

いせしまさとうみトライアスロン ISE-SHIMA SATOUMI TRIAATHLON



Attractive Try

START
2024.7.7[SUN]

併催 三重県トライアスロン選手権
新競技 アクアバイク 開催

会場 大矢浜海水浴場特設会場
[三重県志摩市浜島町浜島]

伊勢志摩・里海トライアスロン大会実行委員会

[事務局] 一般社団法人 志摩スポーツコミッション
三重県志摩市阿児町鷺方 2944-254 TEL.0599-44-4450
FAX.0599-44-4460 E-mail. support@shima-tri.com

志摩トラ 検索

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT
GOALS



Facebook



Instagram



ホームページ

主催 伊勢志摩・里海トライアスロン大会実行委員会 / 主管 志摩スポーツコミッション / 競技主管 三重県トライアスロン協会 / レースディレクション トライアーティスト

後援 三重県 / 南伊勢町 / 南伊勢町観光協会 / 伊勢志摩観光コンベンション機構 / 日本トライアスロン連合 / 中日新聞社 / 三重テレビ放送 / 松阪ケーブルテレビステーション / レディオキューブ FM 三重

練習で、レースで。細田選手の摂取タイミング

※ここで紹介する摂取タイミングは選手個人の実践例・意見です

食事 (たんぱく質)

トレーニング/レース前 トレーニング/レース中 トレーニング/レース後 1日のおわりに

崩れないカラダへ 口で開封できて、ゴミが出ない! 水なしですぐ飲める高濃度ゼリー ハードに動いた後のリカパーに 明日のためにケアを

「アミノバイタル。プロ」 「アミノバイタル。アミノショット」 「アミノバイタル。アミノショット」 パーフェクトエネルギー 「アミノバイタル。GOLD」 「アミノバイタル。GOLD」

含まれるアミノ酸	BCAA、シスチン、グルタミン他	BCAA、アルギニン他	アラニン、プロリン	BCAA 他	BCAA 他
1本あたりのアミノ酸の量	3800mg	3600mg	2500mg	4000mg	4000mg

最後まで粘るためのエネルギーチャージ 水分と栄養素を同時に補給 熱中症対策にも ハードに動いた後のリカパーに ぐっすりした眠りをサポート

「アミノバイタル。パーフェクトエネルギー」ゼリードリンク 「アミノバイタル。BCAA チャージ」ウォーター 「アミノバイタル。GOLD」ゼリードリンク 「グリナ」機能性表示成分 (スティック1本あたり) グリシン 3000mg 配合

ご購入はこちら



amino VITAL

アミノバイタル

アミノバイタル®
アスリートクラブ



特典&イベント満載で
参加メンバー募集中!

「正しい食事×アミノ酸補給」で、スマートなトライアスロンライフを送りたい、大人のトライアスリートのためのコミュニティ。細田選手やまごちゃんこと孫崎虹奈さんらが指導・監修するオンラインセミナー、リアル練習会(懇親会つき!)、合宿、各地のレース会場でのセミナーなど、さまざまな独自イベントの開催情報を随時アップデート。下記公式サイト内にある参加登録フォームからお申込みを!

トライウエアなど会員限定のオリジナルアイテムも特別価格でゲットできる

aminoVITAL ATHLETE CLUB
公式サイトはコチラ



ISE-SHIMA SATOUMI TRIATHLON



No.01

ご挨拶

ISE-SHIMA SATOUMI TRIATHLON



大会名誉会長 三重県知事
一見 勝之



大会長 志摩市長
橋爪 政吉

「伊勢志摩・里海トライアスロン大会 2024」が盛大に開催されますことを心よりお祝い申し上げますとともに、ご来県の皆様を心より歓迎いたします。

今年は、2024年パリオリンピック・パラリンピック競技大会の開催など、世界中がスポーツで盛り上がり、スポーツの持つ力に注目が集まる年になります。スポーツには、私たちの人生を楽しく、豊かにする可能性があります。本県では、県民がスポーツの持つ力を享受できるよう、スポーツにふれ親しむ機会の創出、スポーツによる地域の活性化に取り組んでいるところです。

このような中、全国から多数の選手が参加され、本大会が開催されますことは大変喜ばしく感じております。本大会を契機に、多くの方にトライアスロンの素晴らしさが伝わり、より一層トライアスロン競技が盛んになることを願っています。

選手の皆様には、日頃の練習の成果を存分に発揮するとともに、大会を通じて選手同士や地域の方々と交流を深め、実り多き大会としていただきたいと思っております。

三重県は古来、日本書紀に「美し国」と記されるように、風光明媚で食材が豊かな住みやすい地域として知られています。ここ志摩市は、英虞湾に代表されるリアス海岸の美しい自然や、伊勢えびやの矢かきをはじめとする豊かな海の幸などが多数あります。この機会に三重の魅力をご堪能いただければ幸いです。

結びに、本大会の開催にあたりご尽力いただきました伊勢志摩・里海トライアスロン大会実行委員会をはじめ、すべての関係者の皆様にあらためて敬意を表しますとともに、本大会の成功と選手の皆様のご健闘を祈念し、挨拶といたします。

