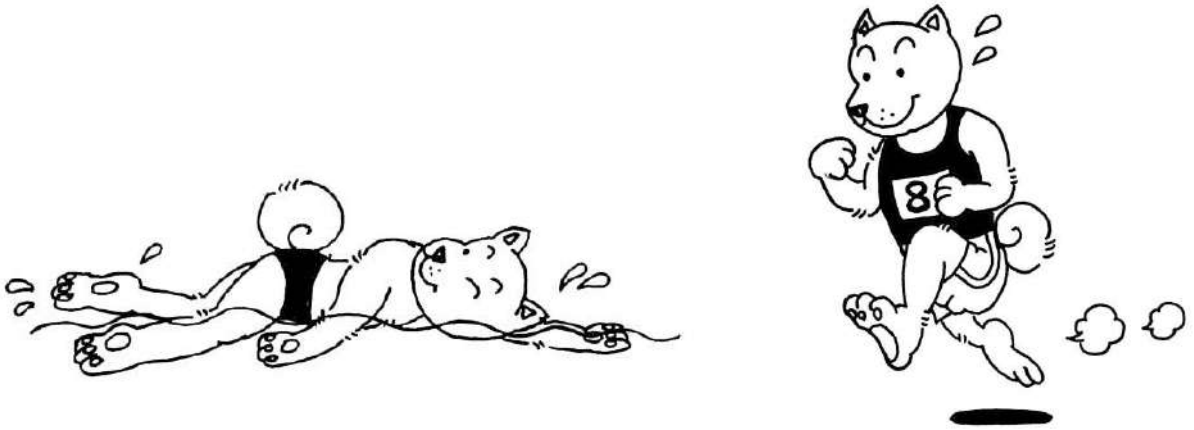


第21回

渋谷区民アクアスロン大会



令和4年9月19日（月・祝）

渋谷区スポーツセンター

主催：一般社団法人渋谷区体育協会／渋谷区トライアスロン連合
共催：渋谷区教育委員会／一般社団法人東京都トライアスロン連合／
城南アクアスロンシリーズ実行委員会

飲料提供：サッポロホールディングス株式会社

特別協賛：東急グループ



美しい時代へ
東急グループ



SAPPORO

大会スケジュール（予定）

- 8:15~8:40 選手受付（スポーツセンター入口）
- 8:45~9:10 更衣（更衣室）・ウォーミングアップ（プール）
- 9:15~9:35 開会式・競技説明（プールサイド）
- 9:45~ 第1ウェーブスタート
(一般男子 39才以下の部 No.1~12)
- 9:55~ 第2ウェーブスタート
(一般男子 39才以下の部 No.13~24)
- 10:05~ 第3ウェーブスタート
(一般男子 40-49才の部 No.25~38)
- 10:15~ 第4ウェーブスタート
(一般男子 40-49才の部 No.39~51)
- 10:25~ 第5ウェーブスタート
(一般男子 50才以上の部 No.52~66)
- 10:35~ 第6ウェーブスタート
(一般男子 50才以上の部 No.67~80)
- 10:45~ 第7ウェーブスタート
(一般女子 39才以下の部 No.101~112)
- 10:55~ 第8ウェーブスタート
(一般女子 40-49才・50才以上の部 No.113~123)
- 11:05~ 第9ウェーブスタート
(中学生 男子の部 No.201~208)
- 11:10~ 第10ウェーブスタート
(中学生 女子の部 No.209~218)
- 11:15~ 第11ウェーブスタート
(小学生 高学年 男子の部 No.301~323)
- 11:20~ 第12ウェーブスタート
(小学生 高学年 女子の部 No.324~342)
- 11:25~ 第13ウェーブスタート
(小学生 低学年 男子の部 No.401~421)
- 11:30~ 第14ウェーブスタート
(小学生 低学年 女子の部 No.422~440)
- 11:45~ お楽しみ抽選会（グラウンド）
- 12:00~ 表彰式（グラウンド）

参加者の皆さんに守っていただきたい事項

新型コロナウイルスの感染を最大限に防止しながら大会を運営するためには、参加者の皆さんの理解と協力が必要です。残念ながら感染のリスクは 0(ゼロ)ではありません。ひとり一人が自覚と責任をもって自己防衛することが重要です。自己防衛は、家族や仲間を守ることにもつながります。「自分は大丈夫」の考えは捨て、大会に係わるすべての人が新型コロナウイルスの特性を正しく理解し、感染防止に努めてください。

