

八王子第 79 回八王子市民スポーツ大会
第 27 回アクアスロン大会 競技説明(2025/7/8 版)

I. 要項

主催	八王子市・八王子市教育委員会					
主管	八王子トライアスロン連合					
協力	一般社団法人東京都トライアスロン連合、JTU 東京ブロック協議会 KFC トライアスロンクラブ、(株)アイ建築企画、(株)イーツリーズ・ジャパン					
競技役員	実行委員長 大久保利晃（八王子トライアスロン連合 会長）					
日時	2025 年 7 月 13 日(日) 8:00 受付開始 10:00 競技スタート～13:00 解散予定					
会場	陵南プール（スイム）、浅川ゆったりロード（ラン） 住所 東京都八王子市東浅川町 31 番地 電車最寄駅 高尾駅 バス最寄停留所 八王子駅・西八王子駅・高尾駅より「御陵前」バス停下車徒歩 3 分 駐車場 東浅川保健福祉センター第 2 駐車場、高尾警察署近くの都駐車場(無料) ※駐車できる車両数に限りがありますので、なるべく公共交通機関にてご来場ください。					
競技内容	スイム・ランニングを連続して実施し、スイムスタートからランフィニッシュまでのタイムにより順位を計算します。トランジション(着替え等)の時間も、タイムに含まれます。 各競技タイプ／カテゴリーと参加資格、距離、定員は以下の通りです。					
	タイプ	カテゴリー	参加資格	距離		定員
				スイム	ラン	
	A	A1	小学校低学年（1～2 年生）	100m	1km	100 名
		A2	小学校中学年（3～4 年生）			
		A3	小学校高学年（5～6 年生）			
	B	B1	小学生(300m を 6 分以内に完泳出来ること)	300m	3km	
		B2	中学生・高校生・18 歳未満			
		B3	18 歳以上～49 歳以下			
		B4	50 歳以上			
表彰	各カテゴリーにおいて男女別 3 位まで。各タイプにおいて男女別優勝者。					
申込条件	下記の条件に同意いただけることがお申し込みの条件となります。 1. 参加費の返金は募集締め切り前まで全額（但し、事務手数料等 500 円差引き）返金します。締め切り後の返金はありません。 2. 荒天・コースの状況、その他の理由で大会競技が変更・中止になった場合、参加申込金の返金はありません。 3. 大会ホームページやマスコミ報道等々に、お名前及び大会時の写真を掲載・利用する場合があります。 4. 大会中に負傷等の事故に遭遇した場合、主催者及び大会関係者は一切の責任を負いません。 5. 大会主催者が設けた全ての規約、規則、指示に従うこと。					
参加費	A タイプ：1,000 円 B タイプ：2,000 円					
大会 HP	 https://hachi-tora.net 当日の開催可否、最新の参加案内などは、大会ホームページを確認ください。					
問合せ先	八王子トライアスロン連合 e-mail: info@hachi-tora.net 又は電話: 080-5492-8976(船田) 090-2555-8512(大久保)					

1. 大会会場

① 競技会場

都立陵南公園内の八王子市陵南プールにてスイム競技、浅川ゆったりロードにてラン競技を実施します。



② 駐車場について

東浅川保健福祉センター第2駐車場および高尾警察署南側の東京都駐車場が利用可能です。陵南プール駐車場はスタッフが使用するため、参加者・応援者は使用できません。

東福祉保健センター第2駐車場(約30台)から陵南プールまでは徒歩約4分、高尾警察署南側の東京都駐車場(約30台)から陵南プールまでは徒歩約5分です。どちらの駐車場に止めていただいても結構です。

それぞれの駐車場に大会スタッフがおりますので、案内に従って駐車してください。

2. スケジュール

時間	内容	場所
8:00	駐車場オープン	東浅川健康福祉センター第二駐車場 もしくは高尾警察署南側の東京都駐車場
8:00～8:30	受付	陵南プール入口
9:00～9:15	開会式・競技説明	陵南プールサイド
9:20～9:40	A タイプ試泳・ウォームアップ	プール
9:50	A タイプ召集	プールサイド
10:00	A タイプ スイムスタート	プール
10:30～10:50	B タイプ試泳・ウォームアップ	プール
10:50	B タイプ召集	プールサイド
11:00	B タイプ スイムスタート	プール
12:05	ラン競技終了	浅川ゆったりロード
12:20～	じゃんけん大会・表彰式	プールサイド
12:45頃～	記録証配布	プールサイド
13:00	解散	

