

## 第 28 回宮崎シーガイアトライアスロン大会 2026 開催概要

- 1 大会名 第 28 回宮崎シーガイアトライアスロン大会 2026  
【2026 トライアスロンエイジグループ・ナショナル  
チャンピオンシップシリーズ（スタンダード）対象大会】
- 2 主管 宮崎県トライアスロン連合
- 3 主催 宮崎シーガイアトライアスロン大会実行委員会
- 4 特別協力 フェニックスリゾート株式会社、株式会社宮崎放送、宮崎中央ロータリークラブ
- 5 協賛 公益財団法人宮崎県観光協会
- 6 後援 宮崎県、宮崎市、宮崎県教育委員会、宮崎市教育委員会、公益社団法人宮崎市観光協会、公益財団法人宮崎県スポーツ協会、公益財団法人宮崎市スポーツ協会、公益社団法人トライアスロンジャパン
- 7 協力 宮崎県警察本部、宮崎県宮崎北警察署、宮崎市消防局、宮崎県道路公社、一般社団法人宮崎ライフセービング協会、シーライオン宮崎、トライアスロンジャパン九州ブロック協議会、宮崎県医師会、メディカル 宮崎大学医学部、宮崎大学医学部附属病院、社会医療法人善仁会宮崎善仁会病院、宮崎市郡医師会病院、押川整形外科
- 8 開催日 2026 年 6 月 28 日（日） ※6 月 27 日（土）は受付、競技説明会
- 9 時間 競技時間 8:30～14:00 ※道路規制は 7:30～12:40
- 10 コース スイム： サンビーチーツ葉北ビーチ  
バイク： みやざき臨海公園及びーツ葉有料道路（下り線）他  
ラン： みやざき臨海公園
- 11 カテゴリー

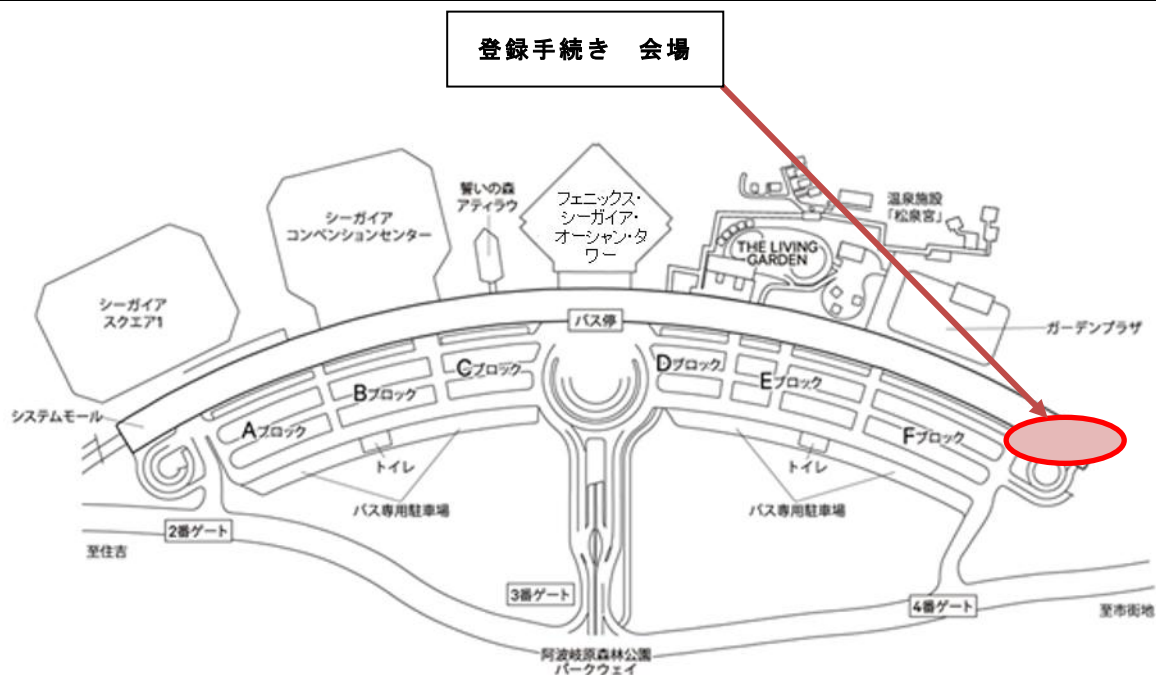
カテゴリー （各男女）	スイム （m）	バイク （km）	ラン （km）	計 （km）	備 考
スタンダード	1500	40.0	10.0	51.50	18 歳以上
チャレンジ	750	13.3	5.2	19.25	高校生、初心者など
ジュニア A	250	13.3	2.8	16.35	中学生
ジュニア B	150	13.3	1.4	14.85	小学 4 年生から 6 年生
キッズ	50	1.5	0.6	2.15	小学 1 年生から 3 年生 水深 70～80cm