【大会前】

- 1). 大会前 2 週間において以下のいずれかの事項に該当する場合は参加を見合わせる事
・発熱(37.5℃ 以上)を認める。
・だるさ(倦怠感)や息苦しさ(呼吸困難)、風邪の症状がある。
・嗅覚や味覚の異常がある。
・同居家族や身近な知人に新型コロナウイルス感染が疑われる方がいる。
・参加 14 日前までに渡航歴がある、または該当者との濃厚接触歴がある。
- 2). 指定の「健康チェックシート兼参加同意書」に大会当日と 5 日前からの健康記録を記入すること。

【健康チェックシート兼参加同意書について】

- 1). 健康チェックシート兼参加同意書を記入下さい。
- 2). 記載に不備がある場合は、大会の出場または会場への入場を許可しない場合があります。
- 3). 健康チェックシートは新型コロナウイルス感染症の拡大防止を目的に、参加者の健康状態の確認、来場可否の判断および必要な連絡のために利用します。健康チェックシートに記入いただいた個人情報、厳正なる管理のもとに取り扱うものとし、健康状態の把握、参加可否の判断および必要な連絡にのみ利用します。但し、アควアスロン大会参加者の中から、感染が判明した方がいる場合に必要範囲で保健所等に提供することがあります。健康チェックシートにご記入していただいた時点で情報提供に同意していただいたものとみなします。

【大会当日】

- 1). 体調不良となった場合は参加を見合わせて下さい。
- 2). 会場内で体調不良となった場合は、近くの大会スタッフに申告し、移動せずにその場で指示を待ってください。
- 3). 対人距離をできるだけ 2m 以上とり、会話は控えること。
- 4). 施設内及び更衣室・プール場内では、入水時を除きマスクを着用し、会話・応援は控えること。レース直前は、スタッフの指示があるまでマスクを外さないで下さい。
- 5). マスクを外した時は、各自ご持参いただいた専用のケースまたはポケット等に収納すること。また、マスクを外している間は会話を控える。不要になったマスクは、大会が準備をしている所定のごみ箱に捨てること。
- 6). ごみは必ず持ち帰ること。
- 7). 大会主催者・施設管理者が定めたその他の措置・指示に従うこと。

【大会後】

大会後 2 週間以内に「新型コロナウイルス感染症」を発症した場合、またはその疑いが生じた場合は、速やかに渋谷区トライアスロン連合に報告すること。

問合せ 一般社団法人渋谷区体育協会 Tel: 03-3468-8721
渋谷区トライアスロン連合・伊藤 Tel: 090-3914-0343

※感染者が発生した場合の接触者追跡のためご協力をお願いします。

大会の流れ・注意事項

選手受付

- ① 8時15分からスポーツセンター入口にて行います。健康チェックシート兼参加同意書を提出して下さい。
- ② 大会プログラムなどが入ったバッグとナンバーカードをお渡しします。ボディーマーキングを左手の甲にレースナンバーを記入します。

更衣

- ① プールの更衣室を使用して下さい。空いていないときは1階更衣室（階段降りて左側）も使用いただけます。なお、1階更衣室を使用する方は、服を着ての移動をお願いいたします。（水着・上半身裸などでの移動はおやめください。）
- ② 貴重品は貴重品ボックスを利用するか各自で保管して下さい。紛失・盗難等事故に関して主催者は一切責任を負いません。
- ③ ロッカーのカギはロッカーご使用後、元のまま（ロッカーに挿したまま）にして下さい。

レース準備・ウォーミングアップ

- ① 更衣終了後すみやかにランニングの用意（シューズ・シャツ等）をトランジションエリア（ランニングへの着替え場所）の指定されたところに置きプールに入場して下さい。
- ② 8:45～9:10までウォーミングアップ可能です。（反時計回りで）
- ③ 屋内外で暑さが予想されます。選手・応援の方共に十分な水分補給を行い、熱中症にお気を付け下さい。

開会式

開会式と競技上の諸注意・説明をプールサイドにて行います。競技についてはHPに事前掲載しているパンフレット等を熟読してご参加して下さい。

選手招集

各ウェーブスタート10分前にプールサイド（観客席反対側）で選手の招集をかけます。選手は自分のレース時間を確認の上、集合して下さい。招集時にいない選手はリタイアしたものとみなします。召集時にラン周回確認用の輪ゴムをお渡ししますので、そのまま腕または手首にはめてスタートして下さい。