※スケジュールは変更になる場合があります。

3. 当日お持ちいただくもの

- ① 参加案内メールの画面（もしくは本人のお名前が分かるもの）
- ② 競技に必要なもの
スイムウェア、スイムキャップ、ゴーグル(任意)
ランニングウェア、シューズ、ランニングキャップ（任意）、ゼッケンベルト(任意)
- ③ 給水、補給食（必要に応じて）
- ④ 健康保険証
- ⑤ その他、各自で必要と思われるもの（着替え等、雨具など）

当日は猛暑が予想されております。熱中症などの体調不良にならないように、各自で水分・塩分・カロリー補給等を十分検討ください。

プールサイドに設置されるトランジションに持ち込むランニング用のシューズは、裏面のよごれを雑巾等できれいにしてからご持参ください。プールサイドは原則土足厳禁のため、ご協力をお願いします。

4. 受付・出走チェック

- ① ご来場されましたら、受付にて参加案内メールを提示して、支給品を受領してください。
支給品は、スイム計測表・レース No・安全ピン・計測リストバンド・アンケート用紙・荷物預け袋です。
- ② 油性ペンを準備しますので、レースナンバーを左右両腕（もしくは手の甲）に書いてください。
- ③ 受付後、計測リストバンドを装着して、受付受信機にタッチして出走チェックをしてください。
- ④ 計測リストバンドは、スイムとランの計測に使用しますので、ランフィニッシュまで装着し続けるようにしてください。

競技終了後、アンケートにご回答いただいた方には、プレゼントがございます。さらに未成年の方は、



楽しみイベント(開催予定)への参加券がもらえます。

5. スイムの選手更衣・トイレ

着替えは、プール内の更衣室が利用できます。更衣後の荷物は、荷物預け袋にいただければ本部でお預かりできます。貴重品等は各自で管理をお願いします。

トイレもプール内のトイレを利用できます。

6. トランジションへのラン用具の設置

プールサイドに、スイム後にランニングのウェア・シューズに着替えるためのトランジションエリアを設置します。トランジションエリアには、レースナンバーごとにかごを設置してあります。各自の用具はかごの中に入れてください。

かごからは用具がはみ出さないようにしてください。ラン競技に向けて着替えるときに、使用した用具を乱雑に置いていく選手が見受けられます。トランジションでの行動も、トライアスロン・アクアスロン競技の一部です。トランジションエリアでは、整然と丁寧に、各自の用具の整理整頓を心がけてください。

7. 試泳

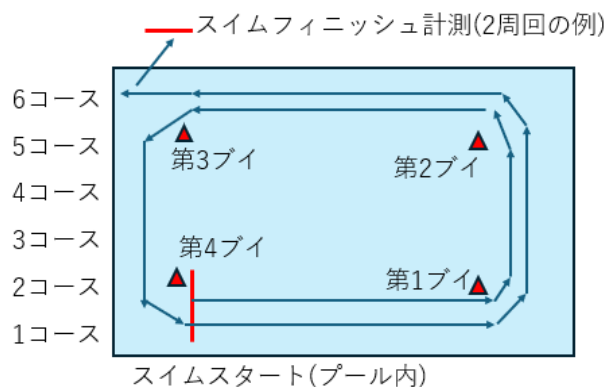
A タイプは競技説明後、B タイプはA タイプのすべての選手がスイムを終えた後に、10~20 分の試泳・ウォームアップを行えます。

競技開始後、すぐにペースが上がったり、水温の変化に慣れないため、呼吸が苦しくなることがありますので、必ず試泳は行ってください。

8. スイム競技

25m プールに浮かべられた4つのブイを、2 周回(A タイプ)もしくは6 周回(B タイプ)します。スタートは4~6 名ずつのウェーブスタートです。

- ① スタートの約 10 分前に招集係が案内しますので、プールサイドの招集所に泳げる格好で集合してください。各選手の招集時間はスタートリストに記載しております。必ず計測用リストバンドを装着して集合してください。
- ② スタート約 1 分前に、招集係の指示に従って、プールに入水します。
- ③ スターターの合図で、競技開始です。ブイの外側を泳いでください。
息が苦しくなったりした場合には、その場で立っても問題ありません。歩いて進んではいけません。
- ④ 規定の周回後、6. コースの壁をタッチしてください。
- ⑤ その後プールサイドに上がって、スイム計測器にリストバンドをタッチしてください。
スイムのタイムは、スターターの合図から、リストバンドをスイム計測機にタッチする前の時間です。



