



XTERRA JAPAN 2023 Nenouekogen アスリートガイド

レースに関する変更点、注意事項、ご質問の多い内容をアスリートガイドとしてまとめました。
下記の内容をご確認のうえ、ご参加くださいますようお願いいたします。

- 新型コロナウイルス対策について
- マスクの着用について
- 会場入場可能時間について
- 駐車場について
- 車中泊の禁止
- イベントスケジュール
- 天候不良などでのイベントの中止やスケジュールの変更について
- スイムスキップについて
- 会場受付・アスリートバック受け取りについて
- コース試走について
- スイム試泳について
- 会場バイク保管について
- レースブリーフィングについて
- トランジションエリアについて
- ボディマーキングについて
- 救護について
- エイドステーションについて
- チェックポイントについて
- 表彰式・パーティについて
- トイレについて

○新型コロナウイルス対策について

新型コロナウイルスの発生から3年余りが経ちました。政府は、新型コロナウイルスの感染法上の分類を5月8日から、季節性インフルエンザと同じ「5類」に引き下げると決めました。感染症対策が大きく変更されるので社会情勢にあった対策で感染症に恐れすぎず、油断しすぎずイベントの開催を行っていきます。

・※受付時に「健康チェックシート」の提出をしてください。

選手は、14日前から継続的に健康状態をチェックし、大会中も健康状態の確認を行ってください。

○マスクの着用について

マスクの着用は特に求めません。選手それぞれの体調や事情で各自適切に運用してください。

○会場入場可能時間について

5月19日(金)制限無し

5月20日(土) AM7:30～

5月21日(日) AM5:30～

5月22日(月)制限無し

※早朝の開門となります。周辺に迷惑になりますので時間を調整して会場にお越しください。
会場入り口付近に開門前に並ばないようにしてください。

○駐車場について

- ・レースにご参加の方は誘導員のスタッフに従って、選手駐車場①もしくは選手駐車場②に駐車してください。
- ・スタッフ、ボランティア、運営業者、大会関係者は誘導員のスタッフに申し出て「運営者駐車場」に駐車してください。
- ・レースキット受け取りの方、試走のみの方で、表彰式に参加されない方はメイン会場手前の道路の「左側」に縦列駐車をしてください。

【駐車場利用の注意】

※椅子や空気入れなどを置いて友人等の場所取りはしないでください。

※駐車場にテントやタープは設置しないでください。

※駐車場は火気厳禁です。

※駐車場に停めたまま車中泊は出来ません。



○車中泊の禁止

事故、トラブルが発生しないよう「車中泊【禁止】」の要請を受けております。会場駐車場、会場周辺、車中泊専用スペース以外の「車中泊を【禁止】」とします。

○イベントスケジュール

2023年5月19日(金) Day1

- ・13:30-16:00 全日レースキット受け取り
- ・13:30 ユニバーシティ受付
- ・14:00-16:00 ユニバーシティ

2023年5月20日(土)Day2

- ・7:30 会場開門
- ・8:00-10:00 Day2 レースキット受け取り
- ・9:00-16:00 Day3 レースキット受け取り
- ・8:00-12:00 トランジッションオープン
- ・8:00-16:00 エクステラ エキスポ
- ・8:00-10:00 ショートコース試走コースオープン
- ・9:00-16:00 ロングコース試走コースオープン
- ・11:00 レースブリーフィング
- ・12:00-14:00 キッズ
- ・12:00-14:00 スプリント
- ・13:00-16:00 ライト
- ・13:00-16:00 e-Bike エクステラ
- ・13:00-16:00 リレー
- ・13:00-16:00 ライト アクアスロン
- ・13:05-16:00 ライト デュアスロン
- ・15:00-17:00 表彰式

2023年5月21日(日)Day3

- ・5:30 会場開門
- ・06:00-8:30 トランジッションオープン
- ・08:00-17:00 エクステラ エキスポ
- ・08:00-8:30 レースブリーフィング
- ・9:00-17:00 エクステラ フルディスタンス
- ・9:00-18:00 エクステラ ロングディスタンス
- ・9:00-14:00 アクアスロン
- ・9:00-11:00 オープンウォータースイム
- ・9:15-17:00 エクステラ デュアスロン
- ・11:00 T1 クローズ (スイムカットオフ)
- ・11:00 オープンウォータースイムコースクローズ(制限時間)
- ・14:00 アクアスロンコースクローズ(制限時間)
- ・15:00 T2 クローズ (MTB カットオフ)
- ・18:00 コースクローズ (制限時間)
- ・16:30-19:30 表彰式

