

## 『100%の安全』実現のために

アルプスあづみのセンチュリーライドでは、『100%の安全』を目標に掲げています。

これまでも、ハンドサインの推奨や右折時の一時停止厳守などに取り組んできましたが、昨年続き今年の重点取り組みテーマを「セルフセーフティ」とします。

これは自分の安全確保は自分自身でしっかりと行うことです。欧米に比べて道路も狭く、自転車の走行環境が良好とはいえない日本において、まずは各自が安全に走っていただくことが重要になります。そのためには一人一人が交通ルールを守ること、自分の技量を過信せず常に安全第一を意識して走ることです。また事故の起こるポイントも「交差点」と「右折」が圧倒的に多い事実もありますので、右折の場合は下記に示し方法で走行してください。

AACR当日だけでなく、仲間たちが事故なく楽しめように、スポーツバイクを歓迎して受け入れてくれる地域や道路が増え、末永くスポーツバイク文化が日本で育っていけるように、皆さんと一緒に取り組んでいきたいと考えておりますので、ご理解とご協力のほどよろしくをお願いします。

### 1. 参加前の準備について

#### ■参加できる自転車の種類

- ・参加できる自転車は以下のスポーツバイクに限ります。
  - ①ロードバイク、②クロスバイク、③MTB、④ミニベロ（小径車）、⑤ピスト（前後ともブレーキが装備されているものに限る）、⑥タンデム ※リカンベントでは参加できません。

#### ■服装・持ち物について

- ・安全に自転車走行ができる服装で参加してください。仮装での参加はご遠慮ください。
- ・安全のため、必ずヘルメットとグローブを着用してください。ヘルメットはハードシェルの市販品とし、人形、カバー等付属物の装着は禁止します。
- ・飲料・ボトル、補給食、健康保険証をお持ちください。
- ・パンク修理ができるよう、タイヤレバー、スペアチューブ、携帯ポンプ、携帯工具をお持ちください。
- ・防寒着（雨具）、サングラスのご用意を推奨します。  
参考：5月26日の松本市の平均値 最高気温は23.9度、最低気温11.1度です。

#### ■自転車の装備について

- ・ライト、尾灯またはリフレクター、ベルを必ず装着して下さい。
- ・次のハンドルは使用禁止とします。①DHハンドル、②クリップオン、③スピナッチ
- ・ディスクホイールは使用禁止とします。
- ・トレーラーは使用禁止とします。
- ・スタート前にスタッフにより「装備が適切ではない」と判断された場合には、スタートすることができませんので、十分な準備をお願いします。

## 2. 走行について

### ■安全確認は自分自身で！

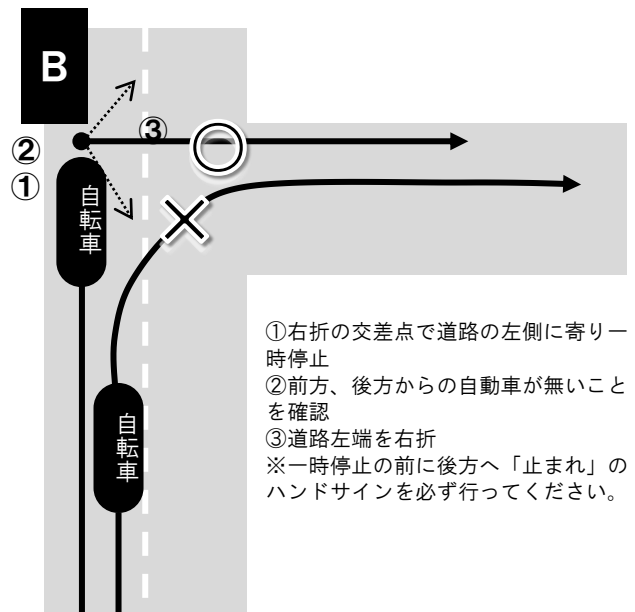
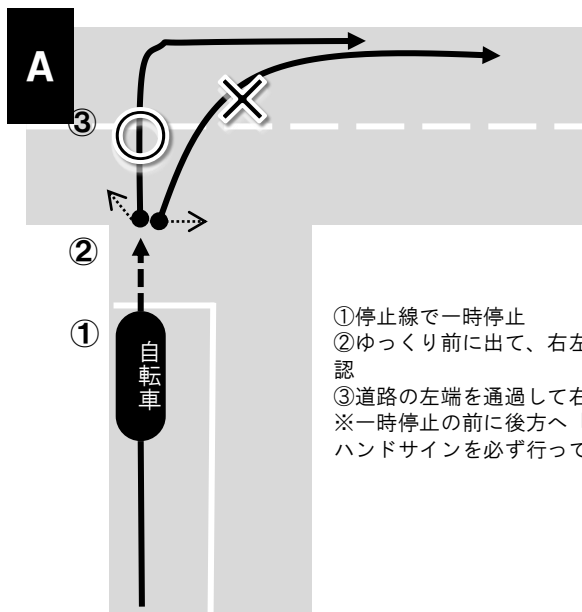
- ・大会の安全のため、ルート上に警備員やスタッフ等を配置しておりますが、これらのスタッフは、参加者の皆様に「ルート上の危険な所」や「見落としがちな交通規則」をお知らせするスタッフです。警備員やスタッフは、車を停止させ参加者の皆様を優先的に走行させるためのものではありません。
- ・参加者ご自身が交通ルールを守り、周囲の安全を確認して走行してください。

### ■右折は必ず2段階右折で！

- ・右折する場合は、信号機があるないかに関わらず、必ず2段階右折をお願いします。

### ■T字路では必ず一時停止を！

- ・T字路Aは、必ず一時停止をして、左右の安全を確認して右折または左折をしてください。
- ・特にT字路B交差点の右折は、必ず一時停止していただき、後方および前方からの自動車をよく確認の上、右折をしてください。



### ■メカニックサービスについて

- ・大会ではスタート会場からルート上を移動する車両によるメカニックサービスを提供いたします。
- ・メカニックサービスは応急処置が前提であり、対応できる内容は限られますのでご了承ください。
- ・部品交換が必要な場合は有償となります。
- ・ご自身で修理できない場合は最寄りの大会スタッフに声をかけていただくか、本部までご連絡ください。場合によりメカニック車の対応をいたします。

大会当日連絡先 (メカサポート専用) 080-8472-9360

### ■リタイアについて

- ・走行中に何らかのトラブルでリタイアする場合は、大会本部へ電話連絡をお願いします。なお適切なサポートを行うため、エイドにいる場合でも大会本部へ電話連絡をしてください。
- ・ピックアップおよびリタイアの場合収容車での移動となりますが、収容車の手配の関係で、すぐに大会会場にお送りできない場合がございますので、あらかじめご了承ください。

大会当日連絡先 (リタイア等の場合) 070-2678-2702

### ■救護について

- ・救護所はスタート・フィニッシュ会場、各エイドステーションに設置いたします。
- ・救護所では、可能な範囲での応急処置を行います。それ以上の処置及び責任は負いかねますのでご了承ください。