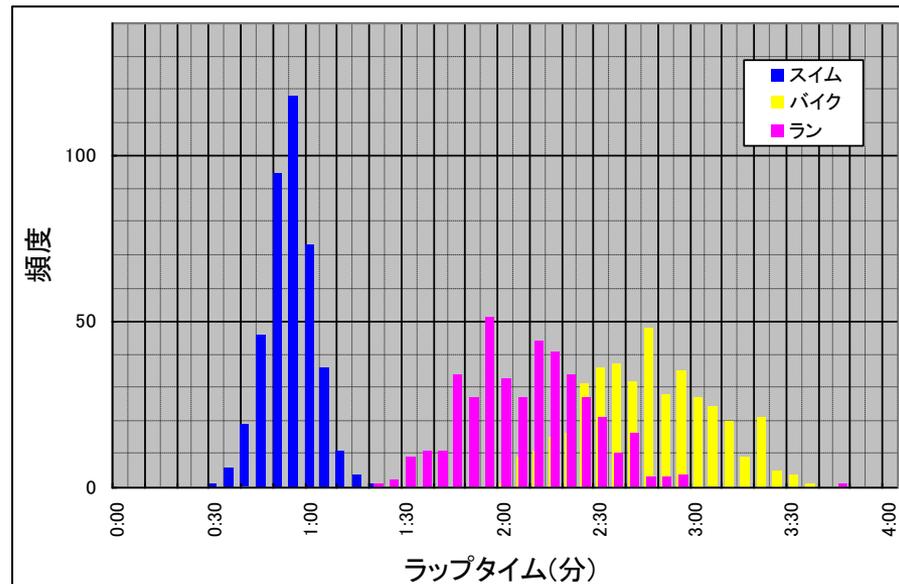
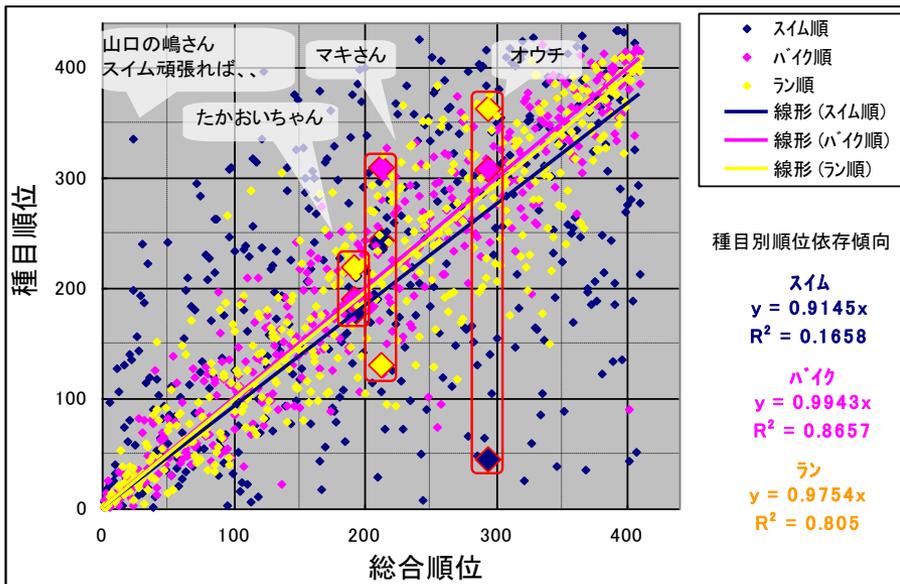


# はつかいち縦断みやじま国際パーワートライアスロン大会2013

2013年6月23日(日)

Ver.20130706

## データのまとめ



種目別順位と総合順位の間をみました。

水泳は、特に総合順位との相関が低く、決定係数R2がバイク、ランの1/4程度。タイムでの統計でもスイムはバイク及びランの標準偏差の半分以下。つまり、水泳で差がついても7分くらいで、それよりもバイク・ランで40分取り戻せるかもねということで、バイク&ランの強いもの勝ちの傾向がある。はつかいち、穏やかな海に対して、激しい山坂道なので、特にその傾向が強いのでしょう。

総合順位を上げたければ、スイム練習はほどほどにして、バイク&ランの坂道練習をメインにすれば良いと思われます。



統計項目	スイム	バイク	ラン
標本数	410	410	410
最小	0:29:37	1:58:48	1:18:22
最大	1:17:58	3:31:48	3:44:06
平均	0:51:35	2:42:24	2:04:23
中央値	0:51:22	2:41:35	2:04:53
標準偏差	0:07:36	0:19:49	0:19:18

