

自転車

スペシャルオリンピックス(SO)の自転車公式スポーツルールは、全てのスペシャルオリンピックス自転車競技において適用される。国際的なスポーツ組織として、スペシャルオリンピックスは、国際的自転車競技連盟(UCI)の自転車ルール(参照：<http://www.uci.ch/>)を基に、スペシャルオリンピックス公式スポーツルールを定めた。スペシャルオリンピックスの自転車公式スポーツルールおよびスポーツルール第I章総則と矛盾する場合以外はUCIおよび国内自転車競技連盟(NGB)のルールが採用される。矛盾する場合は、スペシャルオリンピックスの自転車公式スポーツルールが適用される。

参考:スペシャルオリンピックス スポーツルール第I章 総則

http://www.son.or.jp/pdf/athlete/program/rule/general_rules.pdf

行動規範、トレーニング基準、医療および安全面の必要条件、ディビジョニング、表彰、上位レベルの競技会への進出条件とユニファイドスポーツを参照してください。

セクションAー公式種目

以下はスペシャルオリンピックスにおける公式種目の一覧である。

これらの種目は、あらゆる能力のアスリートに競技する機会を提供することを目的としている。各国プログラムは提供する種目、および必要に応じて、それら種目の運営方針を決定することができる。コーチは、それぞれのアスリートの技術と興味に応じて、適切なトレーニングの提供と種目を選択することに責任がある。

1. 250m タイムトライアル
2. 500m タイムトライアル
3. 1km タイムトライアル
4. 2km タイムトライアル
5. 5km タイムトライアル
6. 10km タイムトライアル
7. 5km ロードレース
8. 10km ロードレース
9. 15km ロードレース
10. 25km ロードレース
11. 40km ロードレース
12. 5km ユニファイドスポーツ タンデム・タイムトライアル
13. 10km ユニファイドスポーツ タンデム・タイムトライアル

セクションBーコース

ロード:

1. コースレイアウトは、短い距離のイベントでは2.5kmを最適とし、15kmを超える距離のレースでは5kmかそれ以上を最適として、概算で2~5kmの長さとする。40km種目では、これより長いコースでもよい。各種目の距離はおおよその概算でもよい。全レースに同じコースを使用してかまわない。コースは常に輪状にする。コース幅は最低でも7mとする。

2. 1km を超える種目では、コースデザインには一番速い選手と一番遅い選手両方のスキルセットを考慮に入れなければならない。往復のコースや 180 度のターンのあるコースは、安全の確保がとて難であり、使用すべきではない。15km を超える種目では、可能であれば、より長めのコースとし、わずかに難し目の地形のコースとする。
3. 道路は良い状態で、穴がなく、砂利道でないこと。
レースの前には、小石や砂利、土を道路から一掃しておく。下水道はゴムプレートで覆っておく。自転車競技のコース内の木やコーナーの柱、カーブにはクッション性のある柵を置いておく。
4. レースコースは可能な時はいつでも一般の車両が出入り出来ないようにしておく。
レースの進行中は交通を遮断しておく。
5. アスリートが集まったり、ウォームアップを行ったり、クールダウンできる集結地を設けておかなければならない。出場選手の安全を確保するために、これらの集結地は他のレースコースと重なってはならない。
6. コースの周りに機械的補助のある修理場所を設けなければならない。その内少なくとも 1 つはスタート/フィニッシュエリアの近くに機材修理ピットを設けなければならない。
7. レースの距離に応じてスタートラインを移動してもかまわない。
安全にスタートできる様に、スタート地点の幅は最低 7m なければならない。コースのスタートラインから最初のターンまでには最低でも 100m の直線道路があるものとする。
8. コース上の標識：最終 1 キロメートルを標識で表示する。ゴール 200m 手前に白い旗を設置する。
9. ゴールラインは全てのレースで同じ場所とする。
フィニッシュエリアは最低でも 8m の幅があり、観客がコースに入り込まないように柵や障害物で適切に保護しておく。完走者を収容できるようにコースからの安全な出口を計画しておく。
ゴールラインはコースの端から端まで幅全部に引いておく。
最終の 200m には、コースのターンやカーブが無いこと。
選手が難なくスピードを落とせるように、ゴールラインの後は最低でも 75m の直線道路があること。