# 1 大会データ

## (1) スケジュール

6月27日(土)

時間	項目	会場
14:30~17:00	登録手続	シーガイア・ オーシャンタワー ウォークモール (下図 参照)
15:00~15:30	競技説明会 ジュニア A ジュニア B キッズ	シーガイア・ オーシャンタワー ウォークモール (下図 参照)



※チャレンジ・スタンダードの選手は、自宅ですべて競技説明ビデオを視聴して下さい。  
どうしても視聴できなかった方については、受付会場で競技説明ビデオを視聴することが必ず必要となります。視聴後に受付となります。

※ジュニア A、ジュニア B、キッズの選手は、競技説明会に参加した後に受付となります。

6月28日(日)

時間	項目	会場
6:30~8:00	当日の選手登録はありません。 バイク搬入 ※時間厳守 (全カテゴリーのバイク搬入が必要です。)	トランジションエリア
7:30~12:40	交通規制	会場周辺
7:30 ~ 7:50	スイム試泳	北ビーチ
8:15	開会宣言	サンビーチツ葉 北ビーチ
8:30	スイムスタート 1組(チャレンジ)	
8:35	2組(スタンダード男子49歳以下)	
8:38	3組(スタンダード男子50歳代)	
8:41	4組(スタンダード男子60歳以上、女子)	
10:15	5組(ジュニアA)	
10:30	6組(ジュニアB)	
11:45	7組(キッズ)	
12:00~13:00	バイク搬出 ※時間厳守	トランジションエリア
12:30~13:30 (予定)	表彰式 ※競技終了後準備出来次第	フィニッシュゲート前エリア

(2) 各カテゴリー区分

スタート	カテゴリー	区分	キャップ カラー	Swim	Bike	Run	合計
1組	チャレンジ	男女	イエロー	750m (750m*1)	13.3km (13.3km*1)	5.2km (2.5km*2 +0.2km)	19.25km
2組	スタンダード	男子 (49歳以下)	ブルー	1500m (750m*2)	40.0km (13.3km*3)	10.0km (2.5km*4)	51.50km
3組	スタンダード	男子 (50歳代)	レッド				
4組	スタンダード	男子 (60歳以上) (女子)	ピンク				
5組	ジュニアA	男女	ブルー	250m (250m*1)	13.3km (13.3km*1)	2.8km (2.8km*1)	16.35km
6組	ジュニアB	男女	レッド	150m (150m*1)	13.3km (13.3km*1)	1.4km (1.4km*1)	14.85km
7組	キッズ	男女	ピンク	50m (50m*1)	1.5km (1.5km*1)	0.6km (0.6km*1)	2.15km

※ スタンダードについては、**制限時間（ランフィニッシュ）は4時間です。**

- 1 スイムの制限時間は、1周30分、合計60分になります。
- 2 バイク終了後11時41分までにランスタートできない場合には、競技終了となります。
- 3 ラン競技中で4時間を超えた場合には、次の周回には移れません。  
審判員の指示に従って下さい。