元データは、  
[公式ホームページ「はつかいち縦断みやじま国際パーワートライアスロン大会」](http://miyajimatriathlon.com/?p=439)で公開されたレース結果速報を利用させていただきました。  
<http://miyajimatriathlon.com/?p=439>

# 関連リンク1

下関トライアスロンチームT3  
下関市でトライアスロンを楽しんでいるトライアスリートチームブログ。  
<http://sports.ap.teacup.com/applet/stt3/20130624/archive>

公式HP  
<http://miyajimatriathlon.com/>

自転車コースビデオ  
[http://www.youtube.com/watch?feature=player\\_embedded&v=8BI4ntOXaow](http://www.youtube.com/watch?feature=player_embedded&v=8BI4ntOXaow)

JTUフェイスブックアルバムに写真が掲載されました  
<https://www.facebook.com/media/set/?set=a.526549884047263.1073741841.345129838855936&type=1>

JTUロングディスタンスエイジランキング  
第3戦・みやじま、第4戦・五島長崎大会(結果)  
<http://www.jtu.or.jp/news/2013/130626-3.html>

バイクコースのルートラボ  
2013-06-16 23:04:47 投稿者:しのぶ~  
<http://latlonglab.yahoo.co.jp/route/watch?id=1403ff9f60b1c1cff67d94e364e72c61>

中国新聞  
'13/6/24  
【トライアスロン】男子・山本と女子・庭田が大会新V みやじま国際  
<http://www.chugoku-np.co.jp/sports/Sp201306240050.html>

ブロガー  
みやじま国際パワートライアスロン大会2013  
[http://raizann.blog.ocn.ne.jp/blog/2013/06/post\\_bef0.html](http://raizann.blog.ocn.ne.jp/blog/2013/06/post_bef0.html)  
スタート前NO2  
[http://raizann.blog.ocn.ne.jp/blog/2013/06/no2\\_3a3c.html](http://raizann.blog.ocn.ne.jp/blog/2013/06/no2_3a3c.html)  
スイムNO1  
[http://raizann.blog.ocn.ne.jp/blog/2013/06/post\\_a837.html](http://raizann.blog.ocn.ne.jp/blog/2013/06/post_a837.html)  
スイムNO2  
[http://raizann.blog.ocn.ne.jp/blog/2013/06/post\\_48c2.html](http://raizann.blog.ocn.ne.jp/blog/2013/06/post_48c2.html)

2013年06月23日 18:56  
宮島トライアスロン2013、廿日市を縦断する鉄人レース  
[http://tabetainiya.com/archives/hatsukaichi2/2013\\_35/](http://tabetainiya.com/archives/hatsukaichi2/2013_35/)

1本足野郎  
2013みやじまトライアスロン結果 2013年06月23日 22時06分07秒  
<http://blog.goo.ne.jp/daime153448/e/4b2f149a17d7897d68c705ab3159bce9?fm=rss>

結果速報です。投稿日時: 2013年6月23日  
<http://miyajimatriathlon.com/?p=439>

陶酔☆アスリート  
【日記】はつかいち縦断みやじま国際パワートライアスロン大会2013【応援ツアー】  
2013年06月24日 23:58  
<http://blog.livedoor.jp/tborn/archives/4483177.html>

Bike時々blog  
<http://adaccini.exblog.jp/i6/>

あしたくのぼちぼち生活  
みやじまトライアスロン 前日開会式とか 2013-06-22 20:33:27  
<http://ameblo.jp/takutac-a/entry-11558270268.html>

今さら何になりたいの？(妻) 自転車で勝ちたい  
宮島トライアスロン2013  
<http://blogs.yahoo.co.jp/jyakeno/35083723.html>

トライアスロンが大好きっす！  
2013バラモンキングはつかいち宮島トライアスロン  
<http://nonmiyabi.exblog.jp/19880647/>

shino-blue日記  
はつかいち縦断みやじま国際パワートライアスロン2013(広島県廿日市市)  
2013-06-23 21:43  
<http://shinoblue.exblog.jp/19881975>

ほっぷ・すてっぷ・きゃんぷ  
職人魂を見た！  
<http://friendee2010.naturum.ne.jp/e1677586.html>

中年爆走族  
みやじま国際パワートライアスロン大会2013  
[http://tyunenbakusouzoku.at.webry.info/201306/article\\_7.html](http://tyunenbakusouzoku.at.webry.info/201306/article_7.html)

