

競技前選手説明事項

- 各選手はビーチクリーン終了後、9:00～9:20 までにスイムスタート地点で入水チェックを受けてください。
- スイムコースはコの字に張られたコースロープを周回します。ハーフは1周回の1キロ、ロング及びリレーは2周回の2キロのコースです。コの字の始めと終りの地点で、一旦上陸し再び入水します。スタート前にマリッジットによるコースの試走を行ないますのでご覧下さい。
- スイムコースにある直角コーナーでは、必ずコーナーのライフセーバーの外側を泳いでください。内側を泳いでのショートカットは、ペナルティの対象になります。
- コースロープに捕まり休憩する事は出来ませんが、コースロープを伝って移動する事は出来ません。
- スイム中に競技続行が不可能だと思った選手は、片手を頭上で大きく振るレスキューサインで、付近のライフセーバーに知らせてください。
- スイム終えた後、トラジション地点にて靴を履き、レースナンバーを前面に付けたウェアを着てランスタートします。
- リレーのラン担当の選手はトラジション内で待機してください。スイム担当の選手はトラジション内に入ってラン担当の選手にタッチしてランスタートとなります。
- ランコースはトロピカルロードと呼ばれる遊歩道を北に進み折り返すコースを、ハーフは1往復、ロング及びリレーは、トラジション地点の前を一度折り返し、同じコースを2往復走ります。その後、青島、青島亜熱帯植物園をそれぞれ一周回しフィニッシュ、ゴールです。ランコースを走る際は、必ずコースの左側を走ってください。
なお、途中コース幅が狭い箇所、特に青島においては足場が悪い箇所がありますので注意してください。
- スイム、ラン共に、競技続行が不可能だと思った選手は、無理せず勇気あるリタイアをお勧めします。リタイアする方は、付近の係員等に申告して下さい。
- ソロ及びリレーの希望者の方は、「スキップスタート」によるランスタートが可能です。希望の方はスイム競技リタイア後に競技役員に申し出てください。
※オープンの為、計測及び順位は反映されません。
- エイドステーションは、トラジション出口付近とトロピカルロードに1箇所ずつ(約2～3キロ置き)に設置していますので、各選手は十分な水分補給をお願いします。
- ゴールした選手は、レースナンバーと安全ピンをゴール地点のスタッフに返却してください。