第11回目の大会となる伊勢志摩・里海トライアスロン大会2024が大勢の選手、大会関係者の皆様をお迎えし、盛大に開催されますことをお喜び申し上げますとともに、開催市を代表して、心より歓迎申し上げます。

志摩市は、市全域が伊勢志摩国立公園に指定されるなど、豊かな自然に囲まれ、古くから朝廷に海産物を献上した歴史を持つ「御食国」として知られています。また、2016年5月にはG7伊勢志摩サミット、2023年6月には、G7三重・伊勢志摩交通大臣会合が志摩市で開催されるなど、改めて、世界からこの志摩市の風光明媚な自然環境と、豊かな食文化について、高い評価をいただきました。さらには、志摩市は本年市制20周年の節目を迎え、令和7年の全国豊かな海づくり大会会場にも決定されました。志摩市が魅力あふれるまちであるということを一一人が実感できるような、20周年を目指していきます。

伊勢志摩・里海トライアスロン大会は、三重県唯一のトライアスロン大会として、自然の魅力を感じながら、競技者同士が互いに切磋琢磨し合い、達成感や充実感を味わえる大会です。当大会は伊勢志摩国立公園内でのトライアスロンという魅力だけでなく、地元の方の歓迎、おもてなしが大きな魅力となっている、地域のパワーを感じる大会となっております。選手の皆様には自己の限界に挑戦し、自分自身を超えることができるよう、全力で応援いたします。

結びに、大会開催にあたりまして、スポンサー、企業・団体の皆様、ボランティアをはじめ、関係者の皆様にお礼を申し上げますとともに、本大会の成功と選手の皆様のご健闘をお祈り申し上げ、歓迎とお祝いの言葉とさせていただきます。





志摩市議会議員
中村 孝司



伊勢志摩・里海トライアスロン大会実行委員会
実行委員長
柴原 行正



レースディレクター
株式会社トライアスリート代表取締役
竹内 鉄平



三重県トライアスロン協会 会長
山田 康晴

第11回「伊勢志摩・里海トライアスロン大会 2024」大会の開催、誠にありがとうございます。

本大会は志摩市制誕生 10 周年となる平成 26 年に第 1 回大会がスタートしました。記念すべき市制 20 周年を迎える第 11 回大会が開催されるにあたり、全国各地からたくさんの方々をお迎えし、本大会が盛大に開催されますことに対し、心からお喜び申し上げます。

志摩市は、全域が伊勢志摩国立公園に含まれ、豊かな自然に恵まれており、ここには英虞湾に浮かぶ大小およそ 60 の島々、岬や入り江などが織りなすリアス海岸と呼ばれる複雑な海岸線、日本の原風景とも呼べる景色があります。

選手の皆様には、世界に誇れる伊勢志摩国立公園の美しい自然の中、波穏やかで真円真珠発祥の海「英虞湾」でのスイム、リアス海岸特有のアップダウンが連続する変化に富んだコースを疾走するバイク、情緒溢れるビン玉ロードや地元の方の応援が熱い浜島の商店街通りのラン、いずれにおいても志摩市ならではの風や香りを身体全体で感じ、日ごろのトレーニングの成果を発揮され、レースを楽しみながら各々の目標を達成されますよう心からご期待いたします。

また、全国各地から参加されるたくさんの方が様々な交流を深め、思い出に残る大会となることを願っています。

結びに、本大会の開催にご尽力いただきました伊勢志摩・里海トライアスロン大会実行委員会の皆様をはじめ、ご協力いただきました多数のボランティアスタッフ、すべての関係者の皆様に深く感謝を申し上げますとともに、一般社団法人志摩スポーツコミッションならびに三重県トライアスロン協会の益々のご発展とご参加されます選手の皆様のご健闘と本大会の成功をご祈念申し上げ、私の挨拶といたします。

今年も伊勢志摩にこの日がやってまいりました！ 2013 年の第 1 回プレ大会からスタートし今年第 11 回を迎える事となった今年の志摩トラ。テーマは「ATTRACTIVE TRY！」

その名の通り、今回の志摩トラでは魅力的な挑戦をたくさんご用意しております。

志摩トラは、毎年「昨年以上に楽しんでもらいたい！」と様々な企画を実施しており、今年は新たに「アクアバイク」「スプリントアクアスロンミックスリレー」という 2 つの新種目が誕生しました。

志摩トラには様々な方が携わってくれています。この新種目誕生にも、竹内レースディレクターや三重県トライアスロン協会の競技への熱い思い・アイデアから誕生し、それを実行委員会一丸となって実現に向けて準備をしておりました。委員会内でも各委員から「ビーチクリーンをして選手に気持ちよく競技してもらおう」「魅力的なふるまいを用意しよう」など大会を支えるために色んな準備にご理解ご協力をいただいています。

さらに大会を支えてくれる大人数のボランティアスタッフは、メイン会場となる浜島町にお住まいの方、南伊勢町の方から、遠く東京都からかけつけてくださる方もいます。昨年からは日本財団ボランティアセンターのご協力により県外からのボランティア協力も多くなり、スタッフにも伊勢志摩の魅力が伝わっている事と思います。

