

交通規制のお知らせ



2021年7月23日から2021年8月2日にかけて、東京2020競技大会のトライアスロン競技が行われます。それに伴い、期間中お台場地区周辺道路の交通規制を行います。ご迷惑をお掛け致しますが、ご協力をお願い致します。

パラトライアスロン
競技期間(8/26~8/30)の
詳細は7頁以降を
ご参照ください



お台場周辺一般道規制時間

7月23日(金) 3:30~ 7:45 個人男女試走
7月24日(土) 3:30~ 7:45 個人男女試走
7月26日(月) 3:00~10:00 個人男子
7月27日(火) 3:00~10:00 個人女子
7月29日(木) 2:30~10:00 予備日 ※7/26・27 競技中止の場合のみ
7月30日(金) 3:30~ 7:45 混合リレー試走
7月31日(土) 4:00~10:30 混合リレー
8月2日(月) 4:00~10:30 予備日 ※7/31 競技中止の場合のみ

レインボーブリッジ[台場→芝浦方向] 規制時間

首都高速[台場入口]も利用できません。
7月23日(金) 3:30~ 7:45
7月24日(土) 3:30~ 7:45
7月26日(月) 3:00~10:00
7月27日(火) 3:00~10:00
7月29日(木) 2:30~10:00 予備日 ※7/26・27 競技中止の場合のみ
都心方面へは
・環状七号線経由の永代通り
・大井経由の第一京浜をご利用ください。

※次頁以降に日別規制詳細別途記載。 ※2021年8月26日~8月30日開催のパラトライアスロン競技時の詳細は7頁以降をご参照ください。

競技コース及び周辺道路は混雑しますので、公共の交通機関をご利用ください。

交通規制に関する
お問い合わせ

東京2020 お問い合わせ窓口 ☎0570-09-2020(有料)

【受付時間】6/1~8/31までの平日 9:00~17:00 ※7/25(日)・8/1(日)は受付 試走日、競技日、予備日 2:00~17:00

トライアスロン競技コース

個人(男子/女子)



混合リレー



本コースについては、大会運営上の事由等により、変更される場合があります。

- ・ 競技コース及び周辺道路は混雑しますので、公共交通機関をご利用ください。
- ・ 規制区域内の車両の入出庫および通行は一切できませんのでご注意ください。

7/23金・24土