※ その他のカテゴリーについては、制限時間は設定していません。

### (3) 競技規則

本大会はトライアスロンジャパン競技規則並びに運営規則（共に TRI 競技規則・運営規則に準拠）を適用します。

### (4) 基本ルール

- ① 競技者、大会関係者及び一般地域住民の安全が最優先されます。
- ② 競技者は競技規則・交通規則を遵守し、大会スタッフ・警察官の指示等を厳守しなければなりません。
- ③ 主催者は競技規則・運営規則に違反、及び大会スタッフ・警察官の指示に従わない競技者に失格を命令する権限を持ちます。
- ④ 主催者は、競技者のレース続行が危険と判断した場合には、レース続行を中止させることがあります。
- ⑤ 大会スタッフ並びにボランティアにぶしつけな言動を発した選手は、警告・失格の対象となります。（審判会議で審議し、失格を宣言する場合があります。）
- ⑥ ドーピングは、JADA 及び WADA の規定に準じて禁止します。
- ⑦ 競技者への伴泳、伴走、医療サービス、飲食物等を個人的に手渡すこと、また、接触介助等の援助は禁止いたします。（但し身体障害者で主催者が認めた者を除く。）
- ⑧ レースナンバーは確実に留めます。付け忘れ、消去、隠す、あるいは折り曲げる、切り取る、その他故意に変更することは許されません。（ゼッケンベルトは使用可）
- ⑨ 競技者は主催者が設営したエイドステーションに用意された飲料及び医薬品を使用することができ、指定された医療テントにおいて治療を受けることができます。
- ⑩ 競技中競技者の小休止は可能です。
- ⑪ 競技者は自らの責任において、コースを熟知しなければなりません。競技者がコースを離脱した場合、離脱地点からの復帰は可能です。しかし、競技者自らがメディカルステーション、休憩施設、飲食施設等を利用したり、大会スタッフに收容された場合は、競技に復帰することはできません。
- ⑫ 競技者が棄権しようとするときには、いずれの時点でも直ちに近くの大会スタッフを通じ棄権の意志を通告しなければなりません。棄権した競技者はすみやかにコースから退去し、競技に復帰することはできません。計測用チップバンドは指示に従い大会スタッフに渡して下さい。
- ⑬ 競技全般を通じてイヤホン等の装着は禁止です。
- ⑭ 自転車のフレームや自転車用のヘルメットに動画撮影機器（カメラ付き携帯電話を含む）を取付ける事を禁止します。
- ⑮ ドラフトゾーンについては、ローカルルールにより前方選手の前輪先端から後方 10メートル、20秒以内とします。

## 2 登 録



### バイク・ヘルメット事前自己チェック

(1) 登録前にバイク・ヘルメットのチェックを自己責任で行ってください。

参加者全員の安全で快適な競技のため、そして、あなたの完走のためです。必ず事前チェックを行ってください。

(2) 自己チェック項目は以下の内容です。

種類	点検項目			チェック欄
バ イ ク	基本性能	安 全 装 置	前・後ブレーキの利き エンドキャップ	
		タ イ ヤ	タイヤの装着・摩耗・タイヤ・リムの振れ	
		回 転 部	ハブのがたつき、変速機・チェーン、クランク・ペダル	
		ネ ジ 部	各部、車軸の締め付け	
	危険防止	破 損 危 険 物	ライト・かご等へのテープ貼り・緊縛	
ヘルメット	全 体	強度・規格・機能	公認規格（ジュニアのみ通学用可）、正常な作動	

※ ヘルメットは必ず着用して下さい。（移動時も含む。）

(3) ご自分でチェックや整備ができない場合は、事前に最寄りのサイクルショップにて点検を受けてください（費用がかかる場合があります）。

(4) 不安な方は、大会前日（6月27日（土））シーガイア・オーシャンタワー ウォークモールの受付会場そばメカニックエリアで、バイク点検・整備を受けてください（有料）。

※ 競技に使用するバイクは、スタンダードについては、ロードレーサーとします。その他のクラスはロードレーサー以外のバイク（マウンテンバイク、クロスバイク）での参加も可能ですが、折りたたみ自転車、リカンベント、ママチャリなど、競技にふさわしくないと大会側で判断したバイクでの参加はできません。事前に大会事務局へお問い合わせ下さい。

※ 大会事務局におけるバイクの預かり、保管は行っていません。バイクの事前輸送を行う場合は、宿泊先への輸送をお願いします。



### 前日の登録手続き

- (1) 受付窓口で用意しているチェックシート（競技説明、健康等のチェック）に記入し提出して下さい。
- (2) 受付では出場に必要なアイテム（レースナンバー・バイクシール・ヘルメットシール、他）をトランジションバッグに入れてお渡します。  
※ 大会当日の選手登録はありません。