ウェーブ・スタッフの日記  
はつかいち縦断みやじま国際パワートライアスロン2013 2013/06/24  
[http://cs-wave.blog.ocn.ne.jp/diary/2013/06/2013\\_0455.html](http://cs-wave.blog.ocn.ne.jp/diary/2013/06/2013_0455.html)

K38JAPAN  
宮島トライアスロンにて  
<http://blog.canpan.info/k38japan/archive/57>

フォートマイヤース2からのお知らせ  
宮島の清掃活動2013  
[http://blog.so-net.ne.jp/fm2\\_roots/2013-06-15-1](http://blog.so-net.ne.jp/fm2_roots/2013-06-15-1)

r-midoクラブ M-Ji Ji  
とりあえず襷は繋いでゴール  
<http://blog.livedoor.jp/s8716755/archives/2013-06-24.html>

IRONMAN 福元哲郎: みやじま大会フォトギャラリー  
[http://www.fukumoto-t.com/2013/06/post\\_357.html](http://www.fukumoto-t.com/2013/06/post_357.html)  
[http://www.fukumoto-t.com/2013/06/post\\_355.html](http://www.fukumoto-t.com/2013/06/post_355.html)

バカボンの「バ〜カボンボン日記」  
<http://ameblo.jp/kazuki-bakabon/entry-11562210745.html>

## 関連リンク2

2013年7月6日 追加分

極楽寺山に恋したゴクラリストの坂日記

<http://after-beat.net/archives/1172>

ifeel

<http://ifeel365.blog130.fc2.com/blog-entry-916.html>

みんなのデジブック広場 - 宮島トライアスロン - 日本一過酷な鉄人レース

<http://www.digibook.net/d/19158f37a0db828d30169024d561df20/>

山野草、植物めぐり

<http://blogs.dion.ne.jp/gikou/archives/11228795.html>

ジャムおじさんのThis is it! トライアスロン奮闘記

[http://budou.blogzine.jp/blog/2013/06/post\\_26d3.html](http://budou.blogzine.jp/blog/2013/06/post_26d3.html)

FACEBOOK はつかいち縦断みやじま国際パワートライアスロン大会

<https://www.facebook.com/pages/%E3%81%AF%E3%81%A4%E3%81%8B%E3%81%84%E3%81%A1%E7%B8%A6%E6%96%AD%E3%81%BF%E3%82%84%E3%81%98%E3%81%BE%E5%9B%BD%E9%9A%9B%E3%83%91%E3%83%AF%E3%83%BC%E3%83%88%E3%83%A9%E3%82%A4%E3%82%A2%E3%82%B9%E3%83%AD%E3%83%B3%E5%A4%A7%E4%BC%9A/355568251190329>

宮島・吉和トライアスロン - よしわナビ

<http://www.yoshiwa-navi.jp/event/triathlon.html>

津トラ@見聞録 津山トライアスロンクラブの“WEB会報”

<http://blog.goo.ne.jp/tsuyamatriathlonclub/e/1f0adbb6cd14134b4428beee697a7f7b>

佐伯中学校でのトライアスロンへの取組

<http://www.pref.hiroshima.lg.jp/uploaded/attachment/61049.pdf>

トラとチャリとGPS

[http://blogs.yahoo.co.jp/tomorrow\\_will\\_be/folder/579363.html](http://blogs.yahoo.co.jp/tomorrow_will_be/folder/579363.html)

Right Stuff Wrong Stuff

<http://rightstuffwrongstuff.air-nifty.com/blog/2013/06/post-26d3.html>

せいちゃん堂 自販機

<http://seichando.seesaa.net/article/367294048.html>

広島商工会議所青年部

<http://www.h-yeg.jp/report/2013/06/2013-c4b9.html>

# レース前日

09:30 マキさんを[リフレ](#)でピックアップ  
10:00 たかおいちゃんを[サイクルピット240](#)本店となりでピックアップ  
予定通り、3台のバイクが車に納まる。いざ宮島へ！



12:30頃 受付会場へ到着  
まずここで腹ごしらえ、3人ともうどん。  
マキさんカレーうどん、他きつねうどん

16:15からの説明会まで宮島観光



片道170円  
JRの連絡船

みせん丸



もうすぐ宮島





大鳥居



大鳥居



ボランティア、ライフガードの方々が打ち合わせ中



日本三景の方が  
ピンとくる私はじい



この穴は何じゃ



棟じゃ



[宮島観光公式サイト](http://www.miyajima-wch.jp/)  
<http://www.miyajima-wch.jp/>



これじゃあ、泳げん





ええ天気じゃ



どこまでかなあ



フジツボか？



シカさんこんにちは



バンビちゃん



ほれほれ



帰りのフェリーの待合室



顔が赤いが、  
何を飲んでるの



たかおいちゃんも



宮島を後に、  
明日、待ってろよ～



旗



説明会場



ZXU



# ちゅーピーパーク

<http://chupea-park.jp/>



前日パーティー



ハワイヤーン



おでん、かしわ飯、そうめん



とり飯+唐揚



ばなな

# 宿



# レース当日 6時すぎ～

がんばるぞ



エイエイ



オー!



