

CSC5 耐 (7/25 (土))

沼津高専トライアスロン部A：小瀬村・田代・大坂・麟太郎・康孝

沼津高専トライアスロン部B：深澤・澤谷・岡本・原田

普段頑張っていないけどたいしたことある少年たち：勇真・真・井上・海野

当日の流れ

- 6:30 部室前集合
- 6:40 部室前出発
- 7:00 三島駅集合
- 7:22 三島駅発
- 8:00 修善寺駅着 片道500円
食糧調達
- 8:20 修善寺駅バス出発 (10番) 片道480円
- 8:35 csc 着

大会の流れ

- 8:00~10:00 受付 (正面ゲート横)・計測用タグ装着・自転車貸し出し
- 10:30 スタート地点集合
- 10:45~11:15 コース試走(義務)
- 試走後~11:30 フリー走行
- 11:55 スタートライダー集合
- 12:00~17:00 レース
- 17:30~18:15 表彰セレモニー・抽選会
- 18:30 csc 撤収

※ ボランティア (草野・岡本洋) の動きについては、直接事務局の西沢さん (ケンズ) より指示があった。なお、ボランティアの資料については、西沢さんより顧問 (三谷) にメールで送られてきたので、それを部長を通じて事前に二人に渡した。

注意事項：

1. 持ち物は練習会前日までに用意し、当日はそれを持って出るのみとしておく。
2. 自転車のチェックも前日までに終わらせる (タイヤにガラスなど刺さっていないか、空気圧は適切か、など)
3. 集合時間には絶対に遅れない。集合時間より10分過ぎても来ない奴はおいて行く。
4. 当日体調不良などで参加できない場合は、できるだけ早く上級生に連絡する。
8. 5kmサーキットコースで転倒など事故があったら、その場でコース脇に避け、救助を待つ (CSCの車が救助しに来てくれる)
9. 補給食は、空腹感を覚える前に摂る (ハンガーノック防止)

持ち物リスト

- 自転車
- バイクシューズ
- ウェアー
- グローブ
- メット
- サングラス
- チューブ
- ボトル
- 輪行バッグ
- タオル
- カップ
- お金
- 保険証
- 携帯ポンプ
- 簡易工具
- 筆記用具
- 携帯電話
- 日焼け止め
- 荷物が丸ごと入るビニール袋 (雨対策)