そして、地元浜島の皆様は春頃から「氷作っとくでな！」「また水やったらええか？」と選手が町内を駆け抜けてくれることをとても楽しみにしてくださっています。

普段はあまり歩かない方もこの日ばかりは！と椅子を持参しコース上で一生懸命応援してくれています。それが地域の生きがいの一つともなっています。

選手・観客の皆様、伊勢志摩に来てくれてありがとう！スポンサーの皆様、大会を支えてくれてありがとう！スタッフの皆様、選手の安全を守ってくれてありがとう！皆様のお力が地域をどんどん元気にしていきます。

地元は皆様の「ATTRACTIVE TRY」魅力的な挑戦を楽しみにしております。町全体で皆様を応援してくれていますので思う存分トライアスロンを楽しんでください！

伊勢志摩・里海トライアスロン大会にご参加いただき、誠にありがとうございます。

今回の大会テーマは、「Attractive Try (魅力的な挑戦)」です。トライアスロンは、体力と精神力が試される過酷な競技です。しかし、皆さんは一步を踏み出し、自分自身との戦いに挑んでいます。その勇気と決意は、周りの人々にも感動と勇気を与えます。しかし、長年競技を続けているうちに、脚を怪我してしまい走れなくなってしまった、年齢を重ねてランがきつく感じるようになってきたという声もよく耳にします。

トライアスロンは生涯スポーツです。今回、新種目「アクアバイク (スイム+バイク)」が加わりました。ランができない選手、苦手な選手でも参加することができます。困難な瞬間や疲れたときには、自分自身の力を信じて前に進んでください。必ずゴールは近づいてきます。

本大会の魅力は、なんとと言っても、「伊勢志摩地域の自然の美しさ」にあります。透明度抜群のオーシャンスイムでは美しい魚たちと一緒に泳ぐことができます。アップダウンに富んだ海岸沿いのバイクコース、そして風光明媚な景色を楽しむことができるランコースも、自然の美しさと地元の皆さんの温かい声援を満喫できます。

そして、私たちの大会は単なる「競技会」としての魅力だけではなく、伊勢志摩地域には豊かな歴史と文化が息づいており、魅力的な観光名所もたくさんあります。今回、大会会場エリアとなっている浜島町にある歴史・文化遺産を巡る「フォトラリー」「ロゲイニング」のコースを設定しました。スマホ専用アプリ「フィールドディスクカバーゲーム」を使って、どなたでも楽しむことができます。競技の間には、ぜひ地元の知られざる魅力的な場所を訪れてみてください。そこで感じる地域の歴史や文化は、競技にさらなる深みを加えてくれることでしょう。

最後に、ボランティアスタッフや地元の人々への感謝の気持ちをお伝えします。この大会の成功には、多くの方の協力が必要です。ボランティアスタッフの皆様は、大会がスムーズに進行するために尽力してくれます。また、地元の人々は大会への協力や温かいサポートを提供してくれます。私たちトライアスリートは彼らの支援と協力に感謝の気持ちを忘れずにいるべきです。

一方で大会が開催されることにより、関係人口が増加し、地域に活力と経済効果をもたらします。現代日本の社会問題として、急速な地方の過疎化・人口減少があります。私たちは、トライアスロンを開催することで、地域の活性化に貢献できればという思いで大会を開催しています。

選手、スタッフ、地元の皆さんが一体となって作り上げる伊勢志摩・里海トライアスロン大会は、美しい自然環境、多彩なコース、そして地元の人々の温かさが交差する素晴らしいイベントに成長してきました。今後も本大会が継続していただけるよう、ボランティアスタッフや地元の人々への感謝の気持ちを忘れずに、本大会を楽しんでください。安全で公平なレースを心掛け、最高のパフォーマンスを発揮し、素晴らしい思い出を作りましょう！応援しています！

「伊勢志摩・里海トライアスロン大会 2024」に全国各地から、多くのトライアスリートにご参加いただき開催ができますことに厚く御礼申し上げます。今年は 7 月 26 日から 8 月 11 日まで、第 33 回オリンピック競技大会がフランス・パリを中心に開催され、トライアスロン競技は 8 月 5 日にパリを象徴するエッフェル塔の周辺で開催されます。日本選手の二ノ賢治選手が世界選手権横浜大会で 7 位入賞とオリンピックムードが一気に高まりました。その中で、里海トライアスロン大会がパリ大会の一个月前に三重県を象徴する伊勢志摩国立公園の地で開催されます。この大会は全国のトライアスリートに広く知られる人気大会へと成長しました。トライアスロンを愛する皆様に支えられ雰囲気も最高な中で開催が出来ます。大会コースはトータル 57km (S 2km・B 45km・R 10km) となり、スイムは美しい英虞湾を泳ぐ 2000m、バイクはアップダウンとコーナーが連続するテクニカルな 45km、そして、応援が絶えない浜島の町中を走る 10km のランコースで構成されています。本大会に参加いただいた選手の皆様には、楽しんでいただけるコース設定だと思えます。今後とも三重県トライアスロン協会では、トライアスロン大会の開催を積極的に行い、安全で楽しい大会運営を行っていきたくと考えております。

最高のロケーションでの大会を今後も進化させ、また参加したいと思っていただけるように頑張っていく所存です。

トライアスリートの皆様、三重県が誇る伊勢志摩の自然を舞台に、日頃から鍛えられた力を思う存分に発揮して、すばらしいレースが展開されることを期待しております。

大会開催にあたり陰で支えてくださるボランティアの方々や、ご協賛くださる企業や団体の皆様に心から感謝いたします。そして、橋爪政吉志摩市長を始め、大会の開催・運営にご尽力いただきました皆様に深く感謝いたします。