スイム

- ① スタート前は各ウェーブごとにプールの中で待機します。前のウェーブのスイムが終了してからスタート1分前までウォームアップができます。係員の指示に従って下さい。
- ② スタートは各ウェーブ別の一斉スタートとなります。最初は手足がぶつかり大変泳ぎにくくなりますので、泳力に自信のない方は後方からゆっくりスタートして下さい。
- ③ 小学生低学年は1周、高学年2周、中学生4周、一般6周となります。トップ選手が最終ラップに入る際、鐘を鳴らしますが、周回の確認は自分自身で責任を持って行って下さい。周回を間違えると失格となります。
- ④ プールサイドでの一時休憩は認めます。プールサイドは危険ですから、絶対に

走らないで下さい。

- ⑤ 中学生、一般の選手はプール内を歩いて進んだり底を蹴って進む事を禁止します。

トランジション

- ① スイムキャップ、ゴーグルをトランジションエリアに置き、ランニングウェア、**ナンバーカードは腰の前面に着用の上**、ランニングシューズを持ってランコースに向かって下さい。
スイムエリア内では走らず歩いてください。
- ② 室内プールを出てからシューズを履き、ランコースへ出て下さい。プールサイドは土足厳禁です。
- ③ トランジションエリアからランコースまでは段差等、障害物もありますので十分注意して下さい。

ランニング

- ① スポーツセンターグラウンドがランコースとなります。小学生低学年の部1周、小学生高学年の部2周、中学生・一般の部はそれぞれ3周します。
- ② 周回確認は周回ごとに輪ゴムを1個ずつ所定の箱に入れて下さい。腕に輪ゴムがなくなったら次は最終周回です！
- ③ 上下ワンピースのウェアや女性の水着はそのままランに移ってもかまいません。上半身裸で走る事は禁止します。

フィニッシュ

- ① フィニッシュ後は前の選手を追い抜かないで下さい。そのまま着順判定係まで進みレースナンバーを見せて下さい。**ゼッケンに書かれた QR コードを係員に読み取ってもらったら終了となります。(読み取ってもらわないとフィニッシュしたことになりませんのでご注意ください。)**
- ② フィニッシュ後に飲料をお配りしますが、グラウンドを出てからお飲み下さい。(グラウンド内は、水のみ飲むことができます。水以外は不可。)
- ③ 競技終了後はすみやかに着替えを済ませてトランジションエリア・ロッカーを空けて下さい。一般の利用者が控えています。

選手・応援の方へ

- ① 屋内プールとグラウンドの行き来は、観覧席横の扉をご利用下さい。競技コースの出口は利用できません。(なお、裸足でグラウンドへ出ることは厳禁)
- ② 屋内プールに入る際は、土を十分に落としてから、靴を持って入室下さい。通行の邪魔になりますので扉の近くには靴を置かないで下さい。