ナンバリング中



後ろは、広島カープの寮&室内練習場



6時17分



この辺りが大鳥居



宮島へ渡る



なんと! 屋形船





頭上注意

何かをチェック中？

今日は水が多いのお

水漏れしない？

このあたりがスイムゴール

## レースの様子

は、youtubeとかをご覧ください

宮島トライアスロン 2013 Miyajima Triathlon

ユーザー名: tabetainjyaa

宮島トライアスロン (みやじま国際パワートライアスロン)2013のハイライトをどうぞ！

<http://www.youtube.com/watch?v=4YYRkbqD5b4>

宮島国際パワートライアスロン MANI

ユーザー名: Chef Mani

<http://www.youtube.com/watch?v=vLsac-CXSx4>

みやじま国際パワートライアスロン大会2013より

ユーザー名: buccina1968

はつかいちラッパ隊「ブッチーナ」は、本大会のゴール地点にて選手のゴールに花を添えるお手伝いをいたしました。

<http://www.youtube.com/watch?v=FqohorvE7wQ>

[http://www.youtube.com/watch?v=4\\_udtkiLcuo](http://www.youtube.com/watch?v=4_udtkiLcuo)



# レース後

土砂降りになったのは幸いで、  
待ちが多い風呂場はあきらめて、  
屋根から落ちる雨滴で汗を流して、  
屋外暴露着替え。



女鹿平スキー場じゃん

右へ行くとウッドワン美術館



制限7時間まであと20分



宮島まで戻るシャトルバス



満足じゃ



おつかれさまでした



おみやげは、  
もみじまんじゅうと  
ちよるるスイートポテト

バイクの積込方法をシミュレートした(ロード2台(両サイド)、クロスバイク1台(真ん中))

両サイドの前輪を外すと何とか納まった

3台とも両輪付けてると無理!

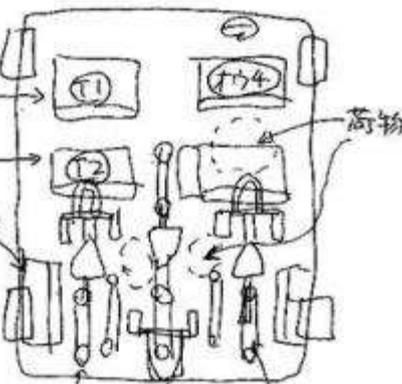


シートベルト  
ヒモ  
ヒモ(車イス固定用)



DHバーをのっける

前席シート  
2列目シート  
3列目シート



緩衝材(ボロ毛布)  
前輪  
カバンなど

2F5人号 9.30乗車  
下かみ11.0人号  
10.0乗車  
バイク号  
・バイク号、2F5人号は前輪を外す  
・下かみ11.0人号は前輪付  
・3F5人号の荷物を入れて、自転車やカバン  
ないように!

# バイク積込練習

## 諸経費

経路1	経路2	経路3
運賃料金 4,150円	運賃料金 4,150円	運賃料金 4,150円
距離 169.5km	距離 169.7km	距離 206.2km
時間 180分/分	時間 180分/分	時間 245分/分
通常料金 4,150円	ETC割引料金 2,100円	



### 費用の概算

・宿代 8,800 } 9,100  
 ツー 300 }  
 ・高速 2100 x 2 → 4,200  
 (下関-下野)  
 (下野-大野)  
 ・ガソリン  
 70 x 170km x 2 } → 340 x 140 = 3,900  
 20 x 14km/L }  
 (ガソリン価格 60(14.17))  
 合計 約17,200  
 一人当たり 6000円弱

ガソリン		4,000
宿泊費		9,100
駐車代		300
駐車代		1,000
高速代	下関 大竹	2,000
高速代	大野 下関	2,100
合計		18,500
人数割		6,167

宿泊費・交通費(ガソリン代はテキスト)  
これにて、会計報告とさせていただきます。

