

# BIKE TOKYO 2017

この度は「BIKE TOKYO 2017 powered by ツール・ド・ニッポン」にお申込いただき誠に有難うございます。  
必ずこの「参加案内書」の全文を事前によく読んでご参加ください。

## ★サイクリング参加の4つの約束★

1. 交通法規を守って走行します！ <一般道では必ず信号・交通法規を遵守して走行します>
2. 左側一列で走行します！ <並列走行はしません。左側一列走行を遵守します>
3. 安全な速度で走行します！ <スピードの出し過ぎや無理な走行、競い合うこともしません>
4. 走行中に携帯電話は操作しません！ <携帯電話の操作は必ず自転車を止めてから行います>

※上記「4つの約束」を遵守いただき、イベントの安全な運営にご協力ください。

## 参加案内書

- ◆ **開催日** 2017年10月29日(日)
- ◆ **会場** 東京臨海広域防災公園(東京都江東区有明 3-8-35)
- ◆ **主催** 一般社団法人ウイズスポ
- ◆ **共催** 公益財団法人日本サイクリング協会
- ◆ **後援** 東京都、新宿区、渋谷区、港区、千代田区、中央区、江東区、墨田区、台東区、文京区

### 目次

アクセス・スケジュール	・・・P2	保険について	・・・P6
会場マップ、コースマップ	・・・P3	ブース情報	・・・P7
エイドステーション情報	・・・P4	大会 MC、ゲスト	・・・P8
ルール・注意事項	・・・P5,6	イベント情報	・・・P9,10

### ◆ 大会開催可否について

大会は雨天決行です。荒天等の諸事情による開催中止の場合のみ、  
大会当日 10月29日(日) 5:00 から大会 WEB サイトで発表します。

### <大会事務局>

ウイズスポ事務局(ルーツ・スポーツ・ジャパン内)

TEL: 03-3354-2300(平日 10:00~17:30) E-MAIL: [info@wizspo.jp](mailto:info@wizspo.jp)

〒160-0011 東京都新宿区若葉町1-4 四谷弘研ビル1F

大会当日のみ: 090-4666-9945

## アクセス

会場『東京臨海広域防災公園』 【住所】東京都江東区有明 3-8-35

### <電車>

東京臨海高速鉄道りんかい線「国際展示場」駅より徒歩4分

ゆりかもめ東京臨海新交通臨海線「有明」駅より徒歩2分

### <駐車場>

**大会専用の駐車場はありませんので、一般の有料駐車場等をご利用ください。**

会場周辺の道路は混雑しますので、路上での駐車はできません。

★下記より公園周辺の駐車場空き情報をご確認いただけます。(運営：財団法人東京都道路整備保全公社)

⇒ s-park (<http://www.s-park.jp/>)

### ▼周辺マップ



## スケジュール

7 : 15 会場 OPEN

8 : 10 開会式 (サイクリング注意事項説明)

グループ A : 受付 (参加ビブス受取) 7:15~8:15 / 整列 7:45~ / スタート 8:30~

グループ B : 受付 (参加ビブス受取) 7:45~8:45 / 整列 8:30~ / スタート 9:00~

グループ C : 受付 (参加ビブス受取) 8:15~9:15 / 整列 9:00~ / スタート 9:30~

グループ D : 受付 (参加ビブス受取) 8:45~9:45 / 整列 9:30~ / スタート 10:00~

グループ E : 受付 (参加ビブス受取) 9:15~10:15 / 整列 10:00~ / スタート 10:30~

13 : 30 BMX フラットランドパフォーマンス①

14 : 30 BMX フラットランドパフォーマンス②

16 : 30 サイクリング制限時間 17 : 00 会場 CLOSE

### 【注意】

- ・お送りした「参加はがき」を必ずお持ちください。 ※10/19(木)発送
- ・お送りした「参加はがき」裏面の参加チェックシートを必ず記入してご提出ください。
- ・受付ではゼッケン等をお受取ください。
- ・「参加はがき」に記載された番号と同封されているゼッケンが同一か必ず確認してください。

## 会場マップ



**出展ブース**

①: サイクルスポット (メカニック)  
 ②: 富士山の銘水  
 ③: ドコモ・バイクシェア



## コースマップ



### コースプロフィール

- ・ 全長: 52km
- ・ 最大標高差: 33m

### 「BIKE TOKYO」

オフィシャル MAP を公開中!

