

ファミリーリレー出場の皆様へ

ファミリーリレーはバイクトランジションの場所が2か所となるなど、他のカテゴリーとは競技の流れが異なります。

このため、皆さまに安心してご参加いただけるよう、当日の流れやマップを本ページにまとめましたので、当日までに熟読の上ご参加いただきますようお願いいたします。

1. ファミリーリレー当日スケジュール

時間	スタートウェーブ	受付時間
11:15-11:40	選手受付／問診チェック	イベント広場選手受付
11:15-11:40	トランジションエリアオープン	トランジションエリア
11:15-11:40	スイムチェックイン	八景島マリーナ
12:20-	競技説明会・準備運動	
13:30-	ファミリーリレーAスイムスタート (第14ウェーブ)	
13:40-	ファミリーリレーBスイムスタート (第15ウェーブ)	

2. 競技の流れ

1 選手受付・問診チェック

◆ ファミリー2名のチェック表の提出が必要です。

※スプリントとファミリーリレーに出場の方は、スプリントの受付時にファミリーリレーの受付を合わせて行う事が出来ます。

2 トランジションエリア

◆ メイン会場トランジションエリア（T1）にお子様のバイク、ヘルメットの他、ファミリーのランで使用する備品（ランシューズ、キャップなど）の準備を行います。

3 スイムチェックイン

◆ スイムキャップ、ゴーグル、ウェットスーツなどスイムの準備を整え、お子様と2人でスイム受付・会場に向かいスイムチェックイン、計測チップ（アンクルバンド）を受け取ります。

4 競技説明会・準備運動

◆ 競技上の諸注意を行います。ファミリーで参加してください。

◆ 他種目のアクアスロンやペアチャレンジと一緒に準備運動・試泳を行いますが、スタートまでは少し時間が空きます。ファミリー参加者向けに再度身体を動かす時間を設けます。

5 スイムスタート

- ◆ 保護者がスイムスタートしたら、お子様はスイムエリア内リレーゾーンで待機します。
- ◆ スイムをフィニッシュしたら、計測チップ（アンクルバンド）の受け渡しを行い、お子様と2人でトランジションエリアに移動します。

6 バイクスタート

- ◆ お子様はしっかりとヘルメットを装着し、トランジションを出てバイクをスタート。
- ◆ スタート直後に急な上り坂があります。自転車に乗ったまま登り切れない場合は、降りて歩いて押しでも構いません。
- ◆ A（低学年）はバイク1.1 kmを1周、B（高学年）はバイク2周回行います。

7 ランスタート

- ◆ 保護者はトランジションでお子様を見送った後、ウェットスーツを脱いでランニングの準備を行いトランジション2（バイク周回地点付近）に向かいます。
- ◆ お子様のランでシューズやキャップなどが必要な場合は保護者がトランジション2まで運んであげます。
- ◆ お子様はバイクをフィニッシュしたら、トランジション2に自転車・ヘルメットを置きます。（フリーラックエリア内どこでもOK）
- ◆ ファミリー2人でランを行います。スタート直後は急な坂を下りますので、要注意。
- ◆ 坂を下りきったら左折→メイン会場付近折返し→エイドステーション折返し→フィニッシュ（1.0 km）

8 フィニッシュ

- ◆ 2人で楽しくフィニッシュしましょう。
- ◆ 完走メダル、フィニッシャータオル、水、バナナを受け取ってください。
- ◆ トランジションにある備品のピックアップを行います。トランジション2にあるバイクなどのピックアップを忘れないようにして下さい。



3. 注意事項

健康チェックシート

- ◆ ペア人数分の健康チェックシートの提出が必要です。当日選手受付にてメンバーそれぞれによる提出が必要です。

リレースキップ制度について

- ◆ スイム担当者がスイムスキップをTO(審判員)に申し出た後、「ペアでのラン競技の実施が可能」と判断された場合、スキップ制度を認めます。
※リレーゾーンはP40参照

バイクやランからの競技の継続を希望する場合

バイクから競技の再開を希望する場合

ランから競技の再開を希望する場合

- ◆ スイム担当者がスキップする場合、ペアでスイム招集エリアに移動し、計測チップを受け取り、リレーゾーン（スイムスキップ待機所）でお待ちください。
- ◆ スイム担当者がスイム競技でリタイアした場合、ラン競技の実施が可能と判断されたケースのみ、TO（審判員）の指示に従って、13時40分以降にバイク競技から再スタートできます。

- ◆ バイク競技メンバーにメカトラブルなどが発生したが、ペアでのラン競技の実施が可能な場合、TO（審判員）の指示に従って、ラン競技から再スタートできます。

スキップをする状況

受付場所

スタート場所

スタート時間

スイムをスキップ（DNS） （スイム選手がスキップ・欠席）	スイム招集エリア スキップ受付	スイム会場リレーゾーン （スイムスキップ待機所）	13:50
スイムでリタイア（DNF） （スイム選手リタイア）	（TOから連絡あり）		
バイクをスキップ（DNS） （バイク選手がスキップ・欠席）	トランジションエリア	トランジションエリア リレーゾーン	14:00
バイクでリタイア（DNF） （バイク選手リタイア）	トランジションエリア （TOから連絡あり）		



4. コースマップ