結びに、選手、スタッフ・関係者、大会に関わるすべての皆様にとって素晴らしい大会となりますようお祈り申し上げます、ご挨拶といたします。

浜島 探索マップ

ヤマトタケルの姉久須姫が美しい波に魅せられ生涯滞在了地地
 楠御前八柱神社

女子に大人気のおしゃれなカフェ
 坂のうえ
 ☎090-5113-8877

大阪よりお嫁入り全長は7メートル！春はお花見スポットとして人気
 伊勢えびモニュメント

浜島温泉「みたびの湯」を有料で持ち帰られる温泉スタンド。
 温泉スタンド
 釣えさ 釣具 澄屋釣具
 ☎0599-53-0346

船上バーベキュー いわは観光汽船
 ☎0599-53-0210

サーフィンや海水浴で賑わう海。
 南張海水浴場

熊野灘が広がる見晴らしの良い展望台
 なごみの丘展望台

樽扇貝の貝殻に願いを書いて飾ろう！鐘を鳴らすと出世と幸運に恵まれるよ
 ツバスの鐘

プレミアリゾート夕雅
 ☎0599-53-1551

志摩市立浜島小学校
 志摩広域消防組合浜島分署
 ☎0599-53-0400

磯料理ヨット
 ☎0599-53-0486

風水堂のみ 志摩市立浜島中学校

民宿 かいゆ
 ☎0599-53-0161

ファミリーマート

いづみ商店
 ☎0599-53-2020

大江戸温泉物語 伊勢志摩
 ☎0570-041264

黒崎トンネル

街のシンボルキャラクターライトアップもされる、びん玉案内大使
 伊勢えび大王
 グルメベンション 青い海
 ☎0599-53-2227

喫茶竹風
 ☎0599-53-0892

志摩市立国民健康保険 浜島診療所
 ☎0599-53-0101

アコねプリンス
 ☎0599-53-0157

大木薬局浜島店
 ☎0599-53-0215

鳥羽警察署 浜島警察官駐在所
 ☎0599-53-0110

肉の喜多家
 ☎0599-53-0278

八百竹商店
 ☎0599-53-0116

浜島サンワ薬品
 ☎0599-53-1026

江戸屋
 ☎0599-53-0134

鯨望荘
 ☎0599-53-0029

ホテルニュー浜島
 ☎0599-53-1502

花の館椿
 ☎0599-53-0892

中井荘別館
 ☎0599-53-1581

中井荘
 ☎0599-53-0246

まつお
 ☎0599-53-2565

まるじん本舗
 ☎0599-53-2076

ヤマヒ
 ☎0599-53-0078

幸せをもたらしてくれる街の守り神様です。交通安全、家内安全のお願いを

弘法大師が水不足に悩む浜島住民を助けた井戸。
 弘法井戸

総吉
 ☎0599-53-0639

風水堂のみ 志摩市役所 浜島支所

宇氣比神社

浜島の守り神 神社周辺の鎮守の森は県の天然記念物

なぶら
 ☎0599-53-2388

公園前には願いの叶うびん玉が！SNSで#びん玉をつつてみんなに紹介しよう！
 びん玉ロード GOAL

国戸小公園 るるぶる

ダイヤス商店
 ☎0599-53-0755

福竜
 ☎0599-53-0751

基よま餅店
 ☎0599-53-2017

華都麗夜
 ☎0599-53-1175

南海山明王院

カフドヴェール
 ☎0599-53-1857

夢街道 チップアート

地元画伯・柴原院氏の作品がモザイク絵画に！伊勢えびを探せ！

大漁祈願の恵比寿様と触ってお守りに、学業成就やスポーツ必勝にも吉

神社一帯の"恵比寿が丘"にある古墳群、鎮守の森内のパワースポット

全国でも珍しい磯体験や志摩の郷土料理づくりを体験できる施設。

小矢取島 (子宿島)

矢取島

別名子宿り島 対岸から子室・安産祈願し島の写真をお守りにしよう

竜宮の姫の思いが残る島恋文を島に見せると恋が成就するとも...

びん玉ロード沿の海岸。海のみえるベンチは地元民の憩いの場所

居酒屋 珠
 ☎0599-53-2833

あじさい ラウンジ安奈
 ☎0599-53-2535

黒崎海岸
 ☎0599-53-0894

まんぶく
 ☎0599-53-1678

味幸
 ☎0599-53-2831

宵密
 ☎0599-53-0766

大矢浜海水浴場

BIG ARROW BEACH

波がなく穏やかな海水浴場。トライアスロン大会会場でもあります。

びん玉ロード START

漁師道具の"ピン玉"を使用した散歩道。夕暮れは幻想的な雰囲気

漁師道具の"ピン玉"を使用した散歩道。夕暮れは幻想的な雰囲気

施設

- | | | | | |
|-----------|------|-------|------|---------|
| 観光施設・イベント | 公共施設 | 避難場所 | (商店) | 酒屋 |
| 宿泊施設 | 和食 | カフェ | 魚介類 | 日用品 |
| ラーメン | 焼き鳥 | 仕出し弁当 | 駄菓子等 | あられ |
| 居酒屋 | Bar | スナック | BBQ | 船上BBQ |
| | | | 洋食 | 薬局 |
| | | | 精肉 | スポーツ用品店 |
| | | | | 釣り道具 |

