

## 6 サイクリング走行

### 関門

コース上には関門を設置し、それぞれ関門時刻を設定しています。時間に余裕を持った計画的なペースでの走行を心掛けてください。関門時刻までに通過できない場合は大会スタッフの指示に従い、走行を中止してください。関門収容車にて収容し、各コースのフィニッシュ会場まで搬送します。関門時刻前でも、大会スタッフが明らかに関門時刻に到達できないと判断した場合は走行中止を指示しますので、従ってください。

### 関門時刻

#### A コース IMABARI 70

区分	因島北IC	瀬戸田BS	生口島南IC 手前管理道	大三島IC	多々羅 しまなみ公園	伯方S・C パーク	よしうみ バラ公園	広小路 《フィニッシュ》
関門閉鎖時刻 (予定)※1	—	8:45	8:35※3 9:00	—	10:20	15:15	16:00	17:00
形式関門時刻 (予定)※2	8:05	—	—	8:50	—	10:45	12:10	—

#### B コース INNOSHIMA 70

区分	因島北IC	瀬戸田BS	生口島南IC 手前管理道	岩城港 <昼食>	万田 発酵機	向島 中学校	尾道市役所 《フィニッシュ》
関門閉鎖時刻 (予定)※1	—	8:45	9:00	10:30	12:20	13:55	15:30
形式関門時刻 (予定)※2	8:05	—	—	—	—	—	—

#### C コース OMISHIMA 100

区分	伯方島IC	大三島IC	多々羅 しまなみ公園	大三島支所 <昼食>	伯方S・C パーク	よしうみ バラ公園	広小路 《フィニッシュ》
関門閉鎖時刻 (予定)※1	10:35	—	10:20	11:50	15:15	16:00	17:00

#### D コース COMPLETE SHIMANAMI 140

区分	伯方島IC	大三島IC	瀬戸田PA	瀬戸田BS	因島南IC	万田 発酵機	みなと オアシス尾道 <昼食>	新浜港 (航路)
関門閉鎖時刻 (予定)※1	10:35	—	10:45	11:00	—	12:20	—	13:00
形式関門時刻 (予定)※2	—	—	—	—	—	—	12:45	—

区分	伯方S・C パーク	よしうみ バラ公園	広小路 《フィニッシュ》
関門閉鎖時刻 (予定)※1	15:15	16:00	17:00
形式関門時刻 (予定)※2	—	—	—

#### E コース ONOMICHI 70

区分	伯方島IC	大三島IC	瀬戸田PA	瀬戸田BS	因島南IC	万田 発酵機	向島 中学校	尾道市役所 《フィニッシュ》
関門閉鎖時刻 (予定)※1	10:35	—	10:45	11:00	—	12:20	13:55	15:30

#### F コース IKUCHI 110

区分	伯方島IC	大三島IC	瀬戸田PA	生口島南IC	瀬戸田 サンセット ビーチ <昼食>	伯方S・C パーク	よしうみ バラ公園	広小路 《フィニッシュ》
関門閉鎖時刻 (予定)※1	10:35	10:55	11:10	—	12:10	15:15	16:00	17:00

#### G コース YUMESHIMA 80

区分	伯方島IC	大三島IC	瀬戸田PA	生口島南IC	瀬戸田 サンセット ビーチ	岩城港 <昼食>	弓削港 《フィニッシュ》
関門閉鎖時刻 (予定)※1	10:35	10:55	11:10	—	12:10	14:00	16:00

#### H コース OSHIMA 30

区分	大島BS	よしうみ バラ公園	広小路 《フィニッシュ》
関門閉鎖時刻 (予定)※1	—	16:00	17:00
形式関門時刻 (予定)※2	—	12:10	—

