

# FUREAI TRIATHLON

第32回 遊水地ふれあいトライアスロン群馬大会

第16回 日本学生スプリングトライアスロン選手権渡良瀬大会

2025 全日本大学トライアスロン選抜大会

## Athlete's Guide

5月16日現在

本アスリートガイドは5月16日現在の情報です。  
準備の関係上、未決定情報を含んでいる場合があります。  
今後の更新版を『必ず』確認いただきますようお願いします。



Triathlon  
Japan

【 JTU トライアスロンエイジグループ・ナショナルチャンピオンシップ 】

本大会は 2025JTU トライアスロンエイジグループ・ナショナルチャンピオンシップシリーズ(スタンダード)対象大会です。



AGE GROUP   
NATIONAL CHAMPIONSHIP SERIES

## ごあいさつ

競技委員長 小野田 富康  
(群馬県邑楽郡板倉町町長)

新緑の美しい季節を迎え、本日ここに「第 32 回遊水地ふれあいトライアスロン大会」が盛大に開催されますことを、板倉町民一同心よりお祝い申し上げます。

板倉町では、町民の健康寿命を延ばすことを目標に「健康づくりのまち」宣言をし、町民・地域・行政が一体となり、健康づくりに取り組んでいるところです。運動やスポーツに親しむことは健康な体をつくる上で非常に重要な要素であり、より一層盛り上げていきたいと思っております。

本年、板倉町は町制施行70周年という大きな節目を迎えました。町内では、70周年を記念とするさまざまな行事や取組が行われ、町全体が活気に満ち、にぎわいを見せているなか、伝統ある当大会が開催されることは、嬉しい限りです。

トライアスロンといえば、スイム・バイク・ランの3種目を1人で行うという非常にタフな競技であり、体力だけでなく強い精神力も必要とされます。大会に参加される皆さまにおかれましては、日頃のトレーニングの成果を十分に発揮していただき、素晴らしい結果を収めることを期待しています。そして、選手の皆さまが、当大会の経験をもとに選手としての活躍の場を広げるとともに、他選手との交流を通じ、競技生活が豊かになることを願っています。

さて、大会会場となります渡良瀬遊水地は、群馬、栃木、埼玉、茨城の4県にまたがる33平方キロメートルの広大な面積を誇り、その中に多種多様な動植物が生息していることなどからラムサール条約湿地に登録されるほど自然豊かな場所です。四季を通じてバードウォッチングや自然観察など首都圏におけるオアシスとして、訪れる多くの方々に憩いと潤いを与えております。

また、板倉町の「利根川・渡良瀬川合流域の水場景観」は、国の重要文化的景観にも選定されています。町の中心を流れる谷田川の揚舟ツアーでは、ゆっくりと流れる川の上で癒しの時間を過ごすことができます。

このように板倉町は人と自然が調和する町であり、参加者の皆さまには遊水地の他にも板倉町の魅力を感じていただければ幸いです。

結びに、この大会を開催するにあたり、ご尽力いただきました関係者の皆さまに心から感謝申し上げるとともに大会の成功をご祈念申し上げ、ごあいさつといたします。



板倉町章

## 遊水地ふれあいトライアスロン大会（游トラ）にようこそ！

大会会長 小平 博

（一般社団法人 群馬県トライアスロン協会 会長）

第32回遊水地ふれあいトライアスロン大会（游トラ）に参加される皆さん、いよいよ競技開始ですね。広大な渡良瀬遊水地、その水面を前にして気持ちも昂ぶることでしょう。大会に向けて積み上げたトレーニング成果をいかんなく発揮して笑顔でフィニッシュすることを願っています。

游トラ大会は、国土交通省の許可を頂き、特別に遊水地でスイム競技を行い、来場者のご理解を得ながらバイクおよびラン競技を行います。その運営には、地元板倉町をはじめ関係各位そして多くのTO（審判）スタッフやボランティアの皆様を支えられて開催されます。そして選手、観戦者、運営スタッフすべてのふれあいの元で開催される大会です。皆様が大会を楽しんでいただけることを祈念し、心より感謝を申し上げます。

## 大会実行委員長 兼 大会 MC

遊水地トライアスロン大会名物ともいえるMCは、FM KIRYUで約20年間パーソナリティを務めるDJレモンマスターこと長岡光雄氏。自身トライアスリートでもある長岡氏は、当日のMCだけでなく準備段階より強力に大会をバックアップしてくれています。サポートMCである齋藤花葉さんとの軽快なやり取りをお楽しみください。



## 目次

|          |      |            |      |
|----------|------|------------|------|
| はじめに     | P-01 | 競技説明       | P-11 |
| 大会概要     | P-03 | 会場案内       | P-13 |
| 大会組織     | P-04 | コース図       | P-16 |
| 競技スケジュール | P-05 | 開催地 / 協賛企業 | P-17 |
| 競技関連情報   | P-06 | スポンサー一覧    | P-18 |
| 競技規則     | P-08 |            |      |

アスリートガイドについて

本資料の目的は、すべての出場選手が本大会に関するすべての手続きを確実に理解することにあります。  
この情報は変更される可能性があります。変更箇所は更新版での確認をお願いします。  
なお、WEB 競技説明会も必ずご確認ください。

