

ライダーについての重要事項

- 1) アゴ紐の付いているヘルメット、グローブ（軍手可）、長袖、長ズボン、運動靴の装備厳守となります。転倒に備えてヒザとヒジのパッド装着を強くお勧めします。お子様に関してはパッド装着厳守となります。

負傷した方の大半は、パッドを装着しなかったために怪我を負ってしまっている可能性があります。



- 2) 「工事用ヘルメット」は使用禁止です！

工事用ヘルメットは、側部の衝撃を保護できないため、転倒等において「**眼高底骨折**」などの重傷を負う事例が発生しています！絶対に使用しないようお願いいたします。

ヘルメット裏側に「**飛来、落下物用**」や「**電気用**」等と表記されている製品は使用をご遠慮ください。

【実際のレースにおいて発生した負傷一例】

実際に起こった負傷の一例です。

パッド未装着など装備不足による負傷が主な原因だと思われます。

スタートからお昼までが事故多発時間帯です。ご注意ください！

受傷場所	時刻	受傷場所	時刻
右手関節左肩	8:25	左示指 右膝 左肘挫傷	10:05
両膝挫傷	8:37	擦過傷	10:12
左肘 手	8:33	両膝擦過傷	10:04
右膝 左肘	8:45	右膝擦過傷	10:26
右肘 大腿部	9:45	すりきず 打撲	11:37
左肩 左肘 打撲	9:55	右膝擦過傷	11:48
頭部打撲 肘挫傷	9:27	下口唇挫創	11:46
右額挫創 右頬部挫創	9:00	下顎擦過傷	12:09

- 3) 自転車専用ヘルメットや工事用ヘルメット等は、転倒時の強い衝撃により側頭部や顔面を保護できない場合があります

ます。実際に転倒して頭部強打や前歯が折れてしまうなどの事例も報告されております！

二輪用、四輪用、スキー＆スノーボード用、アメリカンフットボール用、通学用などの、丈夫で安全な製品を使用してください。「自転車専用ヘルメット」は使用可能ではあるものの推奨いたしません。

※通学用ヘルメットは一見工事用ヘルメットと見分けがつかません。そのためレース中に係員よりヘルメットの確認のために停車を要求される場合があるのでご承知ください。

ヘルメット一例



フルフェイスヘルメット



ジェット型ヘルメット



スキー・スノーボード用ヘルメット



通学用ヘルメット

走行に関する注意事項

- 1) レーシングコースは起伏が激しく非常に過酷なコースレイアウトです。またママチャリでも、それなりのスピードを出すことが可能です。自転車に不慣れな方は、事前に十分な練習を行ってください。
- 2) 走行における基本理念につきましては、誰もが安全・安心に走れるよう、スピードや技術に差があっても“ゆずり合いの心”を大切にしましょう。
- 3) 走行中に他者と接触したり、走行を妨げてしまった際は「ごめんなさい！」の一言と、助け合いの心を忘れずをお願いいたします。その一言でお互いが気持ちの良いレースになるでしょう。
- 4) 走行中の接触は、周囲の確認不足に起因するケースが多く見られます。常に前後左右の状況を意識し、自分の周囲のどこに車両がいるのかを把握しながら走行することを習慣づけてください。



例：コーナーの進入時には周囲をしっかりと目視で確認し、追い越し時に「左通ります！」「ベルを鳴らす」など軽く声や音で周囲に知らせることも、接触リスクを減らす有効な手段です。

- 5) このレースは、小さいお子様も参加します。お子様を追い越す際は十分な車間と安全を確保し、お子様優先で追い抜きをお願いいたします。
- 6) 転倒等により怪我を負った際は、無理に動かず救援をお待ち下さい。動かすことにより、怪我が悪化する恐れがあります。必要に応じて医務室へ搬送します。医務室の判断により場外の病院へ搬送する場合があります。
- 7) 6歳以下のお子様、または必要に応じて保護者の伴走が義務付けられています。お子様が参加する際は十分な事

前練習をお願いいたします。

- 8) レース中に起こった事故において、その相手に責任を追究したり、損害を要求することはできかねます。たとえ自分に非が無くとも、コース上で発生した事故は全て「50 : 50」の定義に基づきます。一般公道とサーキットでは根本的に考え方が違うことを予めご承知ください。また傷害保険などの適用はございませんので、ご希望される場合、各自でご加入ください。

- 9) **レース中、走行する選手全員は飲酒不可となります。**

飲酒運転はその場で失格といたします。