- Aタイプは2周回、Bタイプは6周回する。
- 周回終了後、6コースの壁をタッチしてからプールを上がる
- 周回数は参加者各自でカウントする。
- 途中で立ってもOK。歩くのは禁止。

Aタイプは3分間隔、Bタイプは6分間隔で次のウェーブがスタートします。次のウェーブスタートまでにスィムが終了しなかった選手がいた場合でも、既定の時刻にスタートとなります。次のウェーブのスタートまでに完泳できない場合でも、競技を継続できますが、後からスタートの選手の進行を妨げないように配慮をお願いします（一度止まっていたり等指示を行う場合がありますのでご了承ください。）

9. トランジション

ランニング用のウェアやシューズの着用を行います。レースナンバーは、上着に固定するか、ゼッケンベルト等を使用して、体の前面にスタッフから見えるように着用してください。

スィムキャップやゴーグル等は、かごからはみ出さないように収納してください。

すべての参加者がトランジション終了するまで、トランジションエリアには再入場できません。係員の指示に従って下さい。

トランジションの時間は、ラン競技の時間に含まれます。



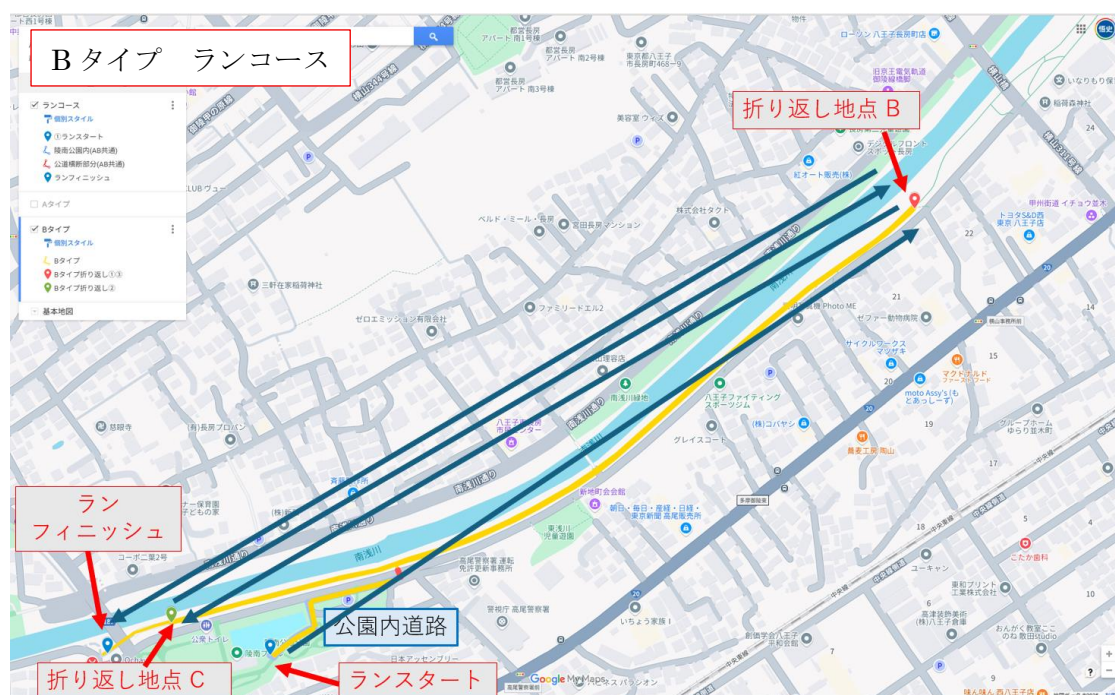
10. ラン競技

ラン競技は、トランジションエリア・プールサイドを出て、公園内を走行し、浅川ゆったりロードを走行します。選手同士の衝突・交錯を避けるため、**ゆったりロード内は右側を走行**してください。