大会概要

|      |                                                                                                                                                                 |      |                      |
|------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|----------------------|
| 大会名称 | 第 32 回 遊水地ふれあいトライアスロン群馬大会<br>第 16 回 日本学生スプリングトライアスロン選手権渡良瀬大会 2025 年 全日本大学トライアスロン選抜大会                                                                            |      |                      |
| 開催日程 | 2025 年 5 月 18 日（日曜）雨天決行                                                                                                                                         | 開催開場 | 渡良瀬遊水地（群馬県邑楽郡板倉町海老瀬） |
| 主 催  | 一般社団法人 群馬県トライアスロン協会                                                                                                                                             |      |                      |
| 後 援  | 板倉町 板倉町教育委員会 日本学生トライアスロン連合（財）群馬県スポーツ協会                                                                                                                          |      |                      |
| 協力団体 | （財）渡良瀬遊水地アクリメーション振興財団 前橋トライアスロン協会 伊勢崎市トライアスロン協会<br>富岡市トライアスロン協会 高崎市トライアスロン協会 大間々銀輪夢倶楽部<br>桐生整形外科病院 東前橋整形外科 館林厚生病院 館林地区消防組合<br>[ 板倉町商工会 ] 板倉町体育協会 上武大学 板倉町農産加工組合 |      |                      |
| 協賛企業 | 株式会社タイガーカワシマ                                                                                                                                                    |      |                      |

競技内容

|           |     | スタンダード      | 大学選抜        | 大学オープン      |
|-----------|-----|-------------|-------------|-------------|
| 競 技       | スイム | 1.5km       | 1.5km       | 1.5km       |
|           | バイク | 40km        | 40km        | 40km        |
|           | ラ ン | 10km        | 10km        | 10km        |
| 競技方法      |     | 連続して 1 人で行う | 連続して 1 人で行う | 連続して 1 人で行う |
| 制限時間（スイム） |     | 4 時間（1 時間）  | 4 時間（1 時間）  | 4 時間（1 時間）  |

※ 保険内容：死亡・後遺症 /1,000 万円、入院 /5,000 円、通院 /3,000 円

表 彰

| 部 門     | 区 分                | 性 別   | 表 彰                                |
|---------|--------------------|-------|------------------------------------|
| 総 合     | スタンダード、学生選抜、大学オープン | 男子・女子 | 各 1 ～ 6 位                          |
| 大学対抗・団体 | 学生選抜               | 男子・女子 | 各 1 ～ 3 位                          |
| 年 代 別   | スタンダード             | 男子・女子 | 29 歳以下、30 代・40 代・50 代・60 歳以上 各 1 位 |

※年代別表彰については、総合部門の入賞者は除く。※大学対抗戦は同大学参加者上位 3 名合計タイムとする。

JTU トライアスロンエイジグループ・ナショナルチャンピオンシップシリーズ（NCS）順位

NCS 順位は正式リザルトの結果が反映されます。

## 大会役員

| 役 職 名 | 氏 名    | 所 属                 |
|-------|--------|---------------------|
| 大会会長  | 小平 博   | (一社) 群馬県トライアスロン協会会長 |
| 大会顧問  | 笹川 博義  | (一社) 群馬県トライアスロン協会顧問 |
| 競技委員長 | 山西 哲郎  | (一社) 群馬県トライアスロン協会顧問 |
|       | 岡田 朋彦  | (一社) 群馬県トライアスロン協会顧問 |
|       | 山口 裕行  | (一社) 群馬県トライアスロン協会顧問 |
|       | 小野田 富康 | 板倉町町長               |
|       | 赤坂 文弘  | 板倉町教育長              |
|       | 宇佐美 彰朗 | 日本学生トライアスロン連合会長     |
|       | 良田 智雄  | 日本学生トライアスロン連合副理事長   |

## 競技委員

| 役 職 名      | 氏 名     | 所 属                         |
|------------|---------|-----------------------------|
| 技術代表 (TD)  | 初山 宏隆   | (一社) 群馬県トライアスロン協会理事         |
| 審判長 (HR)   | 入澤 和人   | (一社) 群馬県トライアスロン協会理事         |
|            | 三部 想来   | 日本学生トライアスロン連合審判委員長          |
| 審判監督 (CTO) | スィム     | 櫻井 正明 (一社) 群馬県トライアスロン協会副理事長 |
|            | バイク     | 岸 好昭 (一社) 群馬県トライアスロン協会      |
|            | ラ ン     | 町田 幸宏 (一社) 群馬県トライアスロン協会     |
|            | トランジション | 大久保 達生 (一社) 群馬県トライアスロン協会    |
| エイドステーション  | 木村 譲二   | (一社) 群馬県トライアスロン協会監事         |
| メディカル      | 門田 聡    | (一社) 群馬県トライアスロン協会           |
| 救 護        | 長谷川 克樹  | 埼玉県トライアスロン連合                |
| 審議委員       | 小平 博    | (一社) 群馬県トライアスロン協会会長         |
|            | 初山 宏隆   | (一社) 群馬県トライアスロン協会理事         |
|            | 茂木 利明   | (一社) 群馬県トライアスロン協会理事         |
|            | 諏訪 琢磨   | 日本学生トライアスロン連合学生委員長          |

