

## 競技ルールについて

総則	本大会は大会に関係する全ての人の「安全」を優先する。
安全管理	前項に関し、安全性を損なうと判断した際には、運営スタッフによる援助行為を許可する。
定義	アクアスロンは2種目（スイム・ラン）をそれぞれの能力に応じて楽しむスポーツである。
オフィシャル	大会主催者は、上記1及び2の考え方にに基づき、下記の権限を持つ。 (1) 大会当日の気象条件や競技環境の悪化により、十分な安全が確保できないと判断した場合、競技内容の変更や中止を決定する。 (2) この大会の競技規則に違反した選手、指示に従わなかった選手を失格とする。 (3) 技術の未熟さ、極度の疲労、事故等により競技を続行することが困難と判断された選手に競技を中止させる。
2種目（スイム・ラン） 共通規則	(1) アクアスロンは2種目を独力で行うスポーツである。保護者や他人の援助を受けたものは失格とする。（但し、安全のための運営スタッフによる援助はあり得る。） (2) 運営スタッフの指示に従うこと。 (3) 常にスポーツマンらしくフェアな態度で臨むこと。 (4) 選手は、レースナンバーを指定の位置に取り付けること。
スイム規則	(1) プール内では、スイムキャップを必ず着用すること。 (2) ゴーグル、水中眼鏡、耳栓以外の補助用具は使用禁止とする。ウエットスーツは禁止とする。 (3) スタートは親子ペア部門→C→B→Aの順で行う。C・Bタイプは申告タイム順に10秒間隔のウェーブスタートとする。Aタイプは30名同時スタートで4ウェーブ。 (4) C・Bタイプは決められたコースの左側を泳ぐこと。追い越す場合は、コースの右側から追い越すこととし、無理な追い越しは行わないこと。Aタイプはブイの外側を泳ぐこと（ショートカットした場合は必ず元の位置まで戻り、ブイの外側を通過すること。ショートカットしたまま競技を続けた場合は失格とする）。 (5) C・Bタイプは25m泳ぐ毎に隣のコースへ移り、さらに25m泳ぐこと。これを繰り返し規定の距離を泳ぐこと。クイックターンは禁止とする。Aタイプはブイの外側を4周回。 (6) コースロープ、プールサイドにつかまったり、立ち止まったりして休むことは認めるが、プールの底を歩行した場合は失格とする。 (7) 競技を中止する際は、手を振ったり声を出す等の合図を行うこと。
ラン規則	(1) レースウェア規定 ・ラン競技においては、下半身は水着でも可とする。 ・女子の上半身のウェアは水着のみでも可とする。 ・ラン競技中、男子は上半身に必ずウェアを着用すること。（トランジションエリア内で着用すること。） ・ゼッケンベルトの使用は認めます。 (2) レース中、気分が悪くなった時は、すぐにスタッフに申し出ること。 (3) 他の選手を妨げるような行為は、失格となる場合があるものとする。 (4) 周回チェック（重要） スイム召集時に、Aタイプ3本、Bタイプ2本、Cタイプ1本、親子ペア部門1本のリストバンド（輪ゴム）を配布する。それぞれ手首または腕にはめスタートする。ランの周回チェックで1周回につき1本ずつはずして所定の箱に入れること。どのタイプもリストバンド（輪ゴム）がなくなった時点でフィニッシュへ向かうことができるものとする。