競技役員 名簿

担当		担当	
技術代表	木本 浩司	バイクチーフ	大山 陽一郎
審判長	小野塚 孝	ランチーフ	上川 晃
スイムチーフ	長井 弘美	エイドチーフ	長谷川 厚志
トランジションチーフ	寺家 正昭		

PARTNERS ENTRY (順不同)



SPECIAL SPONSOR (順不同)



EXPO PARTNERS (順不同)



LOCAL SPONSOR (順不同)



SPONSOR (順不同)



- ログハウスリゾート フィオーレ志摩(宿泊)
- クインテッサホテル伊勢志摩(宿泊)
- NEMU RESORT(宿泊)
- 美食の隠れ家プロヴァンス(宿泊)
- 志摩地中海村(宿泊)
- 湯元館ニュー浜島(宿泊)
- プレミアリゾート 夕雅 伊勢志摩(宿泊)
- ビジネスホテル藤(宿泊)
- TASO BEACH HOUSE(宿泊)
- シーサイドホテル鯨望荘(宿泊)
- 松阪ケーブルテレビ・ステーション株式会社(メディア)
- 株式会社山本建材(建設)
- 株式会社石吉組(建設)
- IS 株式会社(警備)
- 丸文工業株式会社(建設)
- 磯部建設工業株式会社(建設)

- 有限会社志摩衛生社(環境)
- 有限会社アンドウセンイ(ユニフォーム)
- 有限会社宮柴水工(水道)
- COX COMB 志摩の恵(飲食)
- あじろ(飲食)
- TASO SHIRAHAMA RESORT(飲食)
- (有肉の喜多家(飲食)
- 江戸屋(飲食)
- ALOHA Kitchen 自由虹(飲食)
- はなまる(飲食)
- 山崎屋(土産)
- 恵みの郷 志摩海道(土産)
- みかんの雫(飲料)
- 松尾印刷(印刷)
- 株式会社フォトクリエイト(写真撮影)



№04 伊勢志摩・里海トライアスロン大会 2024 大会概要

伊勢志摩・里海トライアスロン大会 2024 ー併設：三重県トライアスロン選手権ー

本大会は、人々の健康増進と青少年の健全育成、並びに浜島町を中心とした伊勢志摩地域のスポーツの振興や観光の振興、地域の活性化に寄与することを主たる目的としたトライアスロン大会です。

名称	伊勢志摩・里海トライアスロン大会 2024
主催	伊勢志摩・里海トライアスロン大会実行委員会
主管	一般社団法人志摩スポーツコミッション
競技主管	一般社団法人三重県トライアスロン協会
レースディレクター	株式会社トライアーティスト
後援(順不同)	三重県/南伊勢町/南伊勢町観光協会/伊勢志摩観光コンベンション機構/中日新聞社/三重テレビ放送/松阪ケーブルテレビステーション/レディオキューブFM三重/日本トライアスロン連合
協力(順不同)	浜島地区自治会連合会/南張地区会/迫子自治会/松山路区/塩屋地区自治会/大崎自治会/田曾浦自治会/宿浦区自治会/志摩市消防本部/三重県立志摩病院/志摩地域医療福祉センター志摩市介護老人保健施設「志摩の里」/志摩ロータリークラブ/鳥羽海上保安部/鳥羽警察署/伊勢警察署・鳥羽地区交通安全協会/三重交通株式会社/伊勢志摩観光開発株式会社/TASO SHIRAHAMA RESORT/医療法人MSMCみどりクリニック/鈴鹿医療科学大学/JTU東海ブロック連絡協議会/特定非営利活動法人愛知県ライフセービング協会/NPO法人伊勢志摩ライフセービングクラブ
日時	2024年7月6日(土) 初心者向けOWS講習会/アクアスロン大会/EXPO/参加記念品引き換え *競技説明会はWEBにて事前に配信。 2024年7月7日(日) 選手受付/トライアスロン競技/アクアバイク競技/表彰式/EXPO/参加記念品引き換え
会場	2024年7月6日(土) 初心者向け OWS 講習会/EXPO：大矢浜海水浴場特設会場(志摩市浜島町) 2024年7月7日(日) 大矢浜海水浴場特設会場(志摩市浜島町) [競技エリア：志摩市浜島町、南伊勢町田曾浦地区・宿浦地区]

競技部門	【トライアスロン】 競技距離：57km (S 2km・B 45km・R 10km) 制限時間：4時間30分(スイム制限時間70分) ※種目毎に関門を設けます。関門時間に間に合わない場合は競技中止となります。 参加規定：18歳以上(2024年12月31日時点) 2024年度日本トライアスロン連合登録会員 ●一般エントリー枠 定員：730名(先着順) ●志摩トラパートナーエントリー枠 定員：20名(先着順) 特典：エントリー権利(1名分)、大会HPにロゴ掲出、フィニッシュに幟旗(1本)設置
	【アクアバイク】 競技距離：47km (S 2km・B 45km) 制限時間：3時間30分(スイム制限時間70分) ※種目毎に関門を設けます。関門時間に間に合わない場合は競技中止となります。 参加規定：15歳以上(2024年12月31日時点) 2024年度日本トライアスロン連合登録会員 定員：50名(先着順)
競技規則	日本トライアスロン連合 競技規則、およびローカルルールを適用