### トランジションバッグ

- ・前日受付時（6月27日（土））にお渡しします。



### トランジションエリアへのバイクの搬入・搬出

- (1) トランジションエリアへは全てのコテゴリーで、**選手本人以外は入れません。**  
※ キッズの保護者など立ち入りは御注意下さい。また、トランジションエリアの出入りには、トランジションバッグ又はレースナンバーの提示が必要です。
- (2) トランジションエリアへのバイク搬入時間 **6月28日（日）6:30~8:00**  
※ 前日（21日）からトランジションエリアへバイクを搬入することはできません。
- (3) 使用が禁止された用具や競技に直接必要でない物（着替え、バッグ類及び貴重品など）、大きな荷物（クーラーボックスなど）をトランジションエリアに持ち込むことはできません。
- (4) バイクはご自分のレースナンバーの貼ってある場所に置いてください。
- (5) トランジションエリアからのバイク搬出時間 **6月28日（日）12:00~13:00**  
※ キッズの競技が終了するまで、トランジションエリアからバイクを搬出することはできません。  
※ 13:00以降の保管管理は行いません。棄権された方も同様の対応とします。



### 競技説明会

- (1) チャレンジ、スタンダードの選手は、自宅で必ず競技説明ビデオを視聴して下さい。どうしても視聴できなかつた方については、受付会場で競技説明ビデオを視聴することが必ず必要となります。視聴後に受付となります。
- (2) ジュニアA、ジュニアB、キッズの選手は、会場での競技説明会参加した後に受付になります。

### 3 競 技



#### レースナンバー・ウェア

(1) レースナンバーは、前日登録時（6月27日（土））にお渡しします。

(2) レースナンバーの装着場所

- ① バイクシールはサドルの下の左面に貼る。
- ② ヘルメットシールはヘルメットの前面に貼る。
- ③ バイク競技は上衣の背面に、4隅を留める（計1枚）。
- ④ ラン競技は上衣の前面に、4隅を留める（計1枚）。

※バイク・ラン競技を通して同じウェアの場合は、上衣の前後面に、4隅を留める。  
（計2枚）。

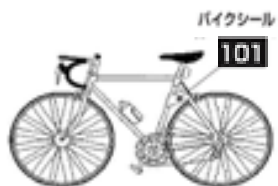
※レースナンバーベルトをお持ちの方は、レースナンバーベルトの使用を推奨します。ただし、バイク競技時は後面、ラン競技時は前面に見えるようにすること。

※レースナンバーの上に衣服を着用すると、レースナンバーが見えなくなるので着用しないこと。

(3) ボディーナンバーシールは、左右前腕部外側に貼る。

(4) ウェアがめくれあがったまま、あるいはレースナンバーがはずれたまま競技をすることはできません。走行中に審判に注意されたら、各自速やかに直してください。但し、背面については介助を認めます。

(5) レースウェアの前胸にジッパーを設けたレースウェアを使用する場合には、フィニッシュ前にジッパーを閉めておく必要があります。



レースナンバーはトランジションバックに次のように入っています。

- |                 |
|-----------------|
| バイクシール（1枚）      |
| ヘルメットシール（1枚）    |
| レースウェア用（2枚）     |
| ボディーナンバーシール（2枚） |



### 計測用アンクルバンド

- (1) 計測及び着順の判定は全て計測用アンクルバンドにより行います。計測用アンクルバンドで足首に装着してください。計測用アンクルバンドは大会当日スイムスタート前に渡します。
- (2) 計測用アンクルバンドが途中ではずれてしまった場合は、携帯してください。また競技中、不可抗力で紛失の場合は、速やかにお近くの係員に申し出てください。  
※競技中に計測用アンクルバンドを紛失した場合は正式タイム、順位は出ません。  
(紛失の場合は、実費 2,000 円を請求します。)
- (3) 計測用アンクルバンドは、フィニッシュ後直ちに回収します。



### 棄権

競技途中に棄権する場合は、必ず審判員又は係員に棄権を通告してください。もし棄権通告がないと、競技終了後もあなたを捜すこととなります。スムーズな大会運営のために、必ず棄権通告をお願いします。

※ スイム途中で棄権する場合には、競技を停止し、片手を頭の上で振り、声を出してライフセーバーに救助を求めてください。

※ レースナンバーと計測用アンクルバンドをはずし、計測用アンクルバンドは、係員に返却してください。



### 異議申し立て

抗議は、競技者本人又は代理人が審議委員会に口頭で行うことができます。

ドラフティング、ブロッキング、スポーツマン精神に反する言動の判定には、抗議できません。



## スイム

- (1) スイムキャップ（主催者支給のもの）を必ず着用してください。
- (2) ウェットスーツの着用は自由です。着用義務はありません。
- (3) チャレンジ、スタンダードクラスについては、試泳は、7：30～7：50 までに終了して下さい。その他クラスのウォーミングアップは、スタート時間の 15 分前までに終了して下さい。
- (4) スイムスタートの 10 分前にスタート地点前に集合して下さい。
- (5) コースブイにつかまって小休止することはできます。但し、ブイを利用して前進する事は禁止します。
- (6) 周回数はご自分で管理してください。係員が周回数を告知することはいたしません。周回数の不足が後で判った場合は、失格となります。
- (7) メガネ預かり所では、スタッフに従いご自分で設置して下さい。
- (8) コース上には十分なライフセーバーが待機していますので、落ち着いて泳いでください。
- (9) 海上スタッフには全員レースを中止させる権限があります。
- (10) スキップ制度について

