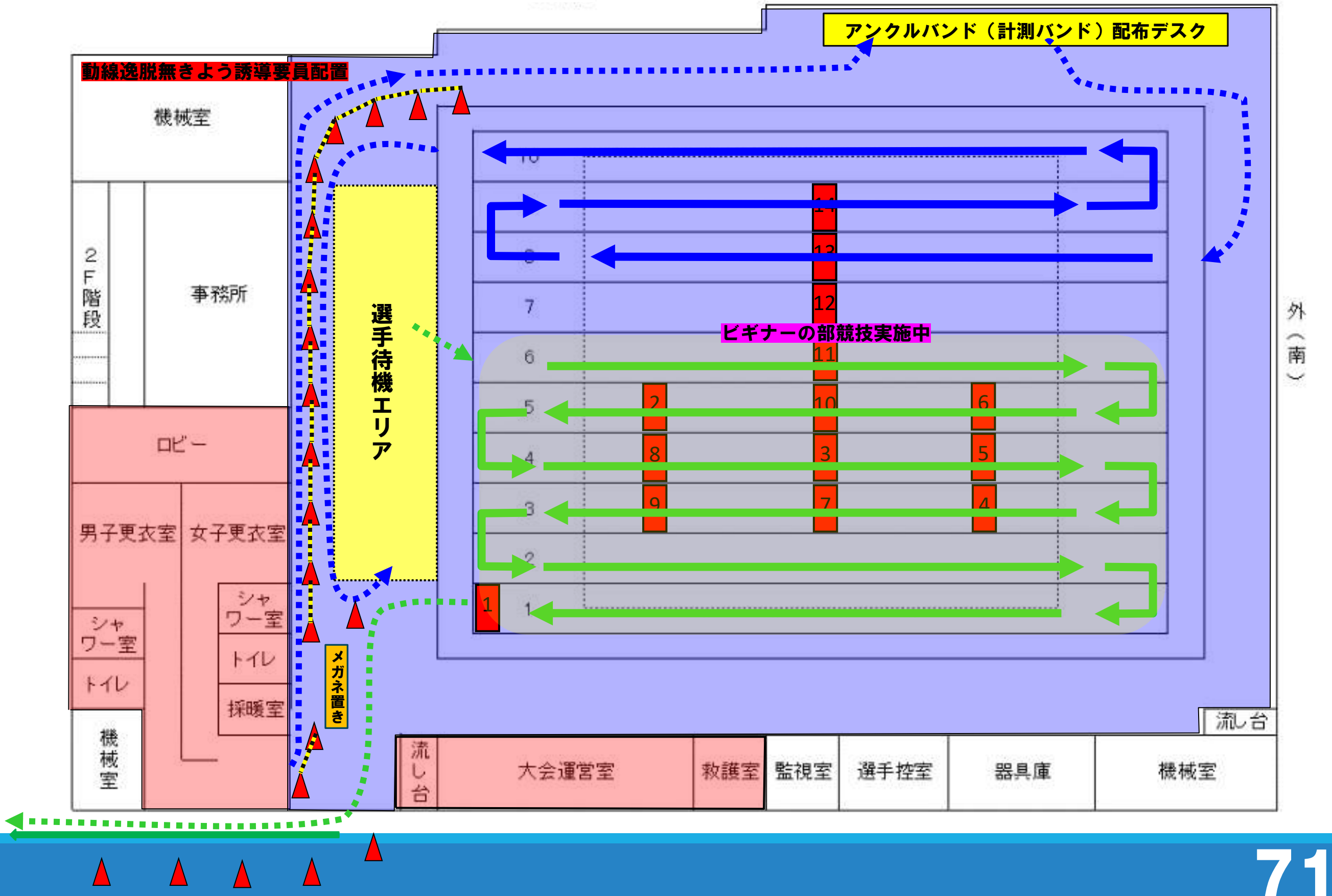
**13:25～**



# ●一般の部・リレーの部 スイムコースレイアウト（アップ時）

◎凡例  
■ 赤台（番号）  
▲ カラーコーン

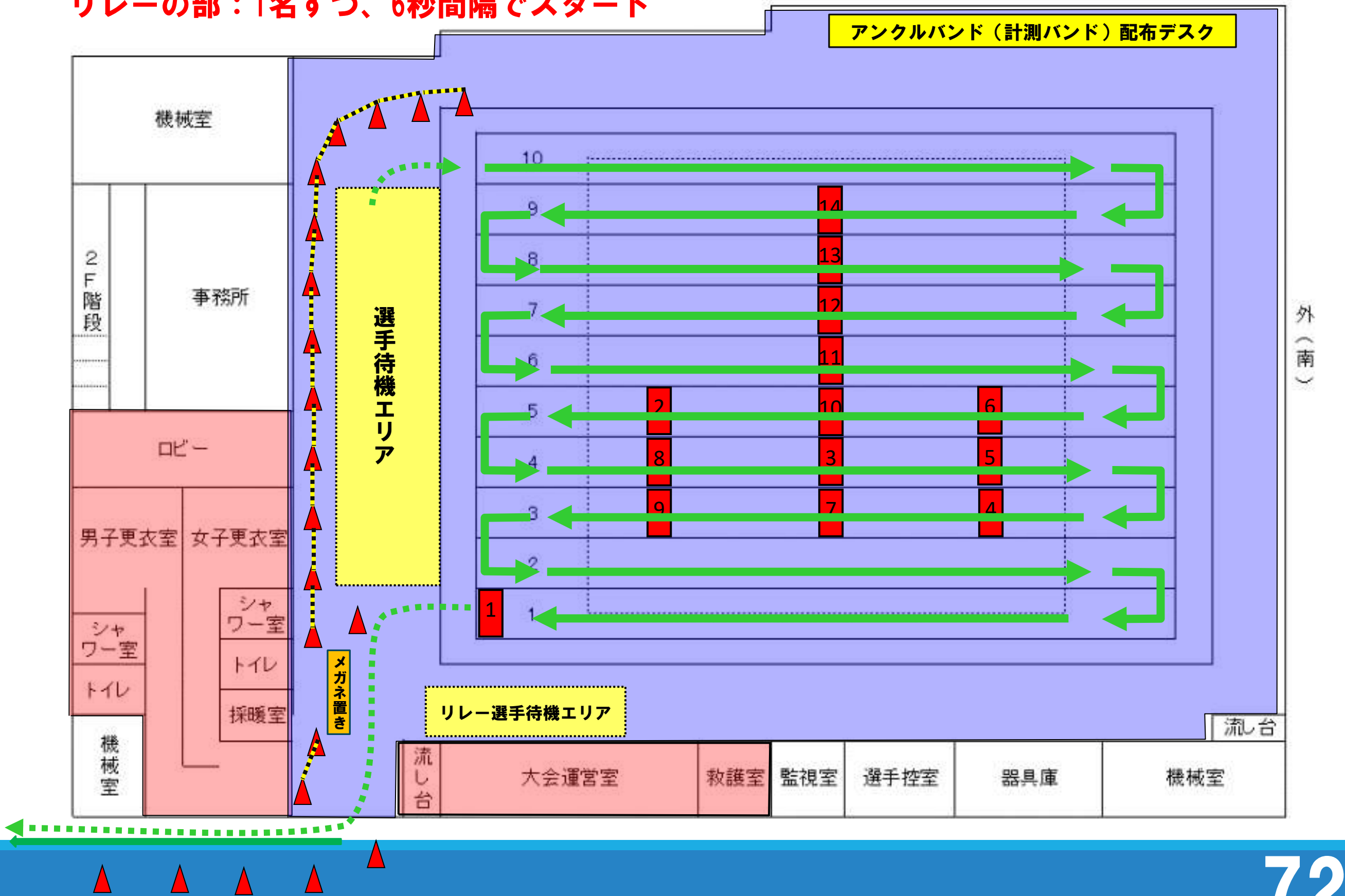
8レーンから入水、10レーンから退水



# ●一般の部・リレーの部 スイムコースレイアウト（競技時）

◎凡例  
 赤台（番号）  
 カラーコーン

一般の部 : 2名ずつ、6秒間隔でスタート  
 リレーの部 : 1名ずつ、6秒間隔でスタート



1周目	区間	TA~ 国体道路合流	国体道路合流~ グリーンドーム第6P (往復)	国体道路合流~ 前橋ゴルフ場看板前 (往復)	国体道路合流~ 野球場北折返	1周目合計	総計
	距離	0.20km	4.0km	2.60km	0.17km	6.97km	
2周目	区間	野球場北折返~ 国体道路合流	国体道路合流~ グリーンドーム第6P (往復)	国体道路合流~ 前橋ゴルフ場看板前 (往復)	国体道路合流~ TA	2周目合計	13.94km
	距離	0.17km	4.0km	2.60km	2.0km	6.97km	