Aタイプは、陵東橋下流のAで折り返し、南浅川橋の下をくぐってフィニッシュです。



Bタイプは、横山橋近くのBで折り返し、南浅川橋手前のCで折り返し、再度、Bで折り返して南浅川橋の下をくぐってフィニッシュです。(Bの折り返しを2回します)



ランフィニッシュ後、計測用リストバンドをスタッフに渡し、給水や補給ジェルを受け取ってください。

① ランコースの注意点 1

一般道路を横断した後、階段を下りてゆったりロードに出ます。階段が急ですので、注意して降りてください。

② ランコースの注意点 2

★最重要ポイント★

陵南公園から浅川ゆったりロードに出る際に、一般道路を横断します。大会当日は、交通規制はかかっておらず、一般車両が道路を走行します。大会スタッフにより、通行車両に注意喚起を行います。横断時に車両が接近する可能性があります。危険が予想される場合には安全確保のため大会スタッフにより選手に一時停止の指示をすることがあります。必ずスタッフの指示に従ってください。指示に従わない場合は、当該選手にその場で競技を中止させ、失格とする場合があります。一時停止の指示によって走行停止した時間も競技時間に含まれますので、ご了承ください。



③ フィニッシュ後の陵南プールへ戻るとき

ランコースを戻り、折り返し C 近くの階段を上り、陵南プールへ戻ってください。案内スタッフの指示に従って道路横断を行ってください。

1 1. その他

1 給水

フィニッシュ後に 500ml のペットボトルと、半冷凍のスポーツジェルを配布します。B タイプのランのコース上(折り返し B)には、スポーツドリンクの給水(紙コップ)のテーブルを設置します。必要に応じて各自で給水を準備してください。

2 表彰

カテゴリー毎に男女各 1～3 位、クラス毎に男女 1 位の表彰を行います。

3 記録証・記録

完走者には、記録証を当日配布予定です。大会ホームページより、全体リザルト・記録証の PDF ファイルをダウンロードできます。

4 棄権の申告

体調がすぐれないなどで棄権する方は、近くのスタッフに申し出てください。コースを離れ、日陰等で身体を休めてください。競技途中で帰宅される際は、必ずスタッフにお申し出てください。

5 医療

睡眠・食事・水分を十分にとり体調を整えてご参加ください。レース前あるいはレース中に体調の異常を感じたら、スタッフに申し出てください。また、競技中に異常とみとめた場合は、スタッフが止める場合があります。

6 感染症対策について

マスクの着用は、個人の判断とします。競技中は、熱中症リスクを避けるため、マスクを外すことをお勧めします。

7 気象条件による開催可否・競技内容変更について

雨天決行です。

但し荒天や雷雨、河川の増水等で安全の確保が困難になることが想定される場合、熱中症の危険度が高まった場合など、競技の変更（距離の変更等）または競技の一部もしくはすべての競技の中止をすることがあります。

大会の中止は当日朝 6 時までに決定します。変更内容は大会 HP「<https://hachi-tora.net/>」および大会本部にて発表します。不明な場合は、当日連絡先までお問合せください。

8 傷害保険

選手の皆さんが万が一、大会中にお怪我をされた場合に備えて、傷害保険に加入しております。

（入院日額 3000 円、通院日額 3000 円、死亡・後遺障害 300 万円）

もし大会中にお怪我をされた場合には、船田までご連絡ください。

病気は対象にはなりませんのでご了承ください。

9 当日の連絡

090-2555-6512（大久保）または **080-5492-8976**（船田）までお願いします。

公正で安全な競技のために

アクアスロンルールの概要

本大会のアクアスロン大会は「日本トライアスロン連合（JTU）競技規則 2019 年版」に従い、さらに本大会ローカルルールも併せて実施されます。本大会の基本的な考え方は、『安全に、楽しく、チャレンジする』ことを基本としています。記録タイムにこだわらず、無理をしないでトライアスロンの雰囲気を楽しんでください。

トライアスロン・ルールの目的は、選手の皆さんがスポーツマン精神に則り、自分の力で公正・安全に競技を行うことです。健康と安全は競技者個人の責任により守ってください。