競技上の不明点は  
このユニフォームの審判に  
お問い合わせください



その他、多くのスタッフ及びボランティアによって当大会は支えられています

## 遊水地ふれあいトライアスロン群馬大会

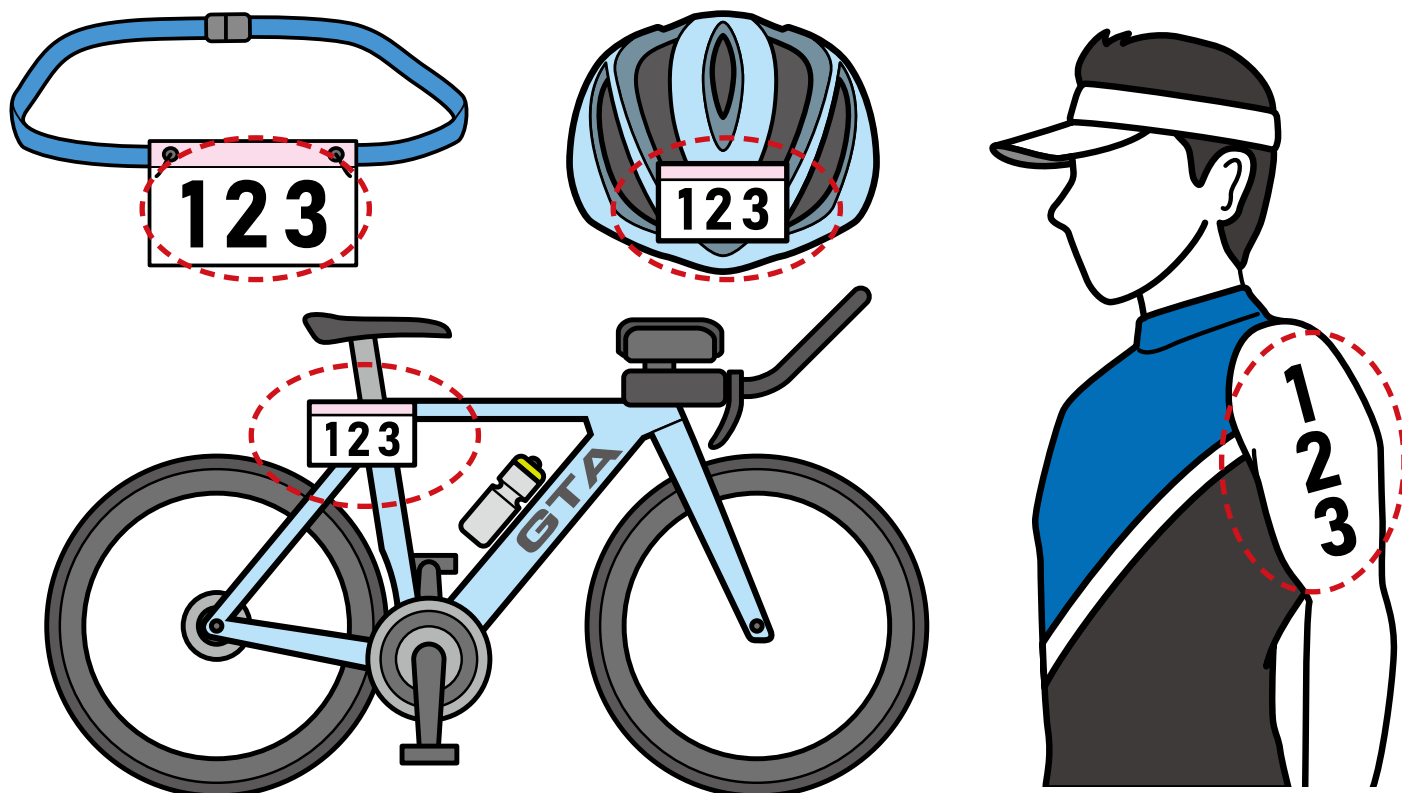
| 時 刻               | 内 容                           |
|-------------------|-------------------------------|
| 08 : 00 ~ 09 : 00 | 選手受付（QR チェックイン）トランジションオープン    |
| 08 : 50 ~ 09 : 20 | アンクルバンド配布 入水チェック スイムウォーミングアップ |
| 09 : 20 ~ 09 : 27 | オープニングセレモニー                   |
| 09 : 30           | 第 1 ウェーブスタート                  |
| 09 : 32           | 第 2 ウェーブスタート                  |
| 09 : 34           | 第 3 ウェーブスタート                  |
| 13 : 30（予定）       | 全競技終了                         |

## 日本学生スプリングトライアスロン選手権渡良瀬大会 / 全日本大学トライアスロン選抜大会

| 時 刻               | 内 容                           |
|-------------------|-------------------------------|
| 06 : 00 ~ 07 : 00 | 選手受付（QR チェックイン）トランジションオープン    |
| 06 : 50 ~ 07 : 20 | アンクルバンド配布 入水チェック スイムウォーミングアップ |
| 07 : 20 ~ 07 : 27 | オープンセレモニー                     |
| 07 : 30           | 全日本大学選抜男子一斉スタート               |
| 07 : 32           | 全日本大学選抜女子一斉スタート               |
| 07 : 35           | 大学オープン 第 1 ウェーブスタート           |
| 07 : 37           | 大学オープン 第 2 ウェーブスタート           |
| 07 : 39           | 大学オープン 第 3 ウェーブスタート           |
| 11 : 35（予定）       | 競技終了                          |

## ステッカー類の貼付

バイクステッカーはバイクのサドル下あたり右の見える位置に貼り付けてください。ヘルメットステッカーはヘルメットの正面に貼ってください。レースナンバー（ゼッケン）はレースナンバーベルトを使用することを推奨します。一枚のみ使用の場合、バイク競技では後方から見えるように、ラン競技では正面から見えるようにしてください。レースナンバーシール（ボディナンバーシール）は当日の朝、両腕に張り付けてください。それぞれステッカー・シール類は入場時に確認しますので、完備してから会場入りしてください。



## アスリートチェックイン

上記、各ステッカー・レースナンバー（ゼッケン）・レースナンバーシール（ボディステッカー）類を完備したうえ、競技に必要な物を持ってトランジションエリアに入場します。その際、スマートフォンまたはプリントアウトした「QRコード」を読み取り機にかざして入場してください。

## アンクルバンドその他

計測用アンクルバンドは、スイム試泳スタートエリア入場時に渡します。スイムスタート前に必ず試泳（スイムウォームアップ）を行ってください。

## 注意事項

### 1. 駐車場

一般選手は第 1、第 2、第 3 駐車場を学生登録選手は第 2 駐車場をご利用ください。(P13 地図参照)  
 駐車場における盗難等は一切の責任を負いません。車上荒らしにご注意ください。**車の施錠は忘れずに！**