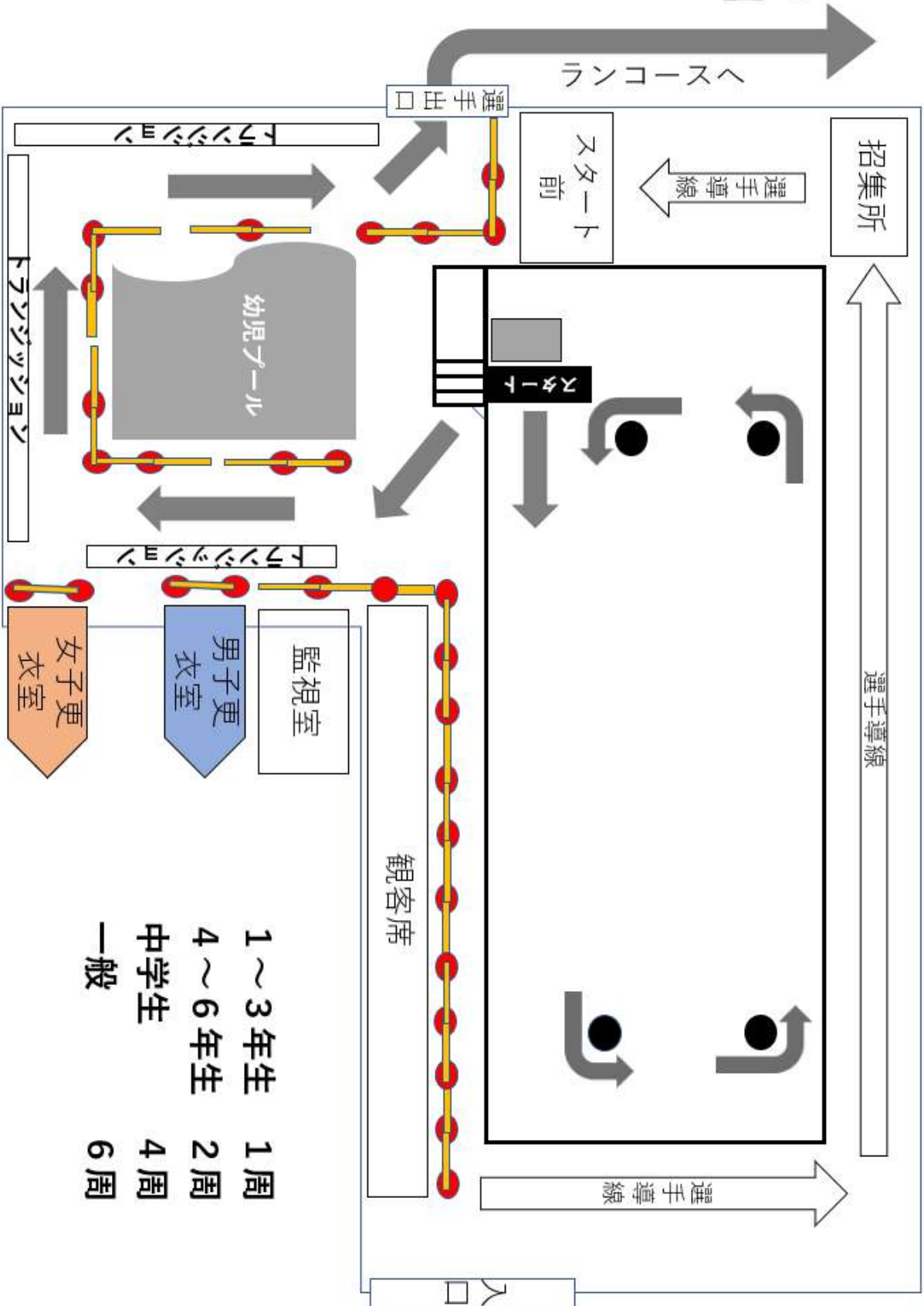
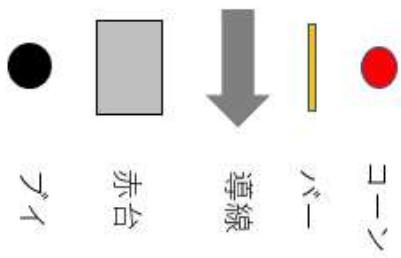
お楽しみ抽選会

