

# ジュニア内灘チャレンジトライアスロン

## 開催要項

1. 主催 石川県トライアスロン協会（I T A）  
2. 日程 **令和7年4月19日（土）** 8時00分～11時30分頃まで  
※受付時間：7時30分～7時50分（受付場所：自転車競技場）  
3. 場所 スイム：内灘プール  
〒920-0264 石川県河北郡内灘町宮坂に1-9 電話 076-286-1800

バイク、ラン：石川県立自転車競技場  
〒920-0264 石川県河北郡内灘町宮坂に460 電話 076-286-1533

4. 内容 スイム、バイク、ランを行います。  
※各競技のタイム計測を行います。  
※雨天の場合はバイク競技を中止し、アクアスロン競技（スイムとラン）に変更する場合があります。（競技の変更は、7時30分までに決定し報告します）  
※周回は、各自で数えて頂きますようご協力をお願いいたします。

	スイム	バイク 1周300m	ラン 1周150m
小学校低学年 (1～3年)	100m (板キック可)	1800m (6周回)	450m (3周回)
小学校高学年 (4～6年)	200m	2700m (9周回)	900m (6周回)
中学生	400m	4500m (15周回)	1350m (9周回)

5. 参加定員 30名（小学低学年10名、小学高学年10名、中学生10名）  
北信越（石川、福井、富山、新潟、長野）在住の方に限る。  
※ただし、定員に達し次第申込を締め切ります（先着順）。  
6. 募集資格 健康な小学生、中学生  
トライアスロン大会の出場を考えている方、または興味のある方。  
7. 参加費 1,500円（非会員2,000円）  
トライアスロン協会会員は、トライアスロン保険が自動付帯されるため、会員登録して頂くことをおすすめします。詳しくは石川県トライアスロン協会のHPでご確認下さい。

- ※ジュニア会員の年会費は 600 円です。
8. 持ち物                    スポーツウェア、水着、水泳帽、ゴーグル、自転車、ヘルメット、  
                                 シューズ、タオル、飲み物、着替えなど  
                                 ※ビート板はプールにあります。使用する際は、スタッフに声をかけ  
                                 てください。
9. 申込方法                Google フォームから申し込んでください。



<https://forms.gle/JiTZpAEnvxLxbhQf7>

- 
10. 申込期間              **令和 7 年 2 月 1 日から 4 月 12 日**
11. 振込先                 北國銀行 西金沢支店 普通 308227  
                                 口座名義 イシカワケントライアスロンキョウカイ
12. 問い合わせ         石川県トライアスロン協会事務局  
                                 [info@ishikawa-tri.com](mailto:info@ishikawa-tri.com)    <http://iskwtri.m1.valueserver.jp/>
13. 受付場所、練習場所について
- 受付は、自転車競技場で行います。警約・同意書と健康チェックシートの提出をお願いいたします。※受付後、競技場内に自転車を搬入します。
- 練習場所は、スイムが内灘プール、バイクとランが石川県立自転車競技場内となります。（開催地は、上記「場所」に記載。）各種目が終わり次第、次の会場へ移動して頂きます。安全に移動が出来るよう、スタッフの指示に従ってください。ご協力をお願いいたします。