北側（前橋ゴルフ場方面）折り返し地点

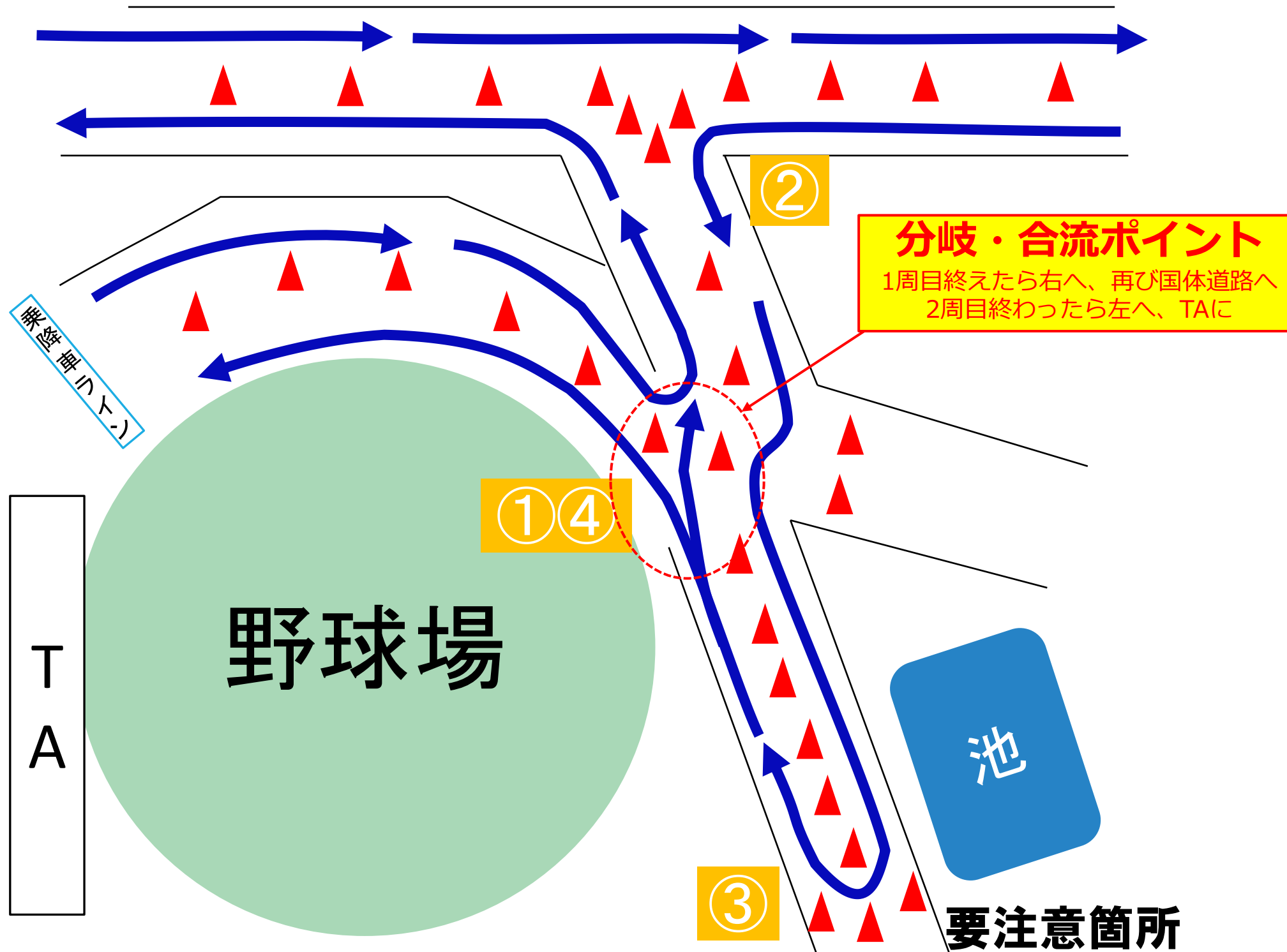


南側（グリーンドーム第6P）折り返し地点



# 一般の部・リレーの部 国体道路合流/折返し/周回分岐・合流地点

写真③の箇所は、折返しの際は安全にターンができるよう十分に減速してください。



①



②



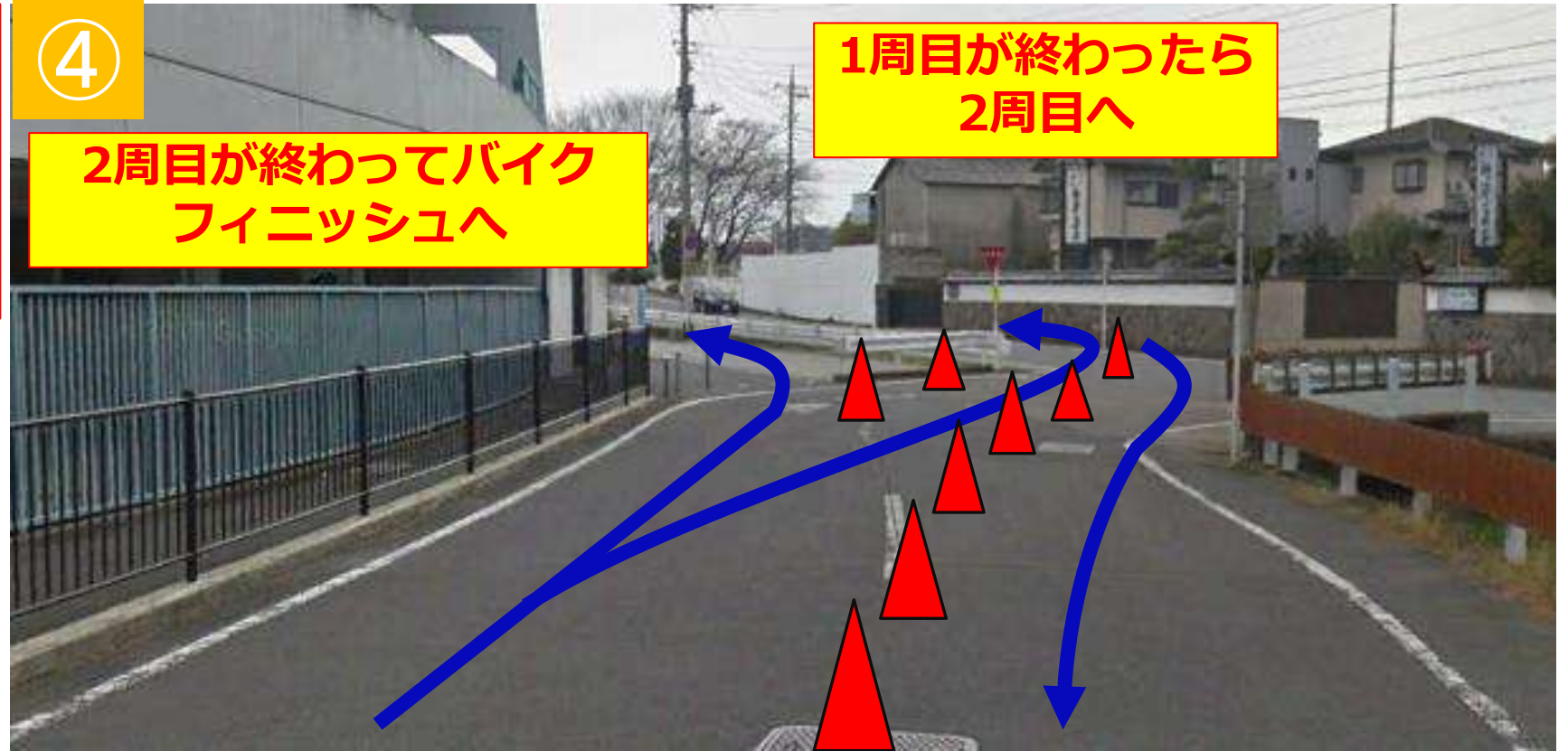
**分岐ポイント**  
 1周後、2周目は右へ  
 2周目終わったら左へ

④

2周目が終わってバイク  
 フィニッシュへ

1周目が終わったら  
 2周目へ

③



# ■一般・リレーの部 ランコース



★ランコースは2周回です。正田醤油スタジアム群馬前の松林に分岐ポイント（折り返し）を設けます。

★1周目が終わり2周目に向かう選手は折り返します。折り返したら、目印の「ゴムバンド」を受け取りましょう。

★2周目が終わったらフィニッシュに向かって直進します（輪ゴムがあれば直進と覚えておきましょう）。

# ■一般・リレーの部 コースレイアウト

バイクコース  
周回とフィニッシュへの  
分岐点

上毛新聞  
敷島球場

リレー選手待  
機場所

T/A

補助  
陸上  
競技場

周回の  
分岐ポイント

正田醤油ス  
タジアム群  
馬

■凡例

→ バイクコース

→ ランコース