- ※1 関門閉鎖時刻…強制的にリタイアとなる時刻  
当該時刻までに関門を退出できない場合、それ以降の走行は認めない。  
また、フィニッシュ時刻までに到達できない場合は、完走とみなさない。
- ※2 形式関門時刻…走行の目安とする時刻(リタイア扱いとはならない)  
当該時刻を経過した段階で、まだエイドステーションに残っている参加者がいた場合、速やかに退出するようスタッフがアナウンスをする。
- ※3 8:35以降に生口島南IC手前管理道に到達した参加者は当管理道から高速道路本線を退出し、以降一般道を走行することで走行復帰を認める場合があるが、大会スタッフの指示に必ず従うこと。なお、9:00以降に生口島南IC手前管理道に到達した参加者はそれ以降の走行は認めない。

### 救護所

- 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します。
- 救護所では、傷病に対する応急処置を行います。それ以上の処置が必要となる場合は、病院等に搬送します。
- 救護所には家庭用常備薬(胃腸薬・風邪薬等)の用意はありません。
- ※サイクリングにより通常生じるであろう筋肉疲労に対してスプレー式鎮痛消炎剤での処置は行いません。
- コース上で体調が悪くなった場合は近くのスタッフに申告してください。スタッフが見当たらない場合は大会当日コールセンターにご連絡ください。状況に応じて、救護車を呼ぶなどの対応を行います。

### エイドステーション

コース上の下記の地点にエイドステーションを設けます。エイドステーションでは地元のおもてなし(飲食)やトイレ及び休憩場所の提供を行う他、救護所や関門を設置します。各エイドステーションの内容は、下記の表のとおりです。

エイドステーション	コース	ドリンク	フード	昼食	メカニック	救護	トイレ	関門収容
瀬戸田PA (簡易エイド)	D E F G	○	○		○	○	○	○
よしうみバラ公園	A C D F H	○	○		○	○	○	○
伯方S・Cパーク	A C D F	○	○		○	○	○	○
多々羅 しまなみ公園	A C	○	○		○	○	○	○
大三島支所	C	○	○	○	○	○	○	○
岩城港	B G	○	○	○	○	○	○	○
瀬戸田 サンセットビーチ	F G	○	○	※昼食は Fのみ	○	○	○	○
万田発酵機	B D E	○			○	○	○	○
向島中学校	B D E	○			○	○	○	○
みなと オアシス尾道	D	○	○	○	○	○	○	○

- ※瀬戸田PAは大変混雑するため、トイレと最低限の補給を目的とした簡易エイドとなっています。  
※詳しくは、各コースマップをご参照ください。  
※A・E・Hコースはフィニッシュ会場で昼食を提供します。

### メカニックサービス

- 大会ではスタート会場や主なエイドステーションでメカニックサービスを提供します。
- 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。事前に自転車店でのチェックを行うなど十分に点検・整備しておいてください。
- 応急処置の際には、自転車に傷や汚れがつくこともあります。
- 部品交換が必要な場合は有償となります。ただし、対応する部品や工具がない場合がありますので、あらかじめご了承ください。
- パンク修理などはご自身で行っていただきますので、チューブなどの交換部品や工具を用意して参加してください。(レンタサイクル・軽快車・タンデム車を除く。)
- 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掛けてください。状況に応じ、メカニック車を呼ぶなどの対応を行います。ただし、メカニック車が来るまで時間がかかる場合があります。
- ※整備不良車、フィニッシュ後のメンテナンスには対応しておりません。

### 途中リタイアする場合

- 自転車の故障や体調不良などでリタイアする場合は、無理をせず近くの大会スタッフに申し出てください。スタッフが見当たらない場合は、大会当日コールセンターにご連絡ください。
- 収容車で最寄りのエイドステーションまで搬送し、リタイア処理を行います。
- 大会スタッフの指示に従い、ゼッケン(自転車用ゼッケンプレート等を含む。)を外してください。
- リタイア者は、収容車で各コースのフィニッシュ会場までお送りします。
- 無断でのリタイア・寄り道・帰宅は絶対にしないでください。

### 緊急車両通行等のご協力をお願い

- 大会中、事件、事故などで緊急車両が通行することがあります。コース上のスタッフの指示に従って緊急車両の通行を優先してください。しまなみ海道本線では、走行の一旦停止をお願いする場合があります。

### トイレ

- 各エイドステーションにトイレを用意しています。  
※詳しくは、公式サイト各コースガイドマップをご参照ください。