#### 14. 当日のスケジュール

※トランジションエリアの用具の搬入、撤収は、スタッフが安全を確認した時点で指示をします。会場ではスタッフの指示に従って下さい。

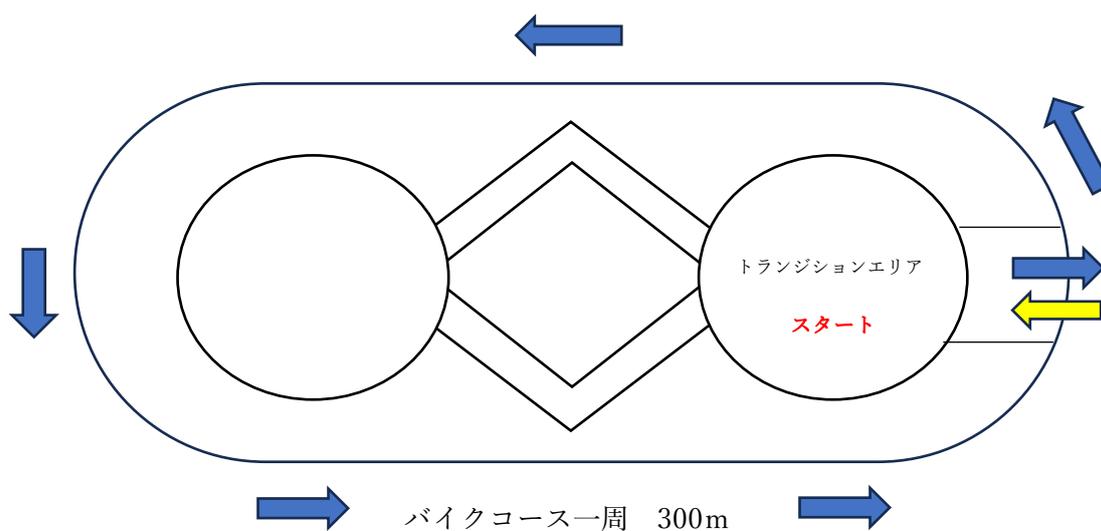
時間		練習の流れ		場所	
7:30~7:50		受付開始 ※同意書、健康チェックシートの提出をお願いします。(同意書に健康保険証のコピーを添付して下さい) ※受付を終えた選手から自転車の搬入を行います。 ※中学生は受付後にバイクの試走を行います。		自転車競技場	
各学年に分かれて移動して下さい					
小学低学年		小学高学年		中学生	
8:00		プールへ移動		8:00	
8:20	スイム説明 アップ開始 スイム 100m計測 (板キックあり)	8:20	※参加人数により、低学年と一緒にタイム計測する場合があります。	バイク試走	
8:45	プール玄関に集合 自転車競技場へ移動	8:40	スイム説明 アップ開始	8:30	プールへ移動 プールサイドに集合
		8:50	スイム 200m計測 ※人数が多い場合は、安全確保のためA班B班に分かれる。		
9:00	バイク試走			9:00	スイム説明 アップ開始
9:10	バイクタイム計測	9:15	プール玄関に集合 自転車競技場へ移動	9:10	スイム 400m計測 ※人数が多い場合は、安全確保のためA班B班に分かれる。
9:25	ラン試走	9:30	バイク試走	9:30	プール玄関に集合 自転車競技場へ移動
9:35	ランタイム計測	9:40	バイクタイム計測		
9:50	終了 記録証の授与	10:00	ラン試走	10:00	バイクタイム計測
		10:10	ランタイム計測		
		10:25	終了 記録証の授与	10:25	ラン試走
				10:35	ランタイム計測
10:30	終了 記録証の授与				

## 15. 会場の地図



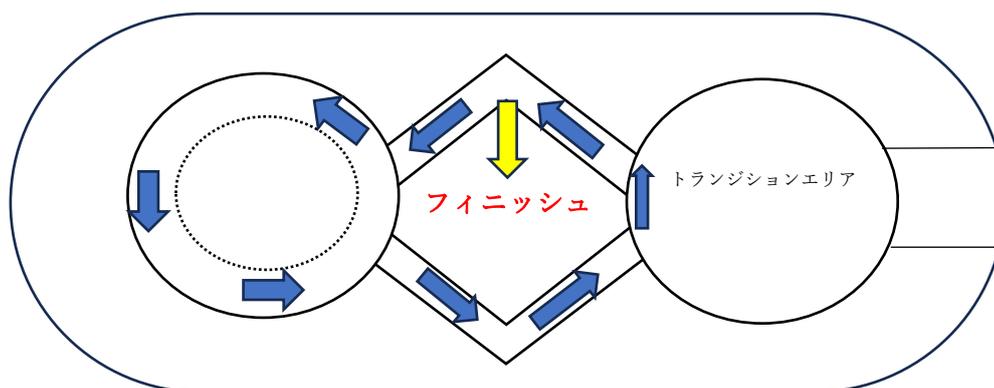
## 16. コース図 (バイク)

- ①中央の芝生からスタートして、トランジションエリアへ移動
- ②一周 300mのコースを周回する (外側のバンクではなく、内側を使用)
- ③トランジションエリアへ戻り、バイクラックに自転車を置く