スイムにて、天候・体調に不安がある場合、各個人の判断によるスイム競技を短縮中断しそのままバイク競技に移る事が出来ます。（これをスキップと言います。）  
その場合、タイム・順位は記録されません。

スイムそのものをスキップする場合、7時30分迄に本部受付にて、その旨伝えて下さい。スイムをスタートした後にスキップする場合、1周目を30分以内に終えた選手のみがスキップする事が出来ます。

スイム途中、海上スタッフ等に救助された選手はスキップする事は出来ません。  
また、審判員の判断により、スキップを許可しない場合もあります。



## バイク

- (1) バイクラックには、ナンバーシールの添付してある側にハンドルバーがあるように向けて、バイクラックにサドルをかけて下さい（キッズは片輪をはさむラックになります）。
- (2) バイクラックからバイクを外す前にヘルメットのストラップをしっかりと締めてください。
- (3) バイクフィニッシュ後は、バイクをバイクラックに掛けてからヘルメットのストラップを外してください。

- (4) トランジションエリアでは、競技中、競技前後ともにバイクの乗車はできません。
- (5) 追い越す場合を除いて、道路の左側を一列で走行してください。
- (6) ドラフティング規則

ドラフティングとは、他競技者あるいは車両の直後や周辺を走り、風圧を減らしアドバンテージを得ることです。

- ① ドラフティング走行は禁止します。前走のバイクとの距離は 10m 以上を保ってください。
  - ② ドラフティングに違反した選手に対しては 1 回につき 1 分のペナルティが課せられます。度重なる違反については失格の対象となります。
- (7) 追い越し規定
- ① 追い越しは後方を確認し、前走者の右側から声をかけて行ってください。
  - ② 折り返し付近は追越禁止です。
  - ③ 追い越した選手は、追い越すときの速度を持続させ追い越された選手と 10m 以上の距離をあけてから、キープレフト走行に入ることになります。
  - ④ 追い越された選手は、すぐに振り返らずに 20 秒以内に 10m 以上をあけてドラフトゾーンから脱しなければなりません。
- (8) 周回数はご自分で管理ください。係員が周回数を告知することはいたしません。周回数の不足が後で判った場合は、失格となります。
- (9) バイクボトルは専用のボトル及びボトルホルダをお使いください。市販のペットボトルは、ボトルホルダから外れる危険性があり、後方の選手に迷惑がかかりますので使用できません。
- (10) バイクコースはコース図をご参照ください。
- (11) 折り返しや右折、左折のコーナーでは十分に車間距離をとり減速してください。特に有料道路からの下り左折、キッズの 180 度折り返しでは落車が多いので慎重に走行してください。また有料道路の直線では下を向いて走行される方が多いので、必ず前方のバイクを確認して走行してください。
- (12) ジェルなどのごみの投げ捨ては厳禁です。ごみ処理は各自で行ってください。



ラン

- (1) カテゴリーによってコース（折り返し地点等）が異なります。折り返し地点の間違いやコースのショートカット等が後で判った場合は、失格となります。
- (2) スタンダードクラスは、4 周回の周回コースとなっています。1 周目がグリーン、2 周目がブルー、3 周目がイエロー、4 周目がピンクとなる看板をコース上に設置しており、それぞれ 1km と 2km がグリーン、3km 4km

5kmがブルー、6kmと7kmがイエロー、8kmと9kmがピンクでの表示となっていますので、周回の参考として下さい。

- (3) 周回数はご自分で管理ください。係員が周回数を告知することはいたしません。周回数の不足が後で判った場合は、失格となります。(計測用アンクルバンドで計測しています。)
- (4) ランナーは基本的にキープレフトで走って下さい。前の選手を追い越す為に右側に出る場合は、後方から速い選手が走ってこないか十分に注意し前方の選手に声掛けする等行って下さい。
- (5) 天候によっては猛暑が予想されます。コース上には2ヶ所のエイドステーションがありますので、早目の水分補給を心掛けて下さい。
- (6) 制限時間(4時間)を超えた場合には、スタッフの指示に従って下さい。