タイムトライアル：

1. スタートする選手の数が限られていて、かつスタートする選手がコースを周っている選手の邪魔にならない場合のみ、タイムトライアルのコースは 500m と短く取ってもよい。もしコースが輪状の場合、スタート地点から初めのカーブまでは最低でも 100m 離れていること。理想的なコースの長さは 2km である。選手がお互いに追い越す場合、最低でも 1m の間隔を開けて追い越せるように十分な道路幅がなければならない。（4m かそれ以上を推奨する）もしコースレーンが物理的な障害物（柵、コンクリートの仕切り、草地の中央分離帯、あるいは縁石）で分離されている場合は、タイムトライアルコースは往復コースでも良い。タイムトライアルは、スタート地点とフィニッシュ地点が異なる 2 地点間コースでも良い。距離の違う全レースにおいて、ゴールラインは固定とし、スタート地点を各々の距離に合わせて変更する。

2. 路面は良い状態であり、穴がなく、砂利道でないこと。
タイムトライアルの前には、小石や砂利、土を道路から一掃しておく。下水道はゴムプレートで覆っておく。自転車競技のコース内の木やコーナーの柱、カーブにはクッション性のある柵を置いておく。
3. タイムトライアルコースは一般の車両が出入り出来ないようにしておく。
4. コースの周りに機械的補助のある修理場所を設けなければならない。その内少なくとも1つはスタート/フィニッシュエリアの近くに機材修理ピットを設けなければならない。

セクションCー用具

1. アスリート、ユニファイドスポーツパートナー、コーチはトレーニングおよび競技会で自転車に乗る際、必ずヘルメットを着用する。
ヘルメットは必ず開催国の国内自転車連盟の安全基準を満たしているものを使用する。
2. 全自転車は主催国のNGB自転車ルールで定められた安全基準を満たしていることが事前のトレーニングや大会前の段階に確認されなければならない。NGBルール以外の改造自転車を使用される場合は、自転車の適性を決定するのは、スターターの責任とする。改造自転車には、姿勢が横になる自転車や、大人用三輪車や、横に張り出したものが装着されている自転車や、他の認可済改造がされた自転車が含まれる。不適切な自転車は、自転車イベントの主催者により否認される可能性がある。そして不適切な自転車で、アスリートがイベントに参加できなくなるかもしれない。
3. 自転車には、作動するブレーキが2つ装着されていなければならない。ハンドル部分に、前腕を補助するものや、前方や上に向かって延長されたものがある自転車は、タイムトライアルイベントでのみ使用が可能である。操縦に支障が出ないように、ハンドルはしっかりとはめ込まれ、固定されており、付属部品はしっかりと取り付けられていること。自転車が、安全で基準に準じているか、主審判による点検が行われることがある。全自転車の用具の点検は要求されない。アスリートの自転車が安全で、規則に則っていることを確実にするのは、コーチの責任となる。
4. コースの周りに修理用の場所を設けるとよい。スタート/フィニッシュエリアの近くに機材ピットを最低1か所用意すること。
5. レース中は資格を持っている医療関係者がイベント設備にいないなければならない。レース・主催者は緊急事態用の連絡手段を持つべきである。設備に緊急車両を待機させる事を推奨する。
6. ロードレースでは自動車又はオートバイが安全な距離を保ちながら先頭の競技者の前を走るとよい。
7. ロードレースやタイムトライアルでは最後尾の競技者の後ろをオートバイ又は自動車でも走ってもよい。

