

## 大会当日競技最終受付の順序

最終登録 9月24日（午前6時30分～6時50分） 時間厳守  
0 場所：町田室内プール3駐車場（最下段）有料 最大¥80

- ①選手受付 名前を申告
- ②着替え袋（トラバック合計3枚）を受け取る
- ③レースナンバーをマジックペンで書く（左腕＝バイク・ランシャツが半袖の場合は左肘、長袖の場合は左甲）
- ④当日セルフチェック表提出（受付時受け取り）
- ⑤バイクラック（プール北側）にバイクをセット
- ⑥7時15分までに着替え袋（3つ）を持ってプールサイドに集合。

※ 7時20分より競技説明（終了後アップ）7時50分スイムスタート予定

着替え袋（トラバック）について（SWIM／BIKE／RUN）

- ★ SWIMと記載されている着替え袋→スタート前までにスタッフに預ける。  
競技終了後の着替え（室内プール駐車場に戻る時に着るウェア、履物などを入れる）。
- ★ BIKEと記載されている着替え袋→プールサイドのスタッフに預ける
  1. 体を拭くためのタオル、バイク競技に必要な着替え、レースナンバーなどを入れる。（ヘルメット・バイクシューズ・グラブ・バイクボトル・サングラスなどはバイクラックに予めセットしておく）※携帯電話の携行を推奨します。
- ※ 着替えルームを必要とする方は室内プールロッカールームをご利用ください。
  2. 着替え後、スイムで使用したウェア、ゴーグル、補助具などを入れる。（スタッフがスイム終了後フィニッシュ地点まで運びます）
- ★ RUNと記載されている着替え袋→スタート前までにスタッフに預ける。  
ランシューズ、キャップ、携帯ボトル、補給食などを入れる。  
すべての着替え袋は競技終了時にはフィニッシュ地点の「尾根緑道中央広場」の所定の場所にありますので各自で受け取ってください。
- ※ 眼鏡を使用する方はプールサイド（観客席下）の所定のテーブルに置いてください。

- ※ スイム時に使用したスイミングキャップはプールサイドのバケツの中に入れてください。
- ※ エイドステーションはプール出口、バイクフィニッシュ（ランスタート）地点、ランコース途中計3箇所に設置します。早朝ですのでお静かに！