

# トライアスロン





【開催日】9月29日(日)

【会場】潮来市特設トライアスロン会場 常陸利根川・日の出ほか

### 【競技方法】

- 1. 各都道府県の代表選手、男女各2名によって行う。
- 2. スイム1.5 km・バイク40 km・ラン10 kmで競う。
- 3. コースは、常陸利根川・日の出地区を中心に特設会場で行う。

# 一人の競技者が、スイム・バイク・ランの3種目を連続して行い、その速さを競います。茨城国体では、オリンピックと同じ距離のスイム 1.5 km・バイク 40 km・ラン 10 kmで競います。トライアスロンは、競技の中で3種目行われることから、各種目のペース配分が大切で、得手不得手を克服しながらゴールを目指します。

平成12年 シドニー五輪からオリンピック正式種目になる。

同大会より日本人選手も出場。

平成28年 岩手国体から国体正式種目(隔年開催)になる。

令和元年 茨城国体より毎年開催。

### ○タイムスケジュール

【女 子】開始式 8:50~ スタート 9:00~ 【男 子】開始式12:20~ スタート12:30~

【表彰式】15:30~



# トライアスロン茨城県代表 出場選手紹介



# とはら かいと 戸原 開人 選手

鹿嶋市在住で、普段からつ くば霞ヶ浦りんりんロードを 練習場所としています。今年 4月に沖縄県宮古島で開催さ れた全日本トライアスロン宮 古島大会で総合優勝し、その 後も好調を維持しています。



### やすまつ あおば 安松 青葉 選手

茨城県出身で、小中学校を神栖市で過ごし、鹿島学園を卒業。現在日本体育大学トライアスロン競技部の主将を務めています。昨年はインカレ総合3位。ランの実力は、日本トップレベル。



### 柿野 日奈 選手

筑波大学大学院に通う文武 両道の努力家。昨年の福井国 体でも茨城県代表として出場 しており、その時よりも着実 に成長し、タイムを縮めてい ます。彼女の最大の武器、ス イムに注目してください。



# 中山 知洋 選手

中学時代、全国中学校駅伝 大会に茨城県代表として出場 し、県内の陸上強豪校で知ら れる水城高校に進学。ランは とにかく徹底して鍛え上げら れました。後半のランで追い 上げを狙います。

各選手が得意とする種目で、いかに他の選手と差をつけられるかが勝負になります。また、スイムからバイク、バイクからランと、種目を転換するトランジションもポイントです。トランジションエリアで次の競技に合わせたウェアに着替え、シューズも履き替えますが、この時間も競技のタイムに含まれるため、いかにスムーズに行えるかが重要となります。空気抵抗の軽減を図るため、バイクで先行する選手の後ろを走って風よけにする戦術「ドラフティング」にも注目。

※競技当日と前日は交通規制を行います。規制箇所については、20pに掲載しておりますので、ご確認とご協力をお願いいたします。