8. アスリートは機械的な故障が発生した場合、レースを完走するために、必要とあれば、自転車の一部、もしくは自転車ごと取り換えてもよい。その場合の補助は許可される。競技者が衝突または機械的な故障やパンクの後、再度自転車に乗る際、補助者は10メートルまで競技者の自転車を押してもよい。競技者は自転車なしで前に進むことはできない（順位を下げられる、もしくは失格となる）。衝突、パンクや機械的な故障の際、競技者は自転車を担ぎフィニッシュラインまでコースを走ってもよい—ユニファイドスポーツタンデム・チームの場合はフィニッシュする際、両方の競技者が自転車に触れていないといけない。
9. 競技者は常に少なくとも片方の手をハンドルに置くこと—フィニッシュするときでも。
10. ラジオ/無線機の使用—競技中、選手は他の選手やコーチとのコミュニケーション目的で無線機を使うことも持つことも許されない。
11. レース中もしくは固定機器以外のトレーニングではいかなる形式のヘッドホンの使用も禁止されている。聴覚障害のある選手においては、補聴器やそれに順ずる器具を使用してもよい。
12. アスリートが、エアロヘルメットやディスクホイール、スキンスーツ等の空気抵抗を考慮した特別な装着品の決勝での装着／着用が許可されている場合、アスリートはそれらを装着／着用してディビジョニングのイベントに参加しなければならない。

セクションD—人員

1. テクニカルディレクター(国内の自転車競技連盟競技会経験があること)
2. 運営委員長
3. 競技委員長
4. 運営委員は、以下で構成される
 - a) テクニカルディレクター、b) 競技会委員長、c) 競技委員長
5. テクニカル委員会
6. スターター
7. 経験のある2名がエントリーナンバー、正しいナンバーの位置、車番の確認、ゼッケン、正しいスタート順について責任をもち確認する。コンピューターチップと登録選手の一致を確認する。
8. ホルダー（競技者が両足をペダルに置いたまま、まっすぐな姿勢を保てるようサポートをする。ホルダーはいかなる場合でもスタートラインから競技者を押しはならない。競技者が選択すれば、片足、もしくは両足を地面につけてスタートしてもよい）
9. 審判長（フィニッシュラインに立たなくてはならない）
10. 副審判長、もしくはタイムキーパーを補佐する役員（フィニッシュライン付近にいない）
11. 自転車メカニックの公認ライセンスを持つ技術者、または資格を持っているサイクルショップのメカニックと適切で必要不可欠な工具
12. コース・マーシャル/係員（コース内の全ての交差点に立って競技者を誘導し、車や歩行者がコース内に入らないようにする）
13. 適切な救急用具を持つ有資格の医療関係者

セクションEー競技ルール

1. ディビジョニング

- a. スペシャルオリンピックスの自転車はいかなるレベルのアスリートでも参加できるようにする。アスリートはエントリータイムおよび/または予選イベントによってふさわしいディビジョンに分けられる。
- b. 予選ロードレースはアスリートの自転車競技能力を決定するために行われ、結果的には、競技会で適切なディビジョンに配置するためである。
 - 1) ロードレースー全ての距離のロードレースのディビジョニングは5kmロードレースで行う。
- c. 予選のタイムトライアルは競技者のタイムトライアルでの能力を決定するために行われ、ディビジョニングにおける適切な配置のために位置づけられる。
 - 1) 競技者の参加イベントによって、500m、1km、5kmのタイムトライアルが行われる。
 - 2) アスリートの最終タイムもしくは、予備のディビジョニングのイベントで自転車に乗っていたタイムが、そのアスリートがより速いディビジョンでの競技会に参加可能と判断されれば、ロードレースの成績やタイムトライアルでの最終成績が、アスリートのその後の決勝参加でのディビジョン変更に使われることがある。コーチには、アスリートのディビジョン変更の結果が事前に通達される。
- d. タイムトライアルとロードレースの両方に参加するアスリートは、時間的に可能であれば、競技委員長や大会主催者役員らの判断で両方のイベントの予選レースに参加してもよい。