「BIKE TOKYO」が10倍楽しくなる! 観光情報やフォトスポットなどがひと目で確認できるオフィシャルマップを公開しています。是非こちらも活用いただき、BIKE TOKYO をお楽しみください!

### 【オフィシャル MAP】

下記二次元コード



## エイドステーション

### 【第1エイドステーション】浅草小学校（12km 地点）



第1エイドステーションのテーマは『下町エイドステーション』。

浅草・隅田川エリアに位置するこのエイドステーションでは新たな東京のシンボル「東京スカイツリー」を眺めながら休憩をとっていただけます。

また、このエイドステーションでは東京の老舗お菓子店「文明堂」さまご提供の様々なお菓子をお楽しみいただけます。おやつカステラは1人お1つずつ、その他の和菓子はどれか1つを選んでいただけます。



<提供品：おやつカステラ、どら焼き、栗饅頭、くるみ饅頭、水羊羹、お茶、水>

### 【第2エイドステーション】神宮外苑いちょう並木（28km 地点）



第2エイドステーションのテーマは『モダンエイドステーション』。

ドラマなどでもよく見かける「神宮外苑いちょう並木」をエイドステーションとして設定。少しオシャレな気分になりながらゆっくりお過ごしください♪

こちらのエイドステーションではベルギーワッフル専門店「マネケン」のたくさんの種類のワッフルを暖かいコーヒーとともにご提供します♪

都内でも各所に店舗がありますが、青山店はエイドステーション近くのコンコース沿いにあります。オシャレな店内にもぜひお立ち寄りください♪



<提供品：ベルギーワッフル、バナナ、コーヒー、水>

【同日開催イベント】（詳しくはイベント Web サイトをご確認ください）

- ・第31回 青山まつり
- ・青山スポーツフェス 2017

### 【第3エイドステーション】機械振興会館（37km 地点）



第3エイドステーションは東京タワーが間近で見られるポイントに設定。

昔からなんとなく見ていた東京タワーすぐ近くで見ると圧巻です。ぜひ真下からの東京タワーを写真に収めてください！

このポイントまで来ればゴールまではもう少し！

またこのエイドステーションでは「ツール・ド・ニッポン」シリーズより「白崎エンデューロ in 由良」の開催地である和歌山県由良町より由良早生みかん「由良っ子」をご提供いただけます！



<提供品：みかん（由良早生みかん「由良っ子」）、プリン、水>

### 【ゴール地点（メイン会場）】体が温まるゴールした後の「おしるこ」

気温が低くなってくるこの季節、サイクリングのあとに一息つけば、暖かいものが欲しくなります。丁寧に焼き上げた香ばしい皮にさらし餡を入れた「懐中しるこ」をご用意します。糖分も同時に補給できて一石二鳥。完走証のお受け取りも忘れずに！

## ルール・注意事項

### ■ヘルメットシールとゼッケンの取付け

受付時に「ヘルメットシール」と「ゼッケン」をお渡しします。

#### 【ヘルメットシール】

ヘルメットの前面に番号が見える形で貼り付けをお願いします。

#### 【ゼッケン】

安全ピンを同封して1枚お渡しします。後ろから確認できるように腰辺りに取り付けてください。バックを背負う場合はバックに取り付けて、必ず視認できるようにお願いします。

### ■車両規定

1. 参加者は、各自、使用する自転車が車両規定に適合していることを確認し、本大会で安全に走行ができるよう所定のチェックリストに基づき整備および検車して参加ください。
2. 参加可能車両は、前後にブレーキを備えた一人乗り用自転車とします。  
(無人・貨物用であっても、トレーラーを牽引しての出走は禁止します。)
3. リカンベント、ピスト（固定ギヤ）、タンデム自転車での参加は禁止します。
4. なお、前後のブレーキが装備されたフリーハブを装備したシングルギア車での参加は可能です。
5. 軽快車（いわゆるママチャリ）での参加も可能です。大会までに十分整備をしてください。メカニックには取扱いパーツがない場合もあります。
6. DHバーやクリップオンハンドルは禁止します。ただし、フラットバーハンドルのバーエンドは装備可能です。

