



## XTERRA JAPAN 2023 Marunuma 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

○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」の提出は「不要」です。

○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

9月15日(金) AM11:00～

9月16日(土) AM7:30～

9月17日(日) AM5:30～

9月18日(月) AM7:30～

※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てください。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。

※国道120号から環湖荘に向かう道路は、レースのコースとなっております。「最徐行」をお願いします。

## ○駐車場について

スタッフに従って、選手駐車場に駐車してください。

### 【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9月15日(金) Day1

・13:30-16:00 全日レースキット受け取り

2023年9月16日(土) Day2

・7:30 会場開門 会場開門←周辺の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。

・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 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9月17日(日) Day3

- ・5:30 会場開門 **会場開門←周辺の迷惑になりますので時間を調整して会場にお越しく下さい。**
- ・06:00-8:30 トランジションオープン
- ・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）
- ・17:30-21:00 エクステラ ナイト開催
- ・16:30-19:30 表彰式

2023年9月18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、は「**前日・9月16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。

●9月16日(金)の『13:30-16:00』も受け付けが可能ですので混雑を避けたい方は是非ご利用ください。

## ○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。
  - ・9月15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。9月15日(金)のスィム試泳は出来ません。
  - ・9月16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。
  - ・9月17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。
- ※9月16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。

## ○スィム試泳について

標高 1450m に位置するスィム会場の丸沼は、高地で呼吸が通常よりも苦しく感じる事があり水温が低くなっており、事毎年多くの選手やベテラントライアスリートもスィムで DNF となっています。前日受付やレース前にはしっかりと試泳を行い、身体を丸沼の水に慣らしてください。

- ・9月16日(土)のスィム試泳は7時から9時までの間とします。
- ・9月17日(日)のレースの方もスィム試泳可能です。
- ・9月17日(日)のスィム試泳は7時から8時までの間とします。

※試泳の際は必ずスィムキャップを被ってください。

### ○会場(丸沼環湖荘)駐車場について

会場(丸沼環湖荘)駐車場を無料開放しております。少ない駐車スペースですので、乗り合わせでのご来場をお願いします。

※環湖荘駐車場での車中泊は【禁止】です。

※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。

※駐車場に車中泊は出来ません。

○車中泊の禁止 大会会場である丸沼周辺は株式会社丸沼様、日本製紙総合開発株式会社様の所有地でほとんどを占めています。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。丸沼、環湖荘、丸沼高原スキー場、ペンション村の 施設内、空き地、道路脇などでの「車中泊を【禁止】」とします。

### ○会場バイク保管について

受け付け前にバイク保管ラック(屋外)を設置します。各自しっかりと施錠をおこなってください。取り外し可能な付属品は外してお持ち帰りください。

※運営事務局および環湖荘は、盗難、トラブルに関しては一切保証いたしません。

### ○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。

### ○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、マウンテンバイクコースの ジープ道入り口に1か所の計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、デュアスロン、アクアスロンのカテゴリーはバイクコース、ランコース共にチェックポイントを設けます。通過が確認されない場合は成績が出ませんのでご注意ください。

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】丸沼での洗車は【厳禁】です。※発見次第に失格などのペナルティが課されます。**

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。

丸沼、周辺湖の水を汲んでの**洗車・洗濯は【厳禁】**です。



トイレの水を使用するの**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。

#### ○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。

#### ○表彰式について

9月16日(土)、9月17日(日)とも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。

○世界戦スロットについて フルディスタンスの表彰と同時に世界戦スロットの授与も行います。会場におられない方へは授与されません。またロールダウンも同様です。他のカテゴリーからのスロット移行もありませんので参加希望者は必ず表彰式・スロット授与式にご参加ください。スロットは 2024年の世界戦が対象です。

お問い合わせは

XTERRA JAPAN 運営事務局 まで

[infoxterrajapan@gmail.com](mailto:infoxterrajapan@gmail.com)



公式HP

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

