



スイムコース

ランコース

河原田小学校グラウンド  
● トランジションエリア  
● ゴール会場

河原田小学校

河原田小学校体育館  
● 救護本部

海の家  
● 大会本部

FINISH

バイク  
ラン  
スタート

A・RA バイクコース

B・Rb バイクコース

ランコース

P  
選手駐車場

折返し

スイム  
スタート

栈橋

バイク帰路

前年大会気象データ 2025年9月7日	
平均気温	27.7℃
最高気温	30.7℃
最低気温	22.8℃
水温	28.0℃

B・Rb タイプ スタート 7:30  
スイム制限 9:00

A・RA タイプ スタート 6:00  
一周制限 7:10 / スイム制限 8:15





# ランコース

## 佐和田海岸周回コース

(1周約10.5km)

(4周回) ...A・RA タイプ

(2周回) ...B・RB タイプ

### 制限時間

周回	A・RAタイプ			B・RBタイプ		
	AS	Km	制限時間	制限時間	AS	Km
1周回	本部 AS	0	16:30	14:30	本部 AS	0
	窪田 AS	1.5			窪田 AS	1.5
	沢根 AS	3.2			沢根 AS	3.2
	沢根 AS	5.2			窪田 AS	6.9
	窪田 AS	6.9			本町 WS	9.3
	本町 WS	9.3				
2周回	本部 AS	10.5			本部 AS	10.5
	窪田 AS	12.0			窪田 AS	12.0
	沢根 AS	13.7			沢根 AS	13.7
	沢根 AS	15.7			窪田 AS	17.4
	窪田 AS	17.4			本町 WS	19.8
	本町 WS	19.8				
3周回	本部 AS	21.1		18:00	フィニッシュ	21.1
	窪田 AS	22.6				
	沢根 AS	24.3				
	沢根 AS	26.3				
	窪田 AS	28.0				
	本町 WS	30.4				
4周回	本部 AS	31.6	20:15			
	窪田 AS	33.1				
	沢根 AS	34.8				
	沢根 AS	36.8	21:00			
	窪田 AS	38.5				
	本町 WS	40.9				
フィニッシュ	42.2	21:30				