### ■装備・服装について

1. グローブとヘルメットの着用を義務付けます。(ウレタン素材の簡易ヘルメット「カスク」は不可)
2. パンク等の故障が発生した場合に備え、「アーレンキー」や「スペアチューブ」の携行を推奨します。
3. 健康保険証のコピーを必ずお持ちください。
4. 視界や手足の動作が十分確保できないような過度なコスプレなど、安全な自転車走行に支障を生じる恐れがある服装での参加はご遠慮ください。
5. 大会当日は気温が低くなることも予想されます。防寒対策も忘れずにお願いします。  
※大会の安全な運営に支障がある、または、参加者ご自身の安全の確保ができないと主催者が判断した場合は参加をご遠慮いただく場合があります。
6. (耳をふさぐ) イヤホンを装着しての参加は禁止です。

### ■走行方法

1. コースは道路規制を行っていない一般道を使用しています。必ず信号・交通法規を遵守して走行してください。
2. 一時停止場所では確実に停止してください。
3. 集団走行を避け、左側一列走行を遵守してください。並列走行は禁止です。
4. 自転車運転中は携帯電話を操作しないでください。自転車を降りてから携帯電話を操作してください。
5. 自転車同士の車間距離を十分に空けて走行してください。
6. 前走者を追い越す場合は、後方確認の上、右から声をかけながら追い越してください。
7. その他、交通事故を誘発するような危険な走行は絶対にしないでください。
8. 本大会はスピードを競い合うレースではありません。スピードの出し過ぎや無理な走行は絶対におやめください。
9. 危険な走行をする参加者を発見した場合、サイクリングを中止させていただきます。

10. 長い距離のサイクリング大会ではないですが、必ず十分な水分とエネルギーを補給してください。
11. エイドステーション、横断歩道や歩道においては、歩行者を最優先し、自転車横断帯のある横断歩道は、横断帯を通行してください。
12. 当日整列した順に約30名～40名単位のグループでスタートします。

#### ■その他の注意事項

1. 事故を発見した場合は、係員へ伝えるか本部へご連絡をお願いします。本部の連絡先は、受付時にお渡しするコースマップに記載します。
2. スタート・ゴール会場、サイクリング中の自転車等、私物の管理は各自の責任で行ってください。大会主催者および大会関係者は一切責任を負いません。
3. 参加者各自でお寄りになる施設での経費は、ご自身の負担になります。
4. 本大会は、順位やタイムを競う競技ではありません。各自十分注意して走行してください。
5. 警察官・交通指導員・係員の指示には絶対に従ってください。
6. 二人乗りはキャリアの有無に関係なく一切禁止です。
7. 自転車や付属品等の管理は、各自の責任で管理してください。万一、盗難や破損などが発生した場合であっても、主催者は責任を負いません。
8. 集合場所までの万が一の事故・傷害、解散後の万が一の事故・傷害に関する治療費等の経費は、全て本人の負担となります。
9. 天候等の事情により、ルートの変更・縮小やイベントを中止にする場合があります。
10. ゴミ等は各自持ち帰ってください。
11. 参加者は万全の体調で大会に臨めるよう最大限の配慮をし、大会当日の体調が思わしくない場合には、参加について適切な対応や慎重な判断をお願いします。
12. 一般車両との接触等は通常の事故と同様に当事者間での協議となります。

#### 保険について

事故、落車による怪我などに関しては、主催者加入による傷害保険の範囲内の補償となります。  
補償内容に不安がある方は、各自で保険に加入してください。  
(ご自身で保険に加入された場合は、必ず事前に補償内容・適応条件等をご自身でご確認ください。)

#### ■補償内容

- 【死亡、後遺障害】最高300万円
- 【入院(日額)】3,000円 ※限度日数180日
- 【通院(日額)】2,000円 ※限度日数180日

#### ■補償される特定疾患

急性虚血性心疾患(いわゆる心筋梗塞)、急性心不全等の急性心疾患、くも膜下出血、脳内出血等の急性脳疾患、熱中症(日射病および熱射病等)、低体温症、脱水症など  
※自転車の破損・紛失・盗難等は保険対象外となりますので予めご了承ください。