2. ゼネラルルール

- a. タイムトライアルは、タイムを競う個人の競技である。
 - 1) 競技者は30秒から1分間隔でスタートすること。
 - 2) スターターは、各自転車選手のために、耳で聞こえる物（口頭か音色、あるいは両方）と目で見える物（指か時計、あるいは両方）を使って、開始時刻までカウントダウンを行うこと。スタートまでの残り時間の告示は、様々な間隔で示す。（例：15秒、10秒、5、4、3、2、1、ゴー！）
 - 3) 聴覚に障害のある乗り手には、時計やレースの開始時に、視覚で確認できる合図を出すことができる。
 - 4) 競技者は止まった状態からスタートすること。競技者はホルダーに支えられたのち、前に押しだされることなくホルダーから離されること。同じホルダーがそのディビジョン全員に同じようにこの作業を行う。競技者が希望した場合、片足、もしくは両足を地面につけてスタートしてもよい。
 - 5) コースレイアウトやコースの状態、競技者の能力差の幅やその他の競技会の安全性に影響するいくつかの要因を加味し、競技委員長や主催者側の裁量によりタイムトライアルのスタート順は最も速い競技者から最も遅い競技者の順、または最も遅い競技者から最も速い競技者の順に行う。

- 6) 改造自転車の使用はタイムトライアルの競技のみ許可される。競技委員長が競技者数、コースの状態、そして競技者のレベルを基に2輪の自転車と改造自転車が一緒に競えるかどうか決定する。
- b. ロードレースは、集団でスタートする種目で構成される。
- 1) 周回コースを複数回周るロードレースでは、全員リーダーと同じラップ/周回レースを終了し、各自の平均ラップタイムを計算し、これを公式タイムとする。審判が同コース内の競技者にタイム差がありすぎると判断した場合、大会委員長とルール委員会がどのように対応をするか検討する。ロードレース決勝(集団スタート)ではタイムを記録しない。賞は着順のみで決定される。ロードレース決勝ではオネスト・エフォート・ルールは適応されない。
- c. 競技委員長から特別許可がない限り、ヘッドコーチや他のチーム関係者は車や自転車などでレースに後ろからついて行ってはいけない。コーチはコースのサイドラインから指導してもよい。
3. 開始はスターターのピストルかホイッスルで行う。聴覚障害のある自転車選手のために、時計やレースの開始する際、スターターのピストルやホイッスルに加えて、目に見える指示(旗や腕を下げる)を使うこと。
 4. フィニッシュは、フィニッシュラインを通過した順番で決定する。
 5. コースの全長が2.5km以上である場合、複数のディビジョンが同時にコースを使用することができる。ディビジョンは1分、2分、又は3分間隔でスタートする。
 - a. 競技者はエントリーナンバーを審判長の指示にしたがって身につける。
 - b. レース前に、競技者はコースでウォーミングアップや下見ができることよい。
 - c. 自転車の前輪がフィニッシュラインを通過した時点でレースは終了とする。

セクションF—ユニファイドスポーツ 自転車

1. ユニファイドスポーツ タンデム・タイムトライアル
 - a. 種目
 - 1) セクション A—公式種目を参照
 - 2) 競技委員長がどの距離の種目を行うかを決定する。
 - b. アスリートもパートナーもタンデムのパイロット・ポジション(前)もしくはスターカー・ポジション(後)のどちらについてもよい。UCI パラサイクリング・ルールに則り、視覚に障害のあるアスリートはパートナーがパイロットするタンデム自転車の後ろに乗ることとする。
2. ディビジョニング
 - a. ユニファイドスポーツ タンデム・タイムトライアルの正確な得点を得るため、イベント当日に予選競技を行うことよい。
 - b. 予選競技には決勝競技に参加する2人(パートナーとアスリート)が参加しなくてはならない。
 - c. 予選はセクション E. 1. ディビジョニング(例: 予選の距離は500mもしくは1kmがよい。)で行うこと。

3. スコアリング/ルール

- a. タンデム・タイムトライアルの得点は他のトライアルと同じである。
- b. ルールはセクション E.2. 一般ルールにあるタイムトライアルルールと同じである。

<スペシャルオリンピックスのスポーツプログラムを実施するに当たっての留意点>

スペシャルオリンピックスの正式なスポーツプログラムとして活動する場合には、事前に最寄りの地区組織事務局、又はスペシャルオリンピックス日本事務局にご連絡ください。