### 2. ゴミの持ち帰り依頼

大会会場は公共施設です。特別に許可を受けて大会は開催されています。ゴミの持ち帰りも使用許可条件の一つとなっておりますので、必ず各自でお持ち帰りください。皆様のマナーが後の継続的な大会開催につながります。

### 3. 大会による補償

本大会中の事故に関しては、大会主催者が加入する保険の範囲内で補償いたします。  
 [ 保険の補償限度額：死亡・後遺障害 1,000 万円、入院日額 5,000 円、通院日額 3,000 円を限度 ]

### 4. 大会マナー、ルールの厳守

本大会は 100 名を超えるボランティア・スタッフで支えられています。選手は、大会ルールやマナーを厳守し、スポーツマンシップに則り競技をしてください。

### 5. 参加受付票

スイムキャップ・各ステッカー・レースナンバー(ゼッケン)・レースナンバーシール(ボディステッカー)・リストバンド(黄色)は、事前に「参加受付票」に同封し送付します。大会 1 週間前までに未送付の場合は下記大会事務局にお問い合わせください。

\* 大会当日再発行の場合手数料 3,000 円

### 6. リストバンド

トランジションエリアには、競技者、大会関係者および競技役員以外は基本的に立ち入ることができません。事前配布した黄色のリストバンドによって競技者の識別を行いますので、トランジションエリアへの入場から競技が終了してバイクピックアップを完了するまで必ず手首に装着したままにしておいてください。

### 7. 完走証・リザルト

公式リザルトは、確定次第群馬県トライアスロン協会ホームページに掲載します(下記 URL 参照)。  
 完走証はホームページよりダウンロードしてください。

### 8. 競技説明

事前に WEB 競技説明を視聴し、理解度チェックを完了してください。

### 9. 肖像権

主催者は、大会中の写真や映像を、大会宣伝等に使用する権利を持ちます

## 大会記録

群馬県トライアスロン協会ホームページ

<https://www.gunma-triathlon.com>

【大会に関する問い合わせ、緊急連絡先】

遊水地ふれあいトライアスロン大会事務局

〒376-0035 群馬県桐生市仲町 3-10-23 小島マンション 206 E-mail : bar\_lemon\_n@yahoo.co.jp

※競技内容等に関するお問い合わせはメールで受け付めます。

▶ 当日の緊急連絡先 : 090-6655-8529 (長岡)



## 全 般

1. 全てにおいて安全を最優先し、競技役員の指示に従うこと。
2. 参加登録選手で、当日やむを得ず参加できなくなった場合は、下記の条件を満たすことにより代替出場を認める。  
〔条件〕・登録選手の自筆による承諾書提出（押印）
  - ・代替出場者の誓約書（押印）
  - ・上記手続きを大会当日、大会本部にてアンクルバンドは配布開始時間までに完了すること。
  - ・カテゴリーの変更は不可
3. トランジションエリア内のバイクラックは、競技者自身の定められた場所のみ使用できるものとし、競技に不要な物は持ち込まない。他の競技者の妨げになるようなことをしてはならない。
4. 健康保険証は必ず持参すること。（コピー可）
5. 大会当日は、競技についての質問には対応しない。大会要項・競技説明会で熟知する。
6. アンクルバンドを紛失した場合は有償（1 個 3,000 円）とし、大会本部に申し出る。

## 競技運営

大会主催者は、降雨・強風など気象状況の悪化により、十分な安全が確保できないと判断した場合は、競技内容の変更または競技の中止を決定する権限を有する。また、上記のほか次の権限を持つ。

- 競技規則に違反した競技者を退場、失格させる権限。
- 過度の疲労や事故などの理由により、競技続行に支障があると判断した競技者に対して、競技続行の中止、退場を命令する権限。
- 身体に有害な刺激物、興奮剤、アルコール飲料などを使用した競技者を失格とさせる権限。

## 全部門共通規則

1. 競技者は、競技規則を厳守するとともに、主催者運営員が発する案内、指示及び注意、警告、命令を厳守しなければならない。
2. 競技者は、自己の責任において体調の維持、安全管理を行い、体調などに異常を感じたら、直ちに休息を取るか、競技を中止しなければならない。
3. 競技者は、スポーツマンとして責任ある行動が要求される。不当な申告、暴言、その他スポーツマンらしくない行為は失格の対象となる。
4. 競技者は、リタイアするときは競技係員に申告し、アンクルバンドを返納し、レースナンバーをはずして競技係員の指示に従う。
5. 自らの意志で棄権した競技者及び主催者運営員からの競技続行の中止・失格を命じられた競技者は、速やかに競技コースから退去し、他の競技者の競技続行を妨げてはならない。
6. トライアスロンは個人で行うスポーツであるため、定められた場合を除き、第三者のいかなる助力をも受けてはならない。
7. 主催者から提供されたレースナンバーは、主催者の指示に従い着用または、所定の位置（バイクは背中、ランは胸）につける。
8. 競技者が指定のコースを離脱した場合は、離脱した地点に戻って競技に復帰することを認める。
9. 各競技の制限時間は主催者が設定し、その時間内に通過できない場合は DNF（未完走者）となる。
10. トランジションエリア内に必要時間以上留まっている場合は、競技続行不能と判断して DNF（未完走者）となる。
11. 前あきファスナーのレースウェアを使用する場合は、着用中はファスナーを閉めること。