表彰	トライアスロン総合 ：男女各1~8位 トライアスロンエイジ ：5歳毎の男女3位(総合入賞者を除く) ※24歳以下、25-29歳、30-34歳、35-39歳、40-44歳、45-49歳、50-54歳、55-59歳、60-64歳、65-69歳、70歳以上 トライアスロン三重県選手権 ：三重県トライアスロン協会登録者 男女各1~3位 アクアバイク総合 ：男女各1~3位
----	--



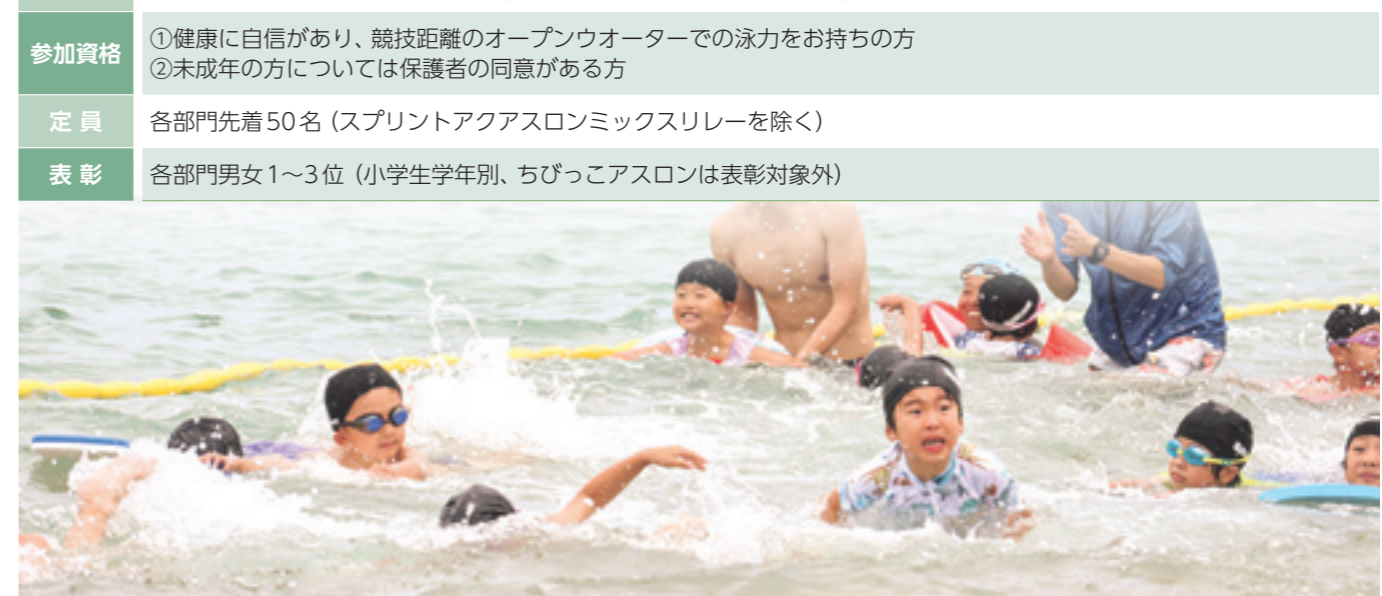
№04 伊勢志摩・里海アクアスロン 2024 大会概要

伊勢志摩・里海アクアスロン 2024

トライアスロンに興味ある小~中学生、トライアスロンを始めてみたいと思っている一般の方を対象に、伊勢志摩・里海トライアスロンの会場である大矢浜海岸の綺麗な海でアクアスロン大会を開催します。部門は、ちびっこトライアスロン、小学生アクアスロン(3カテゴリー)、中学生アクアスロン、一般アクアスロン、オープンウォータースイム、さらに「魅せるレース」に主眼を置いたスプリントアクアスロンミックスリレーを加え、全8部門です。ぜひ、お誘いあわせの上、奮ってご参加ください。

名称	伊勢志摩・里海アクアスロン 2024
主催	伊勢志摩・里海トライアスロン大会実行委員会
競技主管	(一社) 三重県トライアスロン協会
日時	2024年7月6日(土) 8:30受付開始 15:15全競技終了予定 15:30表彰式開始
会場	大矢浜海水浴場 特設会場(〒517-0404 三重県志摩市浜島町浜島)