協賛企業、渋谷区トライアスロン連合役員からの寄付に景品が集まりました。参加選手は、ふるってご参加下さい。

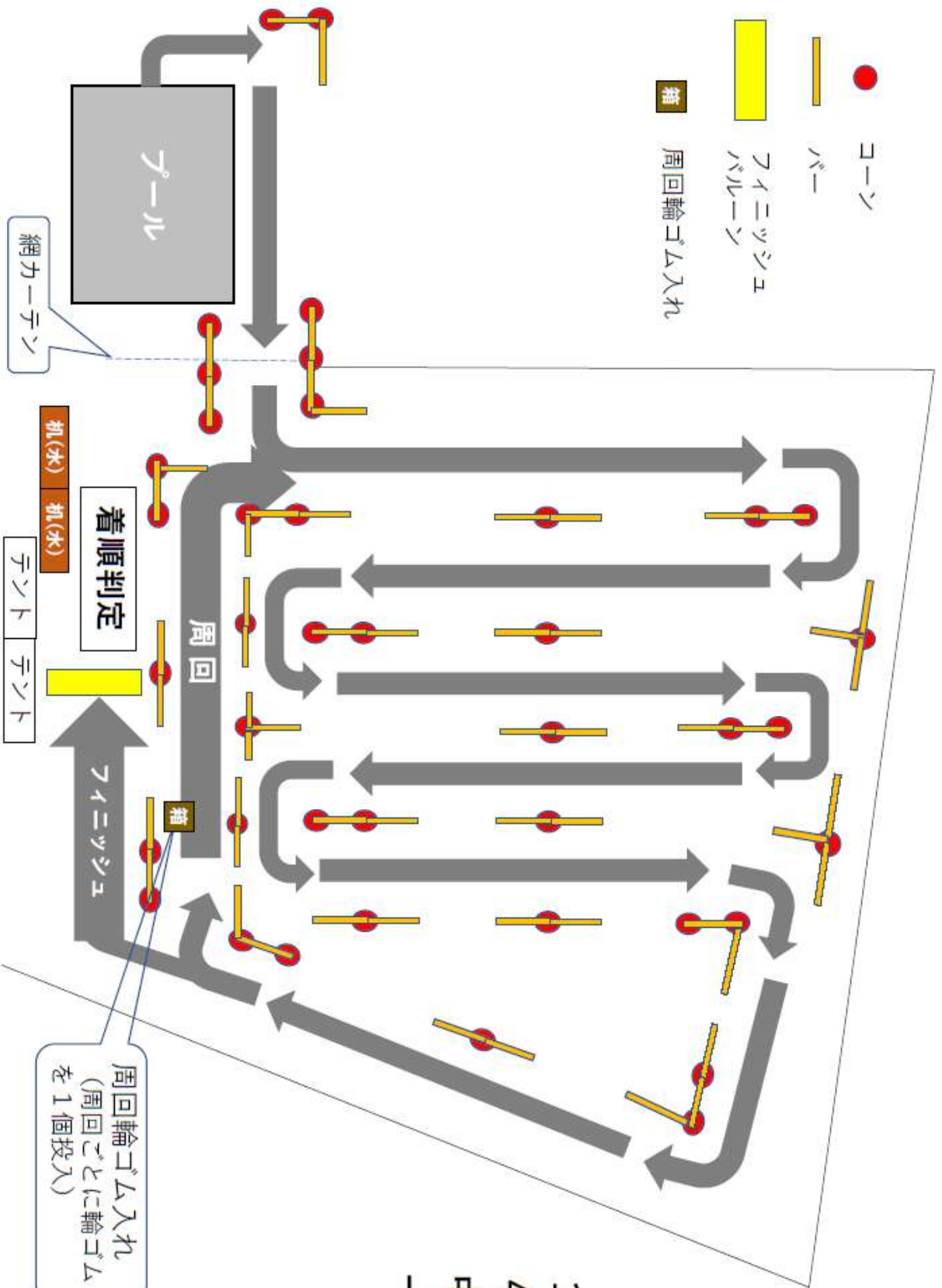
表彰式・閉会式

- ① 表彰は各部門男女別1位～3位です。
- ② 完走者全員のタイムは集計終了後本部テント近くに張り出します。
- ③ 表彰式終了後、直ちに閉会式を行います。最後までご参加お願いします。

スラム・ トランジション コース図



ランコース図



1～3年生	1周
4～6年生	2周
中学生	3周
一般	3周

☆ 出場者名簿 ☆

第1ウェーブ

(一般男子39才以下)

- 1 阿久津 将
- 2 朝倉 泰臣
- 3 石川 忠男
- 4 稲田 雅彦
- 5 井上 碧
- 6 枝窪 拓郎
- 7 加賀 翔太
- 8 勝又 慶
- 9 川向 裕之
- 10 川村 俊介
- 11 小林 拓人
- 12 ザン 愁真アレックス

第2ウェーブ

(一般男子39才以下)

- 13 下村 康文
- 14 高瀬 歩武
- 15 武田 空我
- 16 田中 航大
- 17 深澤 溪
- 18 藤田 大翔
- 19 星川 健夫
- 20 細木 啓司
- 21 三ツ本 涼太
- 22 本木 蔵人
- 23 山川 颯斗
- 24 山下 龍

第3ウェーブ

(一般男子40-49才)

- 25 青柳 泰貴
- 26 五十畑 正信
- 27 牛尾 充志
- 28 エルピュート ロホン
- 29 川口 輝彦
- 30 國谷 智宏
- 31 越塚 岳広
- 32 小林 一茂
- 33 鈴木 努
- 34 諏訪 隆丸
- 35 平 宏介
- 36 竹之内 良郎
- 37 築地 美純
- 38 土田 泰人

第4ウェーブ

(一般男子40-49才)

- 39 手島 知之
- 40 中野 力
- 41 長野 隆二
- 42 橋本 一郎
- 43 服部 雅司
- 44 原 知継
- 45 福島 唯実
- 46 星 徳光
- 47 前田 浩之
- 48 松岡 大樹
- 49 森 和保
- 50 横田 裕弘
- 51 吉永 竜太郎

第5ウェーブ

(一般男子50才以上)