## スイム競技

1. スイムキャップ及びウエットスーツの着用を義務付ける。またゴーグルの使用は認める。
2. 足ひれ・パドルなどの推進補助具やシュノーケルの使用は禁止する。
3. スイム競技中何らかの援助を受け、他の競技者より有利な条件となった場合、直ちに失格とする。ただし、緊急時や小休止のため、コースロープやブイなどにつかまりその場にとどまることはできる。
4. 泳ぐこと以外の方法で移動した場合は失格とする。
5. 計測用アンクルバンドは、スイム試泳エリア入場時に渡すので余裕をもって来場する。
6. 体調に異常を感じた時は最悪の状況に陥る前に、勇気あるリタイアをすること。状況によっては、役員が中止させる場合もある。リタイアをする場合は、キャップを手に取り、大きく手を振り、大声でライフガードに知らせ、直ちに救助を求めること。
7. スイムが中止の場合、5km のランニングに変更する場合がある。
8. スイム競技の制限時間を超えたものは DNF ( 未完走者 ) とする。  
\* レスチューブを着用する場合、競技中に使用した時点でリタイアとする。

## バイク競技

1. 競技者はヘルメットを着用しなければならない。
2. 競技中のメカニクトラブルには、すべて競技者自身で対処すること。
3. ドラフティング・ブロッキングルールを熟知し、いかなるときもドラフティング・ブロッキングをさけるように競技しなければならない。( 下記解説参照 )
4. 第三者や物を利用し他の競技者より有利な状況を作り出す行為は、不正行為としてみなされるので注意すること。
5. ドラフティングにならない距離であっても、集団走行は事故の危険率が高いため、競技者同士がお互いに自覚し、集団走行を解除する努力を行うこと。
6. 左側通行を原則とする。他の競技者を追い抜く場合は、右側を安全な距離を取って速やかに追い抜くこと。この時、一声掛けて追い抜くことを推奨する。
6. レースナンバーは背面に付けること。

## 解説

### ドラフティング禁止：以下のルールを順守しなくてはならない

#### ■ドラフティング

他の競技者のドラフトゾーンに入って走行すること。バイクの前輪最前部を起点に、後方 12 m をドラフトゾーンという。選手はこのゾーンから 25 秒以内に抜け出さなくてはならない。

#### ■ブロッキング

他の競技者を追い越したとき、ドラフトゾーンの 12 m 以上開けずにキープレフト走行に入ることを言う。また、他の競技者の右側を同一速度で併走すること。選手はこのゾーンから 25 秒以内に抜け出さなくてはならない。

#### ■キープレフト

路肩または競技コース左端から 1 m 以内を基準に走行すること。交通規制等でコース幅が広い場合は、その左側 1/3 を基準として走ること。

## ラン競技

1. 走ること、歩くこと以外の移動方法をとってはならない。
2. コースは、スイム競技開始後 4 時間で閉鎖する。閉鎖後、ランニングコースにいる競技者は DNF（未完走者）となる。
3. レースナンバーは前面に付けること。

## 罰 則

1. 罰則には指導・タイムペナルティ（ストップアンドゴーを含む）・失格がある。

### タイムペナルティ

- ▶ ドラフティング・ブロッキング違反：スタンダード・大学選抜・大学オープン…60 秒
- ▶ その他の違反：スタンダード・大学選抜・大学オープン…15 秒

2. 罰則の適用は審判長又は審判員によって宣告される。

## 抗 議

抗議は、競技終了後、又は競技離脱後 30 分以内に大会審議委員会に文書にて申し出ること。

以上の競技規則のほか、原則は「日本トライアスロン連合競技規則」に準ずる。

## スイム競技

### 1. スタート

- (1) ウエットスーツ・スイムキャップを着用しない競技者は、スタートできない。
- (2) アンクルバンドは選手の安全確認と計時に不可欠なものであるため、付けていない選手はスタートできない。  
左右どちらかの足首に装着する。
- (3) スタート合図以前に、スタートラインより前に出ることを禁止する。
- (4) スタート直後、水中バトルが予想されるため、自信のない選手は、後方よりスタートすること。

### 2. コース

- (1) 750m のコースを 2 周回とする。
- (2) 救助を求める時は、手を大きく振ること。(ライフガードが対応する)

### 3. スイムスキップ

- (1) 大会当日の天候や湖面状況、そしてご自身の体調や練習状況などを考慮してスイムパートをパス（スイムスキップ）してバイク・ランを行うことができる
- (2) 申請方法  
スイムウォームアップエリアに設置されているアンクルバンド配布コーナーで審判員に申し出ること。  
または 1 周目終了時にスイムアップして審判員に申し出ることでもできる。  
※申請後はスタッフの指示に従って待機すること。(待機場所は P15【大会会場エリア】参照)  
※**スイムコース途中でのスイムスキップはできない。その場合は棄権となる。**  
※スイムスキップした場合は、スイム最終の選手通過後のスタッフ指示によりスタートする。
- (3) スイムスキップした場合は DNF（未完走者）となる。

## バイク競技

### 1. コース

- (1) 7.2km の周回コースを 6 周回とする。  
※周回数は選手自身で管理してください。
- (2) 乗車・降車位置では係員の指示に従う。
- (3) スイムフィニッシュ地点での横断は、バイクの通行を優先するが競技役員の指示に従うこと。

### 2. スタート

- (1) 脱いだウエットスーツは小さくまとめてバイクラックの下に置く。
- (2) バイクをラックから外す前にヘルメットを着用しストラップをはめる。
- (3) トランジションエリア内での乗車走行は禁止。

### 3. フィニッシュ

- (1) フィニッシュ周辺は観客が多いので注意をする。
- (2) 降車ライン手前で十分減速し、急ブレーキによる落車に注意する。

## ラン競技

### 1. コース

- (1) トランジションエリアをスタートし、指定地点で折り返す 1 周 2.5km の周回コース（P-15【ランコース】参照）を 4 周回する。

※周回数は選手自身で管理してください。

- (2) エイドステーションはスタート直後と折り返しの 2 カ所に設ける。

### 2. 競技方法と注意事項

- (1) ランの周回不足は、フィニッシュ後に DNF（未完走者）となる。
- (2) 不調を感じた場合は、最寄りの競技役員に申し出ること。
- (3) ランコース途中にペナルティボックスを設けてあるので、必ず確認の上、該当者はボックスにて審判の指示に従うこと。