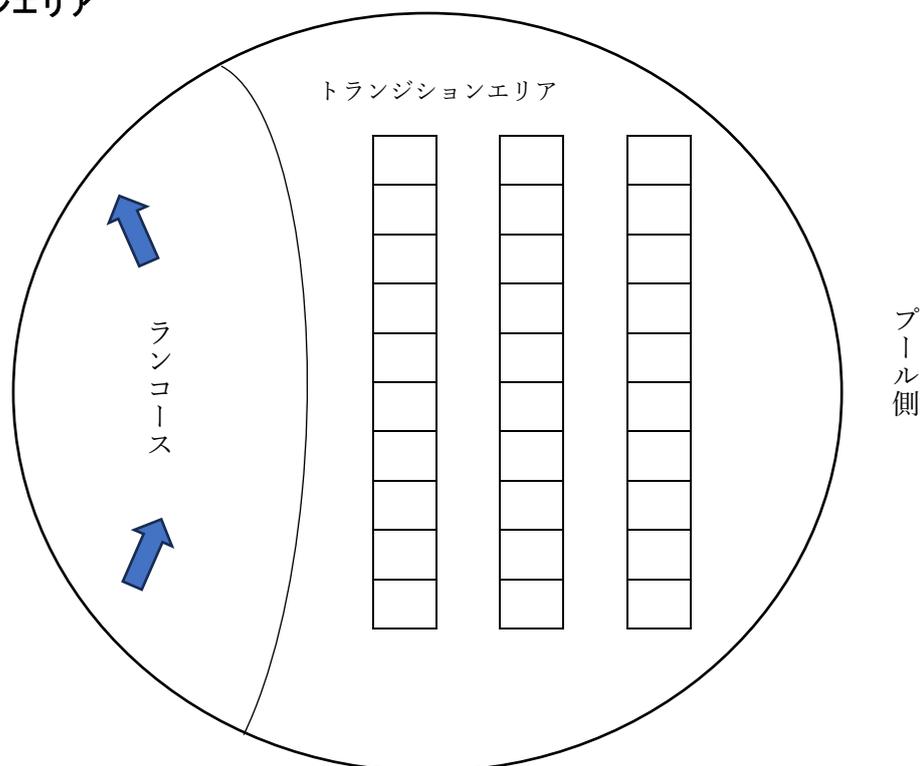


### 17. コース図 (ラン)

- ①トランジションエリアからスタート
- ②一周 150mのコースを周回する
- ③周回を終えた選手から、フィニッシュに向かう



### 18. トランジションエリア



## 2025 年 ジュニア内灘トライアスロン記録会

### 誓約・同意書

私は、この記録会参加にあたり、下記の事項を契約・同意いたします。

1. 記録会主催者が設けた、規約規則指示に従います。
2. この記録会では、安全第一を心がけ、丁寧にアスリートとしてのマナー・技術向上などに取り組みます。
3. 記録会会場到着から、終了後帰路につくまで、私個人の所持品・用具の使用管理など、一切に責任を持ちます。
4. 記録会参加者には、主催者がバイク・ランの競技中に不慮の事故が発生し、ケガによる通院・入院、障害、死亡に備え協会で一定の保険に加入していますが、参加者各位でも、傷害保険・賠償責任保険に常時加入をして参加してください。
5. 私は不慮の事故によるケガ・障害・死亡については、主催者加入の傷害保険から給付の範囲以上の請求はせず、他者に損害を与えた場合など、自己責任で対応いたします。
6. 私は、健康状態良好で記録会に参加します。途中で不調になった場合、選手または保護者が自らの申し出しにより競技を中止いたします。
7. 私は、記録会参加中に負傷・急病時には、担当者による応急手当と指示に従い、場合によっては救急搬送対応となることを了承します。
8. 私は、申込後に参加費の払い戻しされないことを了承します。
9. 私は、競技中の私の画像・氏名などが新聞やSNSやメディア・主催者に掲載、使用されることを許可します。
10. 私は、参加にあたり、健康状態のチェックシート等に記載した事項が真実であることを誓います。
11. これらの事項を参加者と参加者の保護者が承認し、参加申込フォームにチェックいたします。
12. 下に健康保険証のコピーを貼り付けて下さい。また、この「契約・同意書」に同意し参加する場合は、参加者氏名と保護者氏名を記入して下さい。記入漏れ等がある場合は、参加できません。

参加者氏名

保護者氏名

## 健康チェックシート

当日の体調を記入してください。「あり」にチェックがある場合は、参加をご遠慮ください。

咳(せき)・のどの痛みがある	あり・なし
息苦しさや胸の痛みがある	あり・なし
だるさ・めまい・頭痛の症状がある	あり・なし
身体が重い・疲れが残っている	あり・なし
下痢、激しい腹痛がある	あり・なし
現在、家族や身近に感染症にかかっている方がいる	あり・なし
現在、学校で感染症が流行し学級閉鎖になっている	あり・なし

名前		月 日 ( )	
		起床時の体温	