#### ■保険会社

Chubb 損害保険株式会社

#### ■保険の詳細についてのお問合せ先

Chubb 損害保険(株)代理店 (有)ワイコーポレーション 045-664-3070 (平日9:00~17:00)

#### ■もしケガをしてしまったら・・・

→大会終了後、すみやかに大会事務局までご連絡ください。  
【大会事務局】 電話：03-3354-2300 (平日10:00~17:30)  
※保険申請手続き等の詳細につきましては、ご連絡いただきました際にご案内します。  
※ご不明な点は、大会事務局までご連絡ください。

## ブース情報

### ▼ドコモ・バイクシェア

docomo  
bike share



ドコモ・バイクシェアは東京都内をはじめ全国各地でサイクルシェアリングサービス提供中です。

本日は、事前にお申込みのあった参加者様向けに自転車をレンタルしております。

電動アシスト自転車なので、坂道もらくちんです。

通勤・通学やお買い物、観光などに是非サイクルシェアリングをご利用ください。

・WEB サイト : <http://docomo-cycle.jp/tokyo-project/>

### ▼サイクリング後の体のメンテナンス！マッサージブース



メイン会場にて参加者の皆さんの疲れを癒すマッサージブースが出展します！コースから戻ってきたらぜひお立ち寄りください！

<協力>

笑顔道整骨院グループ トレーナーチーム

我々、笑顔道整骨院グループトレーナーチームは、

「ウォームアップ」「クールダウン」「マッサージ」「ストレッチ」「テーピング」などを専門に行い、特に矯正治療や怪我のアドバイス、ケア、メンテナンスを行っています。是非ご利用ください。お待ちしております。

### ▼富士山の銘水株式会社



【富士山の標高 1000 メートルから採れるバナジウム入りのナチュラルミネラルウォーター】

長い年月をかけ富士山がじっくりと澄ました天然水。

限界まで追求した採水環境と、徹底した品質管理によって、自然の恵みをそのままに利便性とともにご自宅へお届けします。

【毎月の料金はいくらするの？】

【たくさんお水は飲まないけれど、ウォーターサーバーは使えるの？】 などなど…

是非この機会にスタッフにお気軽にお問い合わせください。

### ▼メカニック & 自転車パーツ販売【サイクルスポット】



オフィシャルサポートとして「BIKE TOKYO」初の参加となります。

首都圏を中心に展開中の総合自転車店サイクルスポット&ル・サイクでは今回、参加者の方のオフィシャルメカニックを担当します。サイクリング途中でのマシントラブルの時でも安心して走っていただけるよう、

当社の経験豊かなメカニックが、会場、メカニックカー、コース近隣店舗と万全のサポート体制でお待ちしております。

## 大会 MC、ゲスト

### ▼片岡 由衣 さん



大学在学中にラジオ DJ を志し、オーストラリアへ語学留学。その後、ウィンタースポーツの DJ としてキャリアをスタートし、自転車レースの実況やプロ野球の スタジアム DJ 等で活躍中。

情熱的かつ明るいキャラクターで、大会をアツく、そして沢山の笑顔が溢れるように会場を盛り上げていただきます！

### ▼BMX フラットランドショー（佐々木 元さん、イッシーさん）

BMX を使って、平地で出来るトリックを競う「フラットランド」。そのトップライダーによるデモンストレーションを行います。次々に繰り出されるトリックはまばたき厳禁！

【パフォーマンス時間】①13:30～、②15:00～



#### ▼佐々木 元 さん（BMX ライダー）

BMX 全日本選手権で最多 8 度の優勝を飾る。

ラスベガスで行われた BMX 界のアカデミー賞「NORA CUP」では、日本人初 2 年連続で受賞し、世界 No. 1 ライダーに選ばれる。

世界大会でも優勝経験のある、世界のトップライダー。



#### ▼イッシーさん（MC）

『イッシー』という愛称で数多くの BMX コンテスト・SHOW GAGE での MC を行い、現在ではレースの実況や結婚式、子供向けのアットホームなイベントや、チャリティイベントなど、幅広い分野で活動の幅を広げている。