## 計 時

- (1) スイムエリア入場時に自分のレースナンバーを確認し、アンクルバンドを受け取り、左右どちらかの足首に装着しスイムエリアに入る。
- (2) スイム受付では、アンクルバンド渡しにより入水者チェックとする。
- (3) 競技の途中で棄権する場合は、アンクルバンドを競技係員に速やかに返却する。
- (4) フィニッシュ後、アンクルバンドを回収する。
- (5) 記録表（速報）は閉会式後大会本部に掲示する。
- (6) アンクルバンドを紛失した場合は有償（3,000 円）であり、本部に申し出ること。

アンクルバンドは、ウェットスーツの上から装着すると脱ぐ際に一緒に外れてしまう恐れがあるので注意すること。アンクルバンドが外れたまま競技を進めた場合は DNF（未完走者）となる



## 会場アクセス



## 会場周辺図



2020年東京マラソン会場図

選手入退場口

折り返し

ランコース

ランエイド

学生  
トランジションエリア

一般  
トランジションエリア

ゴール救護

本部エイド

本部

選手受付  
(QRチェックイン)

ケアブース

医療救護

仮設トイレ

物販

東屋

仮設トイレ

選手用  
仮設トイレ

選手用  
手荷物置き場

スィムスキップ  
待機場所

待機エリア

注

アンクルバンド  
配布コーナー

バイクコース

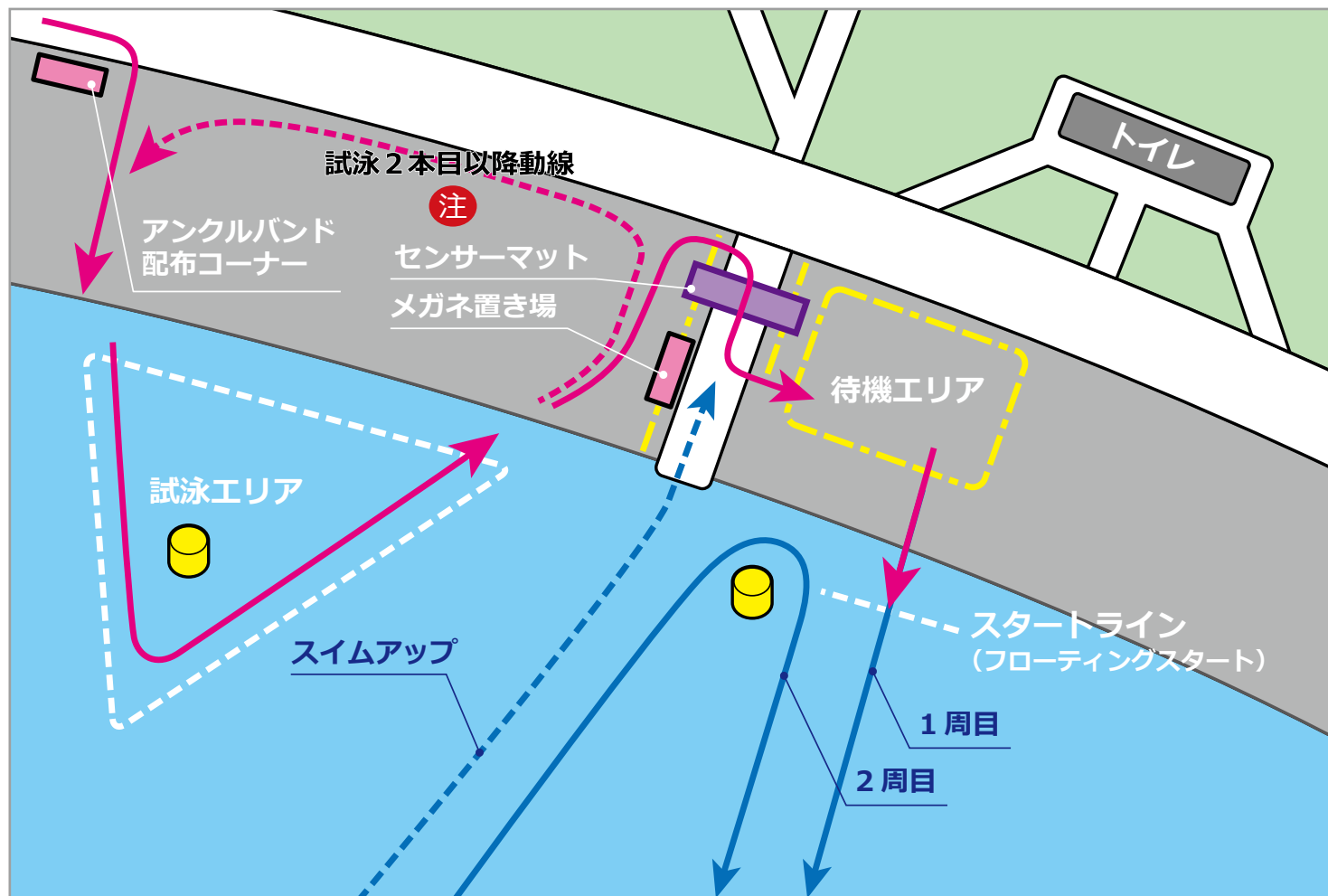
スイムコース

試泳エリア

トイレ

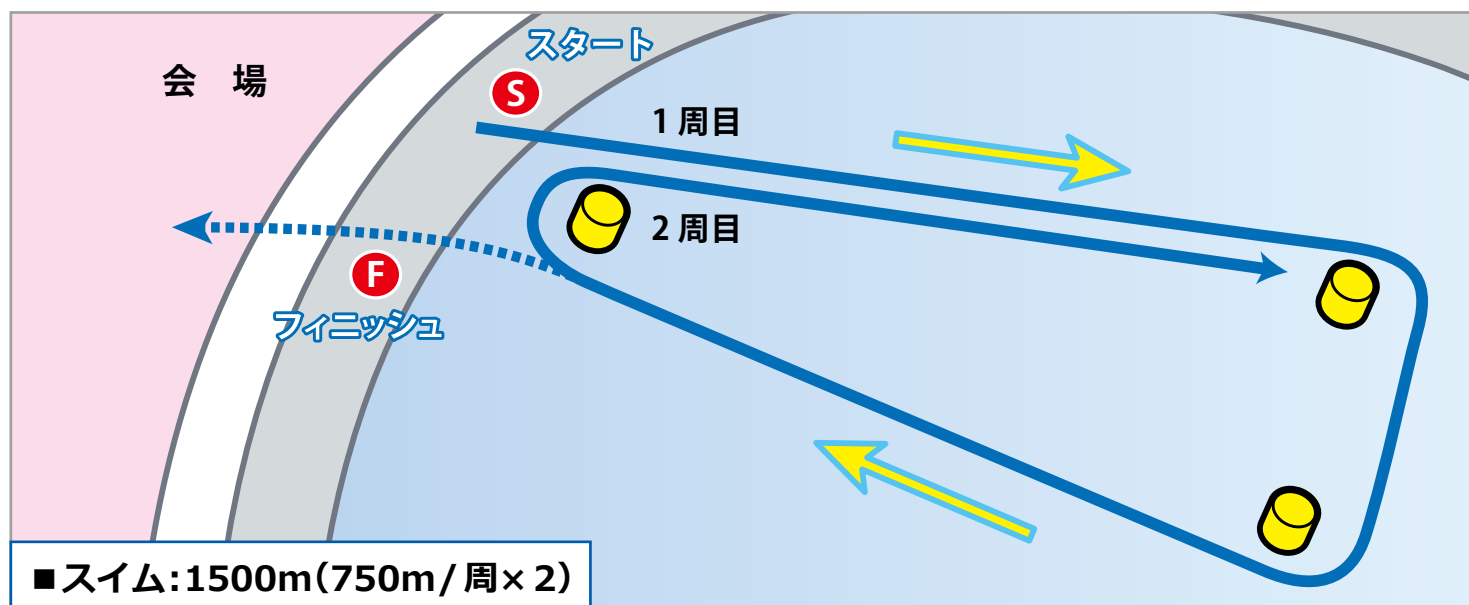
**注** 試泳は必ず一本以上行ってください。なお、試泳エリアは一方通行です。  
再度試泳する場合は、いったん上陸して試泳開始場所まで戻ってから入水してください。  
危険なので水中で折り返さないでください。