※ ペナルティは、ランコース中に設置されたペナルティボックスでタイムペナルティを課します。スタンダード部門でドラフティング違反は1分、他の違反は15秒になります。

競技者は自らボードを確認し、自主的に停止、オフィシャルの指示に従ってください。



エイドステーション

- (1) エイドステーションは、スイムフィニッシュ地点、ランスタート地点及びランコース内(2箇所)の合計4箇所に設置します(会場全体図参照)。
- (2) エイドステーションでは、水とスポーツドリンクを用意します。補給食が必要な方はご自分で準備をしてください。コース上へのゴミの投げ捨ては厳禁です。ゴミの処理は各自でお願いします。
- (3) バイクコース内にはエイドステーションがありません。各自ボトルを準備してください。市販のペットボトルは使用できません。

## 4 その他



記録証（完走証） ※順位の表示はありません。

大会ホームページより、後日ダウンロードして下さい。



表彰

- (1) 表彰式での表彰対象者は下表の通りです。
- (2) 表彰対象者は必ず表彰式に出席してください。
- (3) 表彰式は 12:30～13:30（予定）に会場内で行います。

カテゴリー	表彰対象者
チャレンジ	高校生男女別優勝者
スタンダード	男女別総合優勝者
宮崎中央ロータリー クラブ会長賞	ジュニア A、ジュニア B、キッズ男女別優勝者

- (4) スタンダード年齢別（5歳刻み）の男女1位から3位までは、本部で賞状をお渡しします。
- (5) ジュニア A・B、キッズの各学年（小学1年生から6年生、中学1年生から3年生）の優勝者は、本部で賞状をお渡しします。
- (6) 記録速報はインフォメーションボードに掲示します。但し、正式発表は審判会議終了後となります。

※審判会議の結果、ペナルティ及び失格が出た場合は、記録速報と異なることがあります。



医療・緊急対策

- (1) 本部に救護所を設置し、医療スタッフが待機します。
- (2) 少しでも体調に異常を感じたら、無理せずに救護所や近くの係員に申し出てください。
- (3) 救護所では応急手当のみとし、医師の判断により必要に応じ、救急病院に搬送します。
- (4) 当日の天候によっては気温が変化する場合がございますので、上着などの準備をお願いいたします。



#### 交通規制・駐車場

- (1) 大会当日（6月28日（日））、大会周辺道路は、7:30～12:40の間交通規制が行われます。
- (2) 南ビーチ前駐車場は、前日当日ともに無料となります。
- (3) 参加者及び観客の当日の駐車場に関しては、係員の指示に従って駐車してください。

※ 駐車場は十分に用意しておりますので、前夜からの駐車、開門5時以前の待機は絶対行わないでください。



#### 更衣室・荷物の管理

- (1) 更衣室は、会場（臨海公園）に常設している更衣室をご利用ください。
- (2) トランジションエリアに更衣テントはありません。
- (3) 大会本部では、荷物のお預かりは行いません。貴重品は常設のコインロッカーをご利用ください（有料）。

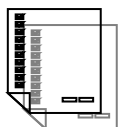


#### 大会の中止

大会当日の天候（大雨洪水警報・強風警報・地震の発生・雷警報など）によっては、競技内容の変更及び中止することがあります。大会本部の発表にご注意ください（大会ホームページを通じて発表します。）。

大会ホームページ : <http://www.seagaia-tri.tv>

大会電子メールアドレス : [info@seagaia-tri.tv](mailto:info@seagaia-tri.tv)



## 保険

大会主催者では大会当日（6月28日）、競技者の万一の事故（怪我、心不全、熱中症など）に備えて以下の内容の保険に加入しています。

死亡・後遺傷害保険金	1,500万（※）
入院保険金（日額）	5,000円
通院保険（日額）	2,500円

※心臓疾患（心不全など）・脳梗塞（脳内出血など）・熱中症・日射病を原因とする死亡事故の際は500万円となります。

注1）大会中の事故のみが対象です。会場への往復途上は補償の対象外となります。

注2）競技中における競技者個人の賠償事故については保険の手当てを準備してありません。