2023年5月22日(月)Day4

- ・09:00-13:00 ボランティア ウォーク・ラン・バイク

○天候不良などでのイベントの中止やスケジュールの変更について

天候不良などでイベントの中止やスケジュールの変更をする場合は、「イベント当日の朝 5:00」に公式 Facebook ページ、公式ツイッター、公式インスタグラムで情報をお知らせします。

○スイムスキップについて

当日、体調不良などの理由によりスイムスキップを希望される選手は、大会本部へ相談してください。無理なご参加は、ご遠慮ください。

○会場受付・アスリートバック受け取りについて

●フルディスタンス、ロングディスタンス、デュアスロン、アクアスロン、オープンウォータースイムは「前日・5月20日(土) 受付【必須】」です。※VIP エントリーは除く。

●キッズ、スプリント、ライト、e-bike エクステラ、リレー、ライトデュアスロン、ライトアクアスロンは「当日受付可能」です。

○コース試走について

・コース試走前に必ず「会場受付・アスリートバック受け取り」を行ってください。

・5月19日(金)のコース試走は終日可能ですが、交通規制されていませんので、一般の交通優先、またハイキングの方優先で行ってください。スイム試泳は出来ません。

・5月20日(土)のレース(キッズ、スプリント、ライト、e-bike エクステラ、リレー、ライトデュアスロン、ライトアクアスロン)はショートコースを利用します。8時から11時までの試走時間とします。

・5月21日(日)のレース(フルディスタンス、デュアスロン、アクアスロン)の方の前日試走は、レースが始まるまでにコースに入ってください。

※5月20日(土)のレースの開始(12:00 スタート)以降はコースに入れません。レースが始まった後で、ショートコースを通る場合は、マウンテンバイクは下車、ランニングは徒歩で、ショートコース利用の選手を優先してください。

※マウンテンバイク試走の際は「必ずヘルメットを着用」してください。

○スイム試泳について

- ・5月20日(土)のスイム試泳は7時から9時までの間とします。
- ・5月21日(日)のレースの方もスイム試泳可能です。
- ・5月21日(日)のスイム試泳は7時から8時までの間とします。

※試泳の際は必ずスイムキャップを被ってください。

○会場バイク保管について

トランジッションエリア、大会会場ではバイクの止め置きを禁止します。

○レースブリーフィングについて

天候等によりコースを変更する場合があります。レース前のブリーフィングには必ずご参加ください。

○トランジッションエリアについて

トランジッションエリアのナンバリングはございません。十分なスペースを確保しますので譲り合ってください。レース前日の用具のセッティングは出来ません。

○ボディマーキングについてボディマーキングを行います。レース前にお早めにボディマーキングを受けてください。

○救護について

救急救命士の方が救護テントに常駐しています。ケガをされた方や体調の悪い方は救護テントにお越しください。

○エイドステーションについて

エイドステーションは、トランジッション付近に1か所と、チェックポイントの計2か所設置します。エイドステーションには、水、スポーツドリンク、補給食(補給食はトランジッションのエイドステーションに限る)を提供します。十分なエネルギー補給を出来るよう選手各自で事前にご準備ください。

○チェックポイントについて

フルディスタンス、ロングディスタンス、デュアスロン、アクアスロンのカテゴリーは「第一展望台」にてバイク、ラン共に通過チェックを行います。

ランのチェックポイント通過時はゼッケンを確認しやすいよう、前側にして下さい。

バイクのチェックポイント通過時はゼッケンを確認しやすいよう、頭を上げて下さい。

○バイクの洗車について

【厳重注意】根の上湖での洗車は**【厳禁】**です。

アスファルトの上での**洗車・洗濯は【厳禁】**です。

芝生、土の上での「泥落とし」程度は可能ですが、**洗剤などを使つての洗車・洗濯は【厳禁】**です。

根の上湖、周辺湖の水を汲んでの**洗車・洗濯は【厳禁】**です。

トイレの水を使用しての**洗車・洗濯は【厳禁】**です。

【有料】洗車場を準備しますのでご利用ください。

○表彰式について

5月20日(土)に表彰式、5月21日(日)に表彰式を行います。

お食事は各自で購入していただく形式です。会場では、飲食ブースの出店がございますのでそちらでご購入ください。同伴者、ご家族の方もご自由に参加していただけます。

〇トイレについて

根の上高原のトイレは限られております。大会期間中の5月20日(土)、21日(日)は下記のようにトイレの運用をおこないますのでご協力をお願いいたします。

- ・根の上高原のトイレ→男性専用
- ・あかまんまロッジ→女性専用

お問い合わせは

XTERRA JAPAN 運営事務局 まで

infoxterrajapan@gmail.com



Live More[®]



公式HP

<http://www.xterrajapan.com/>

