

## バイク事前チェック項目

前日・当日の受付時に車検（バイクチェック・ヘルメットチェック）は行いません。以下にチェック項目の要点をあげました。事前にセルフチェックをして頂き、安全な状態のバイクで大会に臨んで下さい。尚、受付時にオフィシャルバイクメカニックが待機していますが、すべての修理ができるわけではありません。不安な方は、事前にサイクルショップで整備されることをお勧めします。

### バイクの構造、装備について

1. ロードバイク、またはトライアスロンバイクである。	
2. ハンドルバーはバーテープを巻き、そのバーエンドはしっかりとふさぐこと。	
3. 使用禁止備品(泥避け・スタンド・車輪カバー・チェーンカバー・ランプ)を取り外すこと。	
4. タイヤはしっかりと装着する。チューブラタイヤはしっかりとリムセメントなどで接着する。	
5. ボトルゲージが1箇所以上付いている。	

### バイクの整備について

1. ハンドル廻りのガタ(ヘッドパーツ、ステム、ハンドルバー、DHバー等のネジのゆるみ)がないか。	
2. サドルのゆるみ(シートポストとサドルのネジのゆるみ)がないか。	
3. ブレーキの効き具合に問題はないか。	
4. 車輪のゆるみ、ハブのガタはないか。	
5. 車輪の振れがないか(競技に支障のない範囲であるか)。	

### ヘルメットについて

1. 競技用硬質ヘルメットであり、改造していないこと。	
2. 飾りなどの付属品をつけていない。但し、バイザー等の正当なものは許可。	
3. ストラップベルトの改造(伸縮性素材など)はいけない。	
4. 外装、および内部にひび割れがないこと。	
5. 頭にフィットしており、ストラップベルトの長さが適当である。 (目安)しっかりとかぶり、アゴを突き出した状態でベルトがアゴから外れないこと。	

トライアスロンはスイム、バイク、ランを特設コースで連続して行う「競技スポーツ」です。それぞれ種目の特性と危険要因を知り、十分な準備と余裕を持って大会に参加して下さい。当日、笑顔のフィニッシュをスタッフ一同楽しみにしています！

伊勢志摩・里海トライアスロン大会スタッフ一同