- 52 石原 学
- 53 上田 慎悟
- 54 梅田 逸朗
- 55 大西 隆宏
- 56 小笠原 治
- 57 狩野 雅晴
- 58 河田 寛人
- 59 木崎 英樹
- 60 今 広道
- 61 坂上 裕二
- 62 佐々木 英治
- 63 渋谷 和弘
- 64 津森 敦
- 65 寺田 茂則
- 66 遁所 克文

第6ウェーブ

(一般男子50才以上)

- 67 生井 和平
- 68 野口 徹
- 69 早川 靖郎
- 70 人見 克哉
- 71 松井 聡
- 72 松岡 政信
- 73 松下 実
- 74 山口 勝之
- 75 山田 哲也
- 76 山根 勝彦
- 77 余 航
- 78 横山 徹太郎
- 79 和田 耕一
- 80 渡邊 武

第7ウェーブ

(一般女子39才以下)

- 101 桑田 恵梨子
- 102 齋藤 一葉
- 103 立石 康子
- 104 辻村 リリ世
- 105 寺澤 三奈子
- 106 中野 咲桜
- 107 原 里沙
- 108 松下 理央
- 109 森 友里恵
- 110 山田 理美
- 111 湯本 雅江
- 112 吉村 麻衣

第8ウェーブ

(一般女子40-49才)

(一般女子50才以上)

- 113 荒木 雅子
- 114 伊藤 恵里華
- 115 加藤 裕子
- 116 加藤 裕紀子
- 117 忽那 麻衣子
- 118 白井 伸枝
- 119 綱川 さえ美
- 120 中條 史穂
- 121 ヤサ 祐子
- 122 山辺 恵美子
- 123 吉永 牧子

第9ウェーブ

(中学生 男子)

- 201 赤尾杉 夏斗
- 202 ABSOUS CLEMENT
- 203 ヴァンセヴレン 輝生
- 204 加藤 優和
- 205 佐藤 圭悟
- 206 平 松太
- 207 油井 得人
- 208 吉田 遼太郎

第10ウェーブ

(中学生 女子)

- 209 磯崎 璃美花
- 210 小林 愛音
- 211 孫 俐娜
- 212 孫 伶娜
- 213 高橋 ひかり
- 214 築地 真帆
- 215 常見 那凧
- 216 中澤 美佳
- 217 糠谷 知佳
- 218 藤田 向日葵

☆ 出場者名簿 ☆

第11ウェーブ

(小学生 高学年 男子)

- 301 阿部 祥太
- 302 甘利 泰雅
- 303 安齋 颯也
- 304 伊澤 歩生
- 305 磯崎 文瑠
- 306 伊藤 明斗
- 307 牛尾 隼清
- 308 大島 幸輝
- 309 大西 元樹
- 310 大西 隆雄
- 311 小川 隼矢
- 312 加藤 人和
- 313 加藤 佑真
- 314 齋田 航
- 315 佐藤 有悟
- 316 白井 雄大
- 317 杉山 翼
- 318 孫 逸林
- 319 高柳 永
- 320 武田 祐一郎
- 321 館野 晴成
- 322 深谷 尚史
- 323 渡邊 瑛史

第13ウェーブ

(小学生 低学年 男子)

- 401 安齋 誠馬
- 402 上野 檀
- 403 上村 春蘭
- 404 大野 夏太郎
- 405 岡 範俊
- 406 加賀谷 恭輔
- 407 加藤 文士
- 408 河合 優吾
- 409 國吉 凌太郎
- 410 近藤 那由太
- 411 白井 翔大
- 412 杉山 隼
- 413 鈴木 芽登
- 414 對馬 京太郎
- 415 鶴岡 紘大
- 416 鶴岡 将大
- 417 中司 章博
- 418 永沼 文太
- 419 伏谷 柊汰
- 420 牧田 湊平
- 421 丸山 慎司

第12ウェーブ

(小学生 高学年 女子)

- 324 大川 愛陽
- 325 黒須 悠
- 326 小柳 蘭
- 327 櫻庭 稟子
- 328 猿田 倫
- 329 寺澤 結那
- 330 横田 はな
- 331 吉田 梨々奈
- 332 孫 佳娜
- 333 平 詩織
- 334 山本 舞彩
- 335 工藤 梓
- 336 小林 花音
- 337 凶師 美緒
- 338 瀧澤 薫月
- 339 手島 千尋
- 340 長田 美海
- 341 長田 美空
- 342 信長 咲希

第14ウェーブ

(小学生 低学年 女子)

