

第1回 Mt.高水 MTB ヒルクライム

【大会要項】

1、【大会当日5月8日（日）のスケジュール】

大会会場	成木ガーデン（東京都青梅市成木 7-1215）
受付時間	08：00～09：30（ゼッケン+計測タグ+参加賞+焼きそば券+コーヒー券）
スタート地点	なちやぎり林道始点
スタート時間	10：00（第1回目）：ゴール後「常福院」境内で「お守り」をもらって下さい。 12：00（第2回目）：ゴール後に計測タグを返却下さい。
ゴール地点	なちやぎり林道終点
制限時間	第1回目60分：タイムオーバーの場合は第2回目のスタートはできません。
下山時間	10：45予定（第1回目）
開会式・表彰式	なし。賞状等々は後日郵送
完走証	web 完走証を採用（KFC ホームページから各自ダウンロード）

2、【スタート方法】

スタート直後の混乱を避けるため、前方から上級者、中級者、初級者の枠内に整列をお願いします。（自己判断）

3、【競技規則】

- ①林道部分は左端走行を基本とします。追い越す場合は、右側から追い越して下さい。
- ②怪我防止のためヘルメットと手袋は着用義務とします。
- ③途中棄権の場合は、追い上げ車が到着するまでその場にとどまって下さい。追い上げ車両が来たら下山して下さい。
- ④競技中のパンクやメカニカルトラブルに対する主催者の救済策はありません。
- ⑤タイム計測は計測タグにて実施します。ゴール後は計測マットに近寄らないで下さい。
- ⑥ゴール後の下山は先導車に続いて下山します。
- ⑦コロナ緊急事態宣言発出や台風や落雷などの悪天候で危険と判断された場合は競技を中止となります。

4、【連絡事項】

- ①登山者には十分注意し、マナーある行動をお願いします。
- ②対向区間は中央を越えないようにスピードコントロールをしてください。
- ②自転車の整備や保管は各自の責任で行って下さい。
- ③下山時の落車注意。ヒルクライムレースでの事故や怪我の多くは下山時に発生しています。
- ④荷物預け場所は「成木の家」に設けます。但し、貴重品はNGです。
- ⑤当日マイカーでお越しの方は「成木7丁目運動広場」<https://goo.gl/maps/4JJJa9e5TuLQo7oid8>及び「上成木ふれあいセンター」<https://goo.gl/maps/e7Fnykn7WwMofauH7> に停めて下さい。（無料）
- ⑥電車でお越しの方は JR 青梅線「東青梅駅」が便利です。（会場まで約5km）
- ⑦男子トイレは「成木の家」2つ+里仁会館屋外トイレ1つの計3つ、女子トイレ（兼更衣室）は里仁会館内の1つ。
- ⑧ゴール地点にも公衆トイレがあります。
- ⑨表彰対象者は各部門男女総合1～6位、年代別10歳刻み男女各1位。但し、総合1～6位除きます。
- ⑩脱水症対策として、前夜の飲酒は控えて下さい。5月は脱水症のリスクが高くなりますので、要注意です。
- ⑪脱水症対策としては、KFC ホームページの「Dial911」をご覧ください。
- ⑫参加者は「健康保険証」を持参して下さい。
- ⑬結果表は KFC ホームページ上に、当日夜、または、翌日のアップを予定しています。
- ⑭写真は、後日、KFC ホームページの「大会写真アルバム」から閲覧&ダウンロード（無料）できます。PW（mtb2022）
- ⑮大会会場には飲食ブースを予定。焼きそば、コーヒー、コーラ、水ボトルは無料。うどん、団子等々は有料です。
- ⑯最新情報は KFC ホームページの「クラブ通信」にアップしますので、時々チェックして下さい。
- ⑰参加者の皆さんは下記内容の誓約書に同意されたものとして参加して頂いています。

【誓約書】

私は、「Mt.高水 MTB ヒルクライム」大会（以下「大会」と略す）への参加にあたり、下記のことを誓約します。

- 1、私は、大会競技がかなり危険な競技であることを承知しています。従って、私が大会競技中及び付帯行事の開催中に負傷または死亡等の事故に遭遇した場合、私自身及び私の保護者、親族等はその原因の如何を問わず、主催者及び大会関係者に対する責任の一切を免除します。
- 2、大会開催中に、私が負傷したり、事故に遭遇したり、あるいは発病した場合には、私に対し適切な処置が施されることに異議ありません。
- 3、私は、大会に関連するマスコミ報道等々に、私の名前及び写真を自由に使用することを認めます。
- 4、私は、コロナ緊急事態宣言発出や台風や落雷などの悪天候で大会が中止になった場合、参加申込金が返金されないことを了承致します。

* 以下は【コロナ感染対策ルール】です。

- ・大会日7日前からの検温をお願いします。
- ・完走証は KFC ホームページから各自ダウンロードして頂く web 完走証になります。
- ・サーマルカメラを導入し、当日朝の検温チェックを実施します。
- ・検温後、全員へパフ(マスク)を配布、さらに検温済みを示す黄色いブレスレットを配布しますので、帰途に着くまで装着して下さい。
- ・スタート地点とゴール地点では(パフ)マスク必着です。スタート後は外しても OK です。
- ・アレルギーのある方は、念のため、その際の対処に用いられている薬をご持参ください。
- ・「安全第一」が最優先です。病院へ搬送されるような大きな怪我をしないように、要注意です。