## イベント情報

### ▼オフィシャルマップを活用して「BIKE TOKYO」を10倍楽しもう！

コース上には魅力溢れるスポット、景観、ショップがたくさんあります。

でも、走っていてもなかなかスポットを見つけ出せなかったり、通り過ぎてしまったりしてしまう...との声を多くいただくので、オフィシャルマップを作りました！これがあれば「BIKE TOKYO」が10倍楽しくなること間違いなし！

このマップを活用して、イベントを最大限楽しんでください♪（下記二次元コードより読み取りください。）

#### 【二次元コード】



#### 【マップを見るには？】

①まずは上記二次元コード、読み取ります。

②「Google Map」アプリ内で URL を開きます。

※ブラウザ(Chrome や Safari など)で開くと、正しくマップが表示されなかったり、現在地との連動が出来ませんのでご注意ください。

③「Google Map」アプリ内のメニューから「マイプレイス」を選択し、【BIKE TOKYO2017 オフィシャルマップ】を選択して、開いてください。

④マップ上に「BIKE TOKYO 2017 オフィシャルマップ」が表示されます。これで完了！

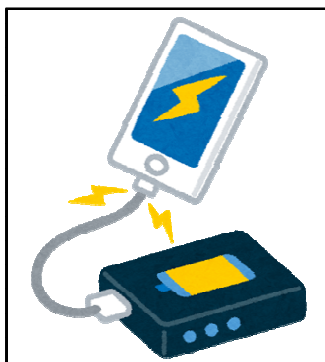
#### 【必須アイテムのご紹介】

このオフィシャルマップを完璧に使いこなすアイテムをご紹介！可能であればご自身でご用意されることをおすすめします。

##### 【スマホホルダー】



##### 【モバイルバッテリー】



**※スマホを操作しながらの走行は絶対に禁止です！スマホを確認するときは必ず停車してください。**

## ▼フォトコンテストを実施します！

「BIKE TOKYO」は走るだけが全てではありません。早くゴールした人が勝ちではなく、楽しんだ人が勝ちです。楽しみ方の一つが、景観を堪能し「写真に納める」こと。そこでツールドニッポンシリーズ恒例の「フォトコンテスト」をこのイベントでも実施します！イベント当日の写真を「#BIKETOKYO」とハッシュタグをつけて投稿するだけ！その中から特に「いいね！」と感じた写真を事務局が独断で選んで表彰します！フォト賞はテーマ別に全部で5つあります！

どの賞を目指すかはアナタ次第です！素敵な写真をお待ちしております！

### 【投稿先】

Twitter、Facebook、Instagram

### 【当選者の発表】

事務局からメッセージを入れさせていただきます。

### 【賞品】

豪華賞品を贈呈！

### ▼注意事項

- ・走行しながら写真撮影は絶対にやめてください。
- ・サイクリング中に停車する際には、周囲に声を掛ける、手信号するなどの意思表示をし、安全に停車してください。
- ・写真撮影をする場合は、他のサイクリング参加者、一般車両などの交通の妨げにならない場所を確保し、自転車を止めてから撮影してください。

### 【フォト賞のご紹介】

#### ○THE 東京賞



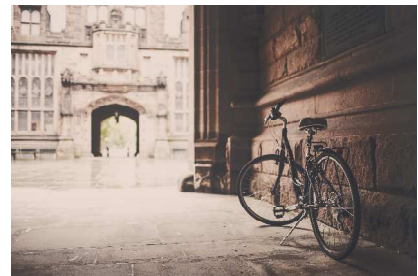
東京のよさを最も表した写真を選出！

#### ○江戸っ子賞



下町情緒溢れる江戸写真を選出！

#### ○フォトジェニック賞



インスタ映えしそうなフォトジェニックな写真を選出！

#### ○じゅり賞



最も食事を美味しく撮った写真を選出！

#### ○ベストスマイル賞



もっとも良い笑顔を見せていただいた写真を選出！