- 422 赤坂 杏夏
- 423 新井 向葵
- 424 片岡 美月
- 425 北川 季
- 426 崎村 葉乃
- 427 讚井 里
- 428 長井 えま
- 429 花田 舞桜
- 430 原 結菜
- 431 原田 莉歩
- 432 東辻 美音
- 433 東出 珠乃
- 434 平田 杏あんず
- 435 布瀬川 遥
- 436 向 璃子
- 437 山田 夏凜
- 438 山本 花帆
- 439 山本 環希
- 440 吉田 絵奈々



Laforet

HARAJUKU

1-11-6 Jingumae, Shibuya-ku, Tokyo 150-0001

Open 11:00 - 20:00

www.laforet.ne.jp



@laforet_h



@Laforet_H

0へ挑み、0から挑み、 環境と感動を 未来へ建て続ける。

「建てる」を変える。

「建てる」の先まで変える。

課題は待たなしで立ちはだかる。

カーボン「ゼロ」、廃棄物「ゼロ」を目標に、
持続可能な街づくりにもっと新しいソリューションを。

新領域へ「ゼロから」取り組み、

人が生きる環境に、もっと安心を、しなやかさを、そして感動を。

いま「建設会社」こそ社会が、未来が求める課題解決の、
先頭に立たねばならない。

私たちは、人も技術も、最先端を目指せる力を蓄えた。

加えて積極的に、多様な専門性を持つ新たな知恵を迎え、
垣根を外して組み、目的を共に一体となり、

最新のデジタル技術を友とする。

それら持てる全てを駆使して、「建てる」の革新へ。

さらに「建てる」の枠を超えたチャレンジへ。

誠実で主体的な挑戦の積み重ねが企業価値を押し上げ、

お客様に、協力会社に、社員とその家族に、

株主に、そして社会に、

新たなゆたかさを提供していく力となる。

1959年の創業時、

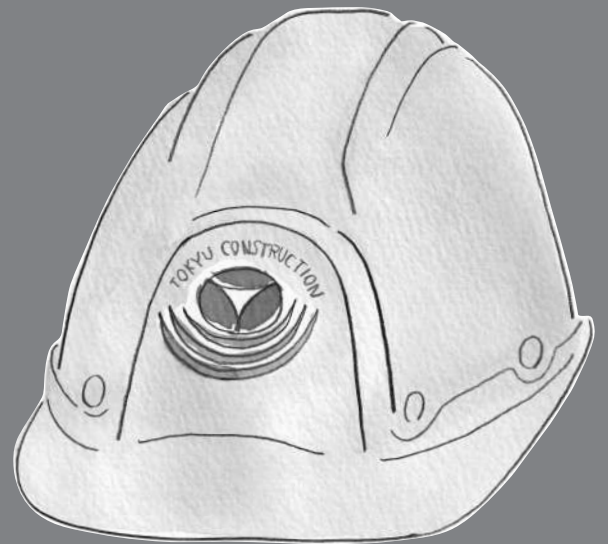
東京の人口集中という社会課題解決に向け、

多摩田園都市開発からスタートした私たち。

いま、誰よりもスピードを持って、

未来を生み出す新たな価値づくりへ向かう。

私たちが進もうとする地平は、どこまでも無限に広がっている。



東急建設は、

環境・社会課題の解決に向けて挑み続けます。

「建てる」を超え、未来を生みだす。



東急建設

～ 人と建物にやさしいプロのサービスを ～

株式会社サンセイ



ビルの維持管理・お住まいの家のメンテナンスで
お困りのことはありませんか。
創業61年の当社がその悩み、解決のお手伝いをします。

- ◎ 日常清掃・定期清掃・特別清掃等清掃業務
- ◎ 避雷設備点検・消防設備点検等各種設備点検業務
- ◎ 空気環境測定・害虫駆除等環境衛生管理
- ◎ 抗菌コーティング
- ◎ 施設保安警備
- ◎ 特定信書便業務
- ◎ 除草、剪定作業・外壁塗装・防水塗装・リフォーム
- 建築物環境衛生総合管理業・医療関連サービスマーク認定
建築物ねずみ・こん虫等防除業・特定信書便業・警備業
- ISO14001、プライバシーマーク認証取得企業

株式会社サンセイ

150-0047
東京都渋谷区神山町 5-19
神山町 HSビル

TEL 3481-7541
FAX 3481-7544
FREE.D 0120-126-371
<http://www.sansei-inc.com>

地方創生のプラットフォームへ



官民協働のパイオニア 地方創生のフロンティア



<https://www.scinex.co.jp>

本社 | 大阪市天王寺区上本町5丁目3番15号
TEL (06) 6766-3333 (大代表)

