

# おきなわKINTトライアスロン大会2024 ルール抜粋/基本注意事項

2024/6/7現在

おきなわKINTトライアスロン大会2024にエントリーをする際、事前に理解しておくべきルールの抜粋、及び注意事項です。  
必ず読み、理解した上でのエントリーをしてください。  
ルール詳細、及び変更等については、追ってホームページに記載します。

## ●参加資格

- ・大会前日受付(2024/11/16土 10:00~17:00予定)に参加できる方。時間厳守。
- ・2024年12月31日において18歳以上の方。リレーは、高校生以上。
- ・競技運営の支障とならない健康な身体を有する方。
- ・パラトライアスロンでの参加ご希望の方は、別途問い合わせください。
- ・過去5年以内に51.5km以上のトライアスロン大会完走実績がある方。  
リレーは、スイム担当者が過去5年以内に51.5km以上のトライアスロン大会完走実績あるいは、1500m以上のオープンウォーター大会の完泳実績がある方。※1
- ・率先して大会規則を順守する方。
- ・スイム2kmを75分以内に泳げる方。リレーは、スイム担当者に適用。
- ・2024年度トライアスロン都道府県競技団体・学連登録会員である方。リレーは推奨。

※1: 完走または完泳した大会名(簡易名で可)、順位、その大会リザルトのURLをエントリーフォームに入力してください。  
大会は、距離が未達でもスタンダードディスタンスと称される大会であれば可。また当該大会が天候等の理由で距離短縮、デュアスロン等に変更の場合も含まれます。

## ●主な競技規則

詳細については、追ってホームページに記載します。

### 1、競技規則総則

日本トライアスロン連合(JTU)競技規則に準じ、一部ローカルルール(当大会のみに適用されるルール)を適用します。

### 2、制限時間

| 種目  | 時間     | ※累計時間 |
|-----|--------|-------|
| スイム | 1時間15分 |       |
| バイク | 4時間45分 |       |
| ラン  | 7時間30分 |       |

### 3、ウェットスーツ

- ・ウェットスーツの着用義務です。
- ・トライアスロン用の保温性が確保できるものに限りです。
- ・ラッシュガード、スイムスーツなどでは出場できません。
- ・体形にあっていないウェットスーツは危険ですので、必ず体形に合ったものをご用意ください。

### 4、スイム

- ・1周1kmを2周(2km)します。
- ・スタートはビーチスタート(海岸線からのスタート)です。
- ・ブイ等につかまってもかまいません。ただし、それを伝って進むことは禁止です。
- ・救助された場合、スキップ(次の種目へ移行することができるローカルルール)はできません。(詳細別途)

### 5、バイク

- ・公道、基本は片側規制(借用)のコースとなります。「Keep Left(基本、左側通行)」を厳守し、安全な走行を行ってください。
- ・1周約20kmを4周回するコース(78km)です。数か所、急な下りカーブがありますので、必ず事前にコースマップを確認下さい。
- ・自転車競技用ヘルメットを着用してください。(試走、移動での乗車中も含む)
- ・ロードバイク、TTバイクでご参加ください。(前後24インチ以上)(マウンテンバイク、クロスバイクなどは不可)
- ・ドラフティング走行・集団走行・併走は禁止です。
- ・パンク修理セットは必ず携帯してください。また、パンク修理はひとりでするように、練習しておくことが必須です。(人の手を借りての修理は失格です。)

### 6、ラン

- ・1周10kmを2周回するコース(20km)の予定です。詳細は追って発表します。