## スイムスタート

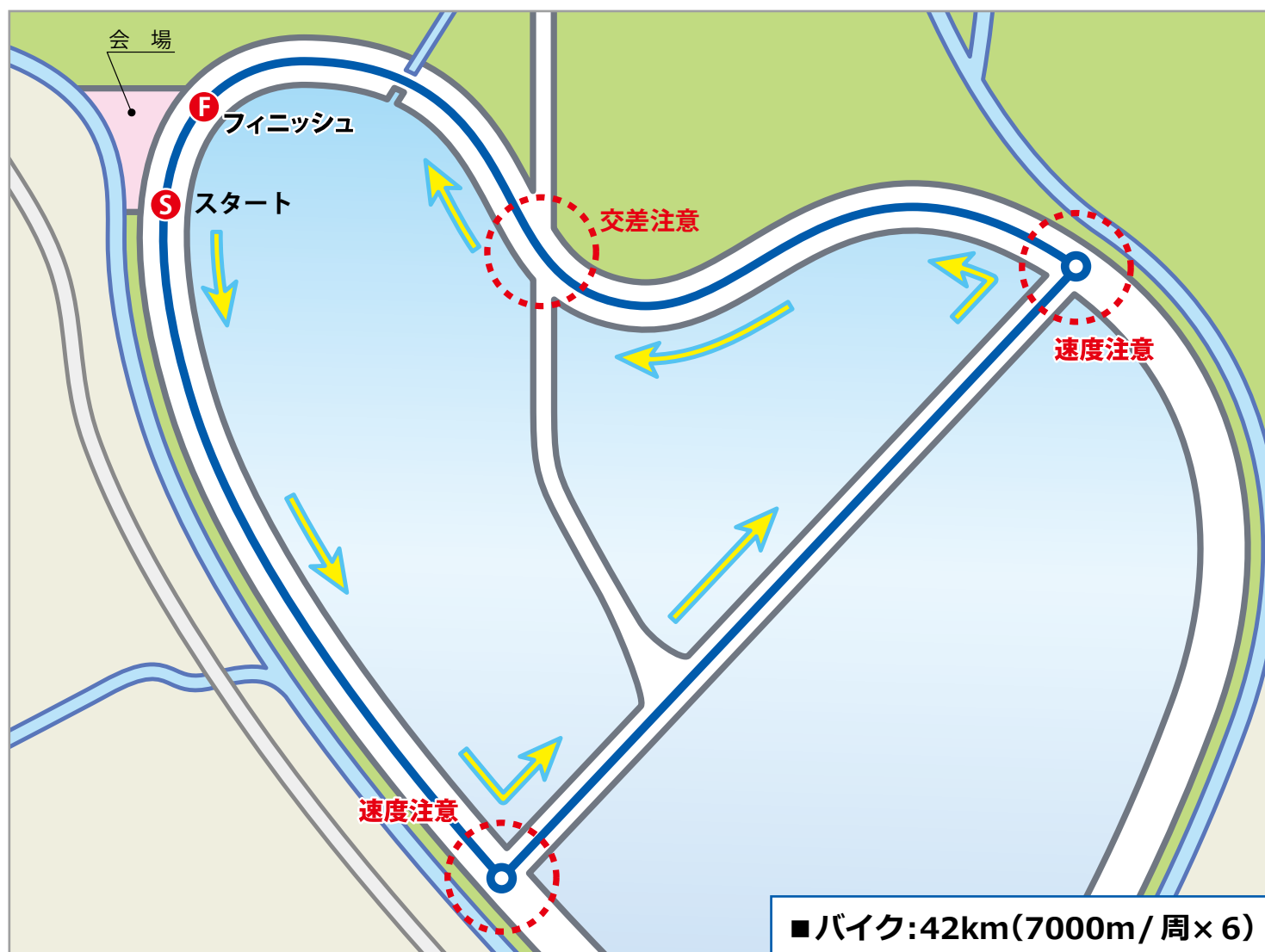


**注** 試泳は必ず一本以上行ってください。なお、試泳エリアは一方通行です。  
再度試泳する場合は、いったん上陸して試泳開始場所まで戻ってから入水してください。  
危険なので水中で折り返さないでください

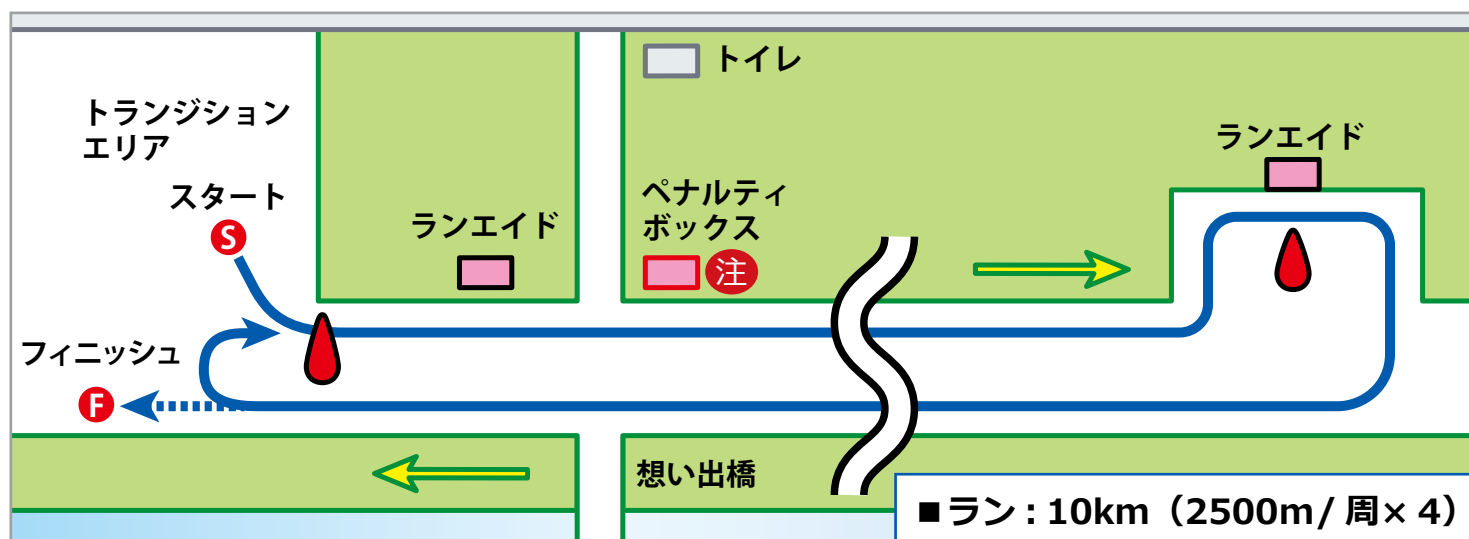
## スイムコース



## バイクコース



## ランコース



**注** ペナルティボックスに自分のナンバーが掲示されていないかどうか確認してください。  
該当者はペナルティボックスに在中する審判の指示に必ず従ってください。

## 群馬県板倉町

「光と水と緑」に象徴される雄大な大自然、ぐんまの穀倉地帯と名実ともに知られる板倉町がそこにあります。群馬の最東南端に位置し、南を利根川、北を渡良瀬川の清流に囲まれ、四県の県境にして関東平野のほぼ中央にあります。21世紀を迎えた今日、板倉町の自然・歴史・文化・地理的な特長を生かし、町民・企業・行政が一体となった町づくり、また「地域で支え合う安全な町・板倉」をスローガンに、ニュータウンを核とした新しいタイプの田園都市としての町づくりを推進しています。渡良瀬遊水地では、各種トライアスロン大会を開催し、カヌー、ヨット教室、その他ウォータースポーツのメッカとして全国から注目を集めているところです。

## ◎ 特産物

- ・ 名物なまずの天ぷら
- ・ うなぎの蒲焼き
- ・ ふなの甘露煮
- ・ 谷田川揚舟ツアー

## ◎ 施設園芸

- ・ キュウリ、トマト、ナス

※特にキュウリは、日本有数の出荷量を誇ります。

## 協賛企業



コウノトリも喜ぶ  
環境にやさしい米づくり

農薬を使わない種子消毒

温湯処理機

**湯芽工房**

YS-200L

YS-500P

日本初、温湯処理機開発メーカー

**TIGER** 株式会社 **タイガーカワシマ**

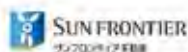
〒374-0134 群馬県邑楽郡板倉町大字粕谷2876  
<https://www.tiger-k.co.jp> TEL 0276(55)3001



## JTU OFFICIAL TOP PARTNERS



## JTU OFFICIAL PARTNERS



第83回国民スポーツ大会・第28回全国障害者スポーツ大会

湯けむり国スポ・全スポ  
ぐんま2029

83th JAPAN GAMES  
28th National Sports Festival  
for People with a Disability