東京本部 | 東京都千代田区麹町5丁目3番地
TEL (03) 3265-6541 (代表)

制作本部 | 三重県松阪市駅部田町101番地
TEL (0598) 26-1521 (代表)





昨年大会は345自治体、14万9,056名が参加。
歩こう! 走ろう! 全国のみんなど、一緒に。

arbee
オンラインシリーズ

**オクトーバー・
ラン^アン^ドウォーク**

全国市区町村対抗戦

[主催] 一般財団法人アールビーズスポーツ財団

2022年10月1日(土)~31日(月)開催
〈参加無料〉

歩数・走行距離の記録は下記アプリで行います。

ウォーキングの部



「**SPORTS TOWN WALKER**」
(スポーツタウンウォーカー)



Android



iPhone

ランニングの部



「**TATTA**」(タッタ)



Android



iPhone





ACE CORPORATION

株式会社エース・コーポレーション

不動産開発／再生／売買

港区北青山2丁目7番18号 第一真砂ビル

TEL：03-3408-0523／FAX：03-3408-0521

<https://www.acecorp.co.jp>

渋谷駅前不動産
TWINS PLANNING

株式会社ツインズプランニング

不動産賃貸／管理／募集／店舗事務所の仲介

渋谷区桜丘町24番2号 第3富士商事ビル1階

TEL：03-5459-8655／FAX：03-5459-8656

<http://www.twins-p.co.jp/>



25m・5コース完備のプールは
アスリートの強い味方です。

プール



ジム



ラウンジ



リラクゼーション

サポートの豊富なエスフォルタ渋谷で、
アクアスロンに向けた体作りを始めませんか。

サポート

1 カウンセリング

担当トレーナーとのカウンセリングにより、トレーニングの目的を明確化した上で進めていきますので、高いモチベーションを維持することができます。

サポート

2 ファーストチャレンジ

入会から3回のマンツーマンサポート（ファーストチャレンジ）により、実際の筋力・全身持久力・柔軟性等を把握した上で個別のトレーニングプログラムを作成するので、効果が期待できます。

サポート

3 酸素ボックス

アスリート注目の1.30気圧酸素ボックス※を会費内でご利用いただけます。体の隅々まで酸素を送ることで、血行促進、疲労回復、自己治癒力の向上など、様々な効果が期待できます。

※(株)タイムワールド



FITNESS CLUB

エスフォルタ渋谷

〒150-0031

渋谷区桜丘町20-1 渋谷インフォスタワーB1F



0120-870-493

[休館日] 毎月1回、その他ビル年次点検等 詳しくはお問合わせください。 [営業時間] 平日 7:00~23:00 / 土 7:00~21:00 / 日・祝 7:00~20:00
※社会情勢により営業時間の変更や臨時休館をさせていただく場合がございます。

見学・体験随時受付。詳しくはホームページをご覧ください。

エスフォルタ渋谷

検索





calmic®
日本カルミック

「いつも」を支える。未来を創る。

日本カルミック株式会社
Tel:0120-921-291 <https://www.calmic.co.jp/>

イメージキャラクター
工藤綾乃

“私たちは、賛助会員として一般社団法人渋谷区体育協会を
支援しています。”

東 急(株)	(株)東急百貨店	小田急電鉄(株)	東急建設(株)
高官学園代々木ゼミナール	西武信用金庫	きらぼし銀行	(株)ゴールドウイン
(株)アキバ徽章販売	(有)ヒーローズスポーツ	笹塚ボウル	(一社)渋谷青色申告会
(公社)渋谷法人会	サンデースポーツ	(株)野口成功堂	東京渋谷中央ライオンズクラブ
(株)朋 栄	コカ・コーラボトラーズジャパン(株)	(株)共 楽	京王重機整備(株)
茗溪塾・茗溪予備校	(有)勇 杜	笹塚地区体育会	唐橋卓球(株)
サッポロビール(株)	(一財)本多流生弓会	東急不動産(株)	渋谷区太極拳連盟
(株)日立サンロッカーズ	(株)東急レクリエーション	あいおいニッセイ同和損害保険(株)	
(株) SUBARU	渋谷区バレーボール協会	SHIBUYA CITY FC	
渋谷区ソフトボール協会	アルバルク東京	(有)カースクウェア	

(加盟順)