

第11回津軽半島センチュリーラン

《実施要領》

第11回津軽半島センチュリーランは本実施要領を基準に行います。本センチュリーランはレースではありませんから、走行中は交通ルールを守ると共に、コース誘導員、スタッフ等の指示に従い自分のペースに合った楽しい走行をしてください。

1 大会形式

160km（センチュリー）及び80km（ハーフ）のあらかじめ指定されたコースをサイクリストにおける総合的なテクニックを活用し、センチュリーは8時間以内、ハーフは5時間以内に完走することを原則とし、お互いに助け合い目標達成に努力してください。

2 大会手順

① 受付

大会当日参加者はつがる克雪ドームで指定時間内（6：50～7：30）に受付をして下さい。受付後、ゼッケンとチェックカードを渡しますので、**ゼッケンはフレーム前三角のヘッド部に装着し、チェックカードは携行の上走行して下さい。**

② 開会式

7：30から開会式を始めます。コース説明、諸注意がありますので必ず参加してください。

③ スタート

つがる克雪ドームより、センチュリーは8：00から20人ずつ2分間隔、ハーフは8：20から20人ずつ2分間隔でそれぞれスタートします。

④ ゴール

つがる克雪ドームに到着し、チェックカードを係員に提示し確認を受けて下さい。制限時間内に完走した方には、後日認定証を郵送します。また、参加された全員に参加賞を差し上げます。

3 時計

所要時間の計時は、スタート時点の計時役員の主時計により行います。万一主時計の故障等がある場合は使用されている副時計によります。

4 チェックポイント

コース内にセンチュリーは3箇所、ハーフは1箇所のチェックポイントを設けますので、チェックカードに押印を受けてください。ミスコースに気づいたときは正規コースの間違った地点まで戻り走行して下さい。

5 失格

① チェック印のない場合は失格となります。

② センチュリーは13時30分までに第2CP竜飛崎展望台、15時00分までに第3CP車力道の駅「フラット」、ハーフは12時15分までに第1CP大平トンネルをそれぞれ通過できない人は失格とし収容車に収容します。

- ③ 大会役員により、制限時間内に完走できないと判断されるなどの理由で走行中止を宣告された場合、宣告された人は失格とし収容車に収容します。
- ④ 指定時間に走れなかった人は失格として認定証は交付しません。
- ⑤ コース途中で他の交通機関（自動車・その他）を利用した人や正規コースを通らなかった人は失格とします。
- ⑥ 信号無視、スピードの出し過ぎ等の交通法規違反を抑制するため指定時間の半分よりも早くゴールした人は失格とします。
- ⑦ ライト、ベル、リフレクターがない等の整備不良の自転車は出走を取消し失格とします。

※注意！ 失格を宣告された人は速やかに大会係員又は本部にゼッケンを返却してください。収容車への収容を拒否した場合は、自己の責任においてお戻りください。収容を拒否した方については、大会係員によるCP及びゴールでの給水・荷物管理等のサポート、安全管理は行いません。

6 食 事

- ① 大会途中の食事時間も所要時間に含まれますので各自で準備し、携行して走行することが望ましいです。**センチュリー参加者のみに、第2CPでおにぎりとしょ山宝汁を提供します。**
- ② 食事や買い物をする時は伴走車や収容車から見えやすい所にいるか、見えやすい所に自転車を置いて下さい。

7 服装・その他

- ① 特に定めはないですが走行に著しい支障のあると思われる服装はさけて下さい。
- ② 修理工具、健康保険証、小銭、その他必要と思われる物は各自準備して下さい。

8 参加者の守るべき注意事項

- ① 主催者側は安全管理についてできる限りの処置を講じますが、参加者もコースの交通量、屈曲、勾配、天候等を十分に考え交通法規を厳守し、安全走行には細心の注意を払ってください。
- ② 主催者側の安全管理上、必要な指示は大会進行に優先するものとし、参加者は必ずこれに従ってください。
- ③ 主催者側は、大会当日の参加者の疾病および負傷について応急処置を行いますが、参加者が負ったケガ、損害については、主催者は一切の責任を持ちません。また、参加者が第三者に与えた損害についての責任は参加者が負わなければなりません。
- ④ 参加者はルールを守り、常にフェアに行動してください。
- ⑤ 途中でリタイヤした者は収容車から見えやすい所にいて下さい。
- ⑥ 主催者側では参加者の最後尾に収容車を用意しますが、修理員・整備員等はありません。スタート後の自転車のトラブルは本人が修理して走行を続けて下さい。
- ⑦ ゼッケンプレートはゴール到着後、本部へ返却して下さい。紛失した場合、またはゼッケンの返却を拒否した場合は実費として1,000円を申し受けます。