競技部門	【体験ちびっこアスロン】 競技距離：スイム25m+バイク100m+ラン100m 【小学1~2年生】 競技距離：スイム50m+ラン1km 【小学3~4年生】 競技距離：スイム100m+ラン1km 【小学5~6年生】 競技距離：スイム200m+ラン2km 【中学生】 競技距離：スイム400m+ラン3km 【一般】 競技距離：スイム400m+ラン3km 【オープンウォータースイム】 競技距離：スイム400m 【スプリントアクアスロンミックスリレー】 ※男子2人+女子2人の1組4人の混合リレー 競技距離：(スイム200m+ラン1km)×4人 《補足説明》 ●ちびっこアスロン：未就学児3歳以上~小学2年生以下が対象です。スイムでは浮き具の使用を認めず。バイクはペダルなし自転車(ランニングバイク)のみ使用可です。保護者によるサポート、伴走、同伴ゴールを認めます。計測なし、表彰はありませんが、完走メダルがもらえます。 ●小学生アクアスロン：保護者によるサポート、伴走、同伴ゴールはできません。競泳用ビート板の使用を認めず。 ●一般アクアスロン：高校生以上が対象です。 ●オープンウォータースイム(OWS)：中学生以上が対象です。一般・中学生アクアスロンと同時スタートです。 ●スプリントアクアスロンミックスリレー：※中学生以上が対象です。スイム200m+ラン1kmを4人(男子2名+女子2名の混合チーム)でリレー。参加枠は、20チームとする。	
	参加資格	①健康に自信があり、競技距離のオープンウォーターでの泳力をお持ちの方 ②未成年の方については保護者の同意がある方
	定員	各部門先着50名(スプリントアクアスロンミックスリレーを除く)
	表彰	各部門男女1~3位(小学生学年別、ちびっこアスロンは表彰対象外)





No.05 スケジュール **ISE-SHIMA SATOUMI TRIATHLON**

07.06

EXPO

開始時刻	終了時刻	内容
12:00	17:00	EXPO
13:00	13:45	初心者向け OWS 講習会
13:00	14:00	Jazz Live
12:00	17:00	参加記念品引き換え所オープン ※競技説明会はWEB配信

AQUATHLON

開始時刻	終了時刻	内容	場所
09:00	09:30	選手受付 (ちびっこ・小学生)	大矢浜海水浴場ステージ前
09:30	10:00	開会式・競技説明会	大矢浜海水浴場ステージ前
10:00	10:20	ちびっこ・小学生トランジションセッティング	トランジションエリア
10:20	10:35	ちびっこアスロン 競技	コース
10:35	10:50	小学1~2年生 アクアスロン競技	コース
10:50	11:05	小学3~4年生 アクアスロン競技	コース
11:05	11:25	小学5~6年生 アクアスロン競技	コース
11:30	11:55	アクアスロン表彰式 (小学生)	大矢浜海水浴場ステージ前
13:00	13:45	初心者向け OWS 講習会	スイムスタートエリア
13:00	13:45	選手受付 (中学生・一般・OWS・リレー)	スイムスタートエリアテント
13:45	14:00	競技説明会	スイムスタートエリア
14:00	14:15	中学生・一般 トランジションセッティング	トランジションエリア
14:15	15:00	中学生・一般・OWS 競技	コース
14:45	15:00	ミックスリレートランジションセッティング	トランジションエリア
15:00	15:30	ミックスリレー競技	スイムエリア
15:30	16:00	表彰式 (中学生・一般・OWS・リレー)	大矢浜海水浴場ステージ前

TRIATHLON

開始時刻	終了時刻	内容
7:30	15:00	参加記念品引き換え
9:00	15:00	EXPO
7:30	9:40	選手受付・トランジションオープン
10:00	10:10	スイムスタート (ローリングスタート)
	~14:40	競技終了
14:30	15:00	表彰式

※公式スケジュール詳細はアスリートガイドに掲載しております。
 ※スケジュールは当日の気象状況、進行状況に合わせて変更になる場合があります。その際は、会場アナウンスにてお知らせします。
 ※表彰式は各部門終了後、準備が整い次第順次行います。
 ※アクアスロンの各部門の召集は競技開始の5分前です。
 ※トライアスロンのスイムのウォーミングアップは、スタートの5分前まで可能ですが、競技進行の妨げにならないよう、各自で行ってください。

07.07

SPORTS YO-KAN

REPLENISH ENERGY
AZUKI-BEAN POWER

スポーツようかん シリーズ

持続性エネルギー糖質を配合し、
スポーツや日常のもうひと踏ん張りを応援。
カロリーや汗で失われた塩分を手軽に補給できます。



スポーツようかん あずき 1本(40g)あたりのエネルギー:113kcal
 スポーツようかん カカオ 1本(38g)あたりのエネルギー:124kcal



スポーツようかん ポケット あずき 18g×5本入 1本(18g)あたりのエネルギー:51kcal

- 持続性エネルギー糖質配合
- 食塩相当量 0.14g(1本)
- アレルギー特定原材料等 不使用

※スポーツようかんポケット あずきは 0.06g(1本)



あなたのパフォーマンスを「おいしい和菓子・ようかん」がサポート
 スポーツ時のエネルギー補給に「おいしい和菓子・ようかん」がサポート
 がんばるあなたを最後まで応援します!!

おいしい!の笑顔をつくる
井村屋株式会社

【お問い合わせ】 0120-756-168 (受付時間) AM9:00~PM5:00
 お客様相談ルーム

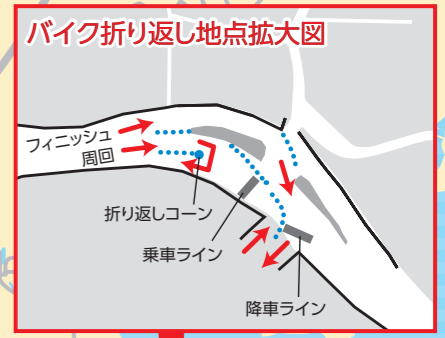
井村屋ウェブショップでも 取り扱いをしております。 **井村屋ウェブショップ** 検索
<https://www.imuraya-webshop.jp>



井村屋ウェブショップ QRコード

BIKE 45km + SWIM + RUN

..... SWIM — BIKE RUN



大会会場図



- ① **インフォメーションボード**
当日の変更点などをお知らせします。必ずご確認ください。
- ② **ペナルティボード**
ペナルティ(タイム加算方法)をお知らせします。必ずご確認ください。

■ 伊勢志摩・里海トライアスロン

Table with 4 columns: No., 氏名, カテゴリー, 所属クラブ. Lists triathletes from No. 1 to 78.

Table with 4 columns: No., 氏名, カテゴリー, 所属クラブ. Lists triathletes from No. 79 to 156.

Table with 4 columns: No., 氏名, カテゴリー, 所属クラブ. Lists triathletes from No. 157 to 234.

Table with 4 columns: No., 氏名, カテゴリー, 所属クラブ. Lists triathletes from No. 235 to 312.



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

ARIGHTS
ARIGHTS LABOR MANAGEMENT OFFICE

人生を楽しめ!
人を育て、アイデアと行動力で元気と“イキイキ”を連鎖する。

ARIGHTS
ARIGHTS LABOR MANAGEMENT OFFICE

アライツ社労士事務所 ☎ 052-414-6903

○労働・社会保険の成立手続き ○労務顧問 ○人事制度構築・運用支援 ○ES 人事・賃金制度設計 ○労働トラブルの解決・相談 ○就業規則の作成・見直し ○講演、セミナー・研修等
所属団体：愛知県中小企業振興公社内企業家支援グループ「あい創会」/厚生労働省 愛知労働局労働相談員/名古屋新事業支援センター専門家登録員/愛知県中小企業振興公社専門家登録員

環境にやさしく、人にやさしく、地域を活かす

総合コンサルタント企業



株式会社北村組は伊勢志摩・里海トリアスロンを応援しています



株式会社 北村組

〒515-0019 三重県松阪市中央町 306-1
TEL 0598-51-3400 FAX 0598-51-8150
URL <https://www.kitamuragumi.co.jp/>



あなたの浄化槽は安全ですか？

1年3回以上の
保守点検

1年1回以上の
清掃作業

1年1回の
法定検査

浄化槽は上記3つが三拍子揃って本来の機能を発揮します。



〒517-0501
三重県志摩市阿児町鶴方9番地44
☎0120-03-5911
e-mail : s-kankyo@dream.ocn.ne.jp
<http://www.shimakankyo.jp>



ふれあい・たいせつに



ぎゅーとら

本社/ 〒515-0592
三重県伊勢市西豊浜町655番地18
電話 (0596) 37-5500(代表)
<http://www.gyutora.com>

LINE
公式アカウント



ぎゅーとらは、かがやくみんなを応援します！

- | | |
|--------------------------------|---------------------------------|
| ラブリー蔵持店 TEL 0595-64-2200 | ラブリー明和店 TEL 0596-53-1170 |
| ラブリー伊賀小田店 TEL 0595-24-5151 | 小 俣 店 TEL 0596-25-0294 |
| ラブリー伊賀西明寺店 TEL 0595-24-0150 | TRY mart.宮 町 店 TEL 0596-23-2312 |
| ラブリー平 田 店 TEL 059-375-7511 | 二 俣 店 TEL 0596-27-0712 |
| ラブリー芸 濃 店 TEL 059-266-2121 | ハ イ ジ ー 店 TEL 0596-36-1245 |
| ラブリー淡 見 店 TEL 059-221-5110 | TRY mart.八間通店 TEL 0596-25-6970 |
| TRY mart.津新町店 TEL 059-213-7715 | ラブリー藤 里 店 TEL 0596-25-3699 |
| ラブリー津 神 戸 店 TEL 059-221-1150 | ラブリー神田久志本店 TEL 0596-20-8800 |
| ラブリー持 川 店 TEL 059-254-1075 | う ら の は し 店 TEL 0596-28-7015 |
| ラブリー久 居 店 TEL 059-259-1515 | 鳥 羽 店 TEL 0599-26-4230 |
| ラブリー一 志 店 TEL 059-293-5600 | 五 ヶ 所 店 TEL 0599-66-2300 |
| ラブリー大黒田店 TEL 0598-22-3800 | ラブリー志 摩 店 TEL 0599-85-5044 |
| ラブリー長 月 店 TEL 0598-25-1700 | ラブリー鶴 方 店 TEL 0599-46-0161 |
| 下 村 店 TEL 0598-60-0755 | 波 切 店 TEL 0599-72-1200 |





ISE-SHIMA SATOUMI TRIATHLON



伊勢志摩・里海トライアスロン大会は、海と共存して大会を運営、発展させていく観点から SDGs の取り組みを取り入れてまいります。

SDGs の取り組みの中で、「12 つくる責任 つかう責任」の観点から、従来の誌面での制作ではなく、デジタル上でのパンフレット制作とし、資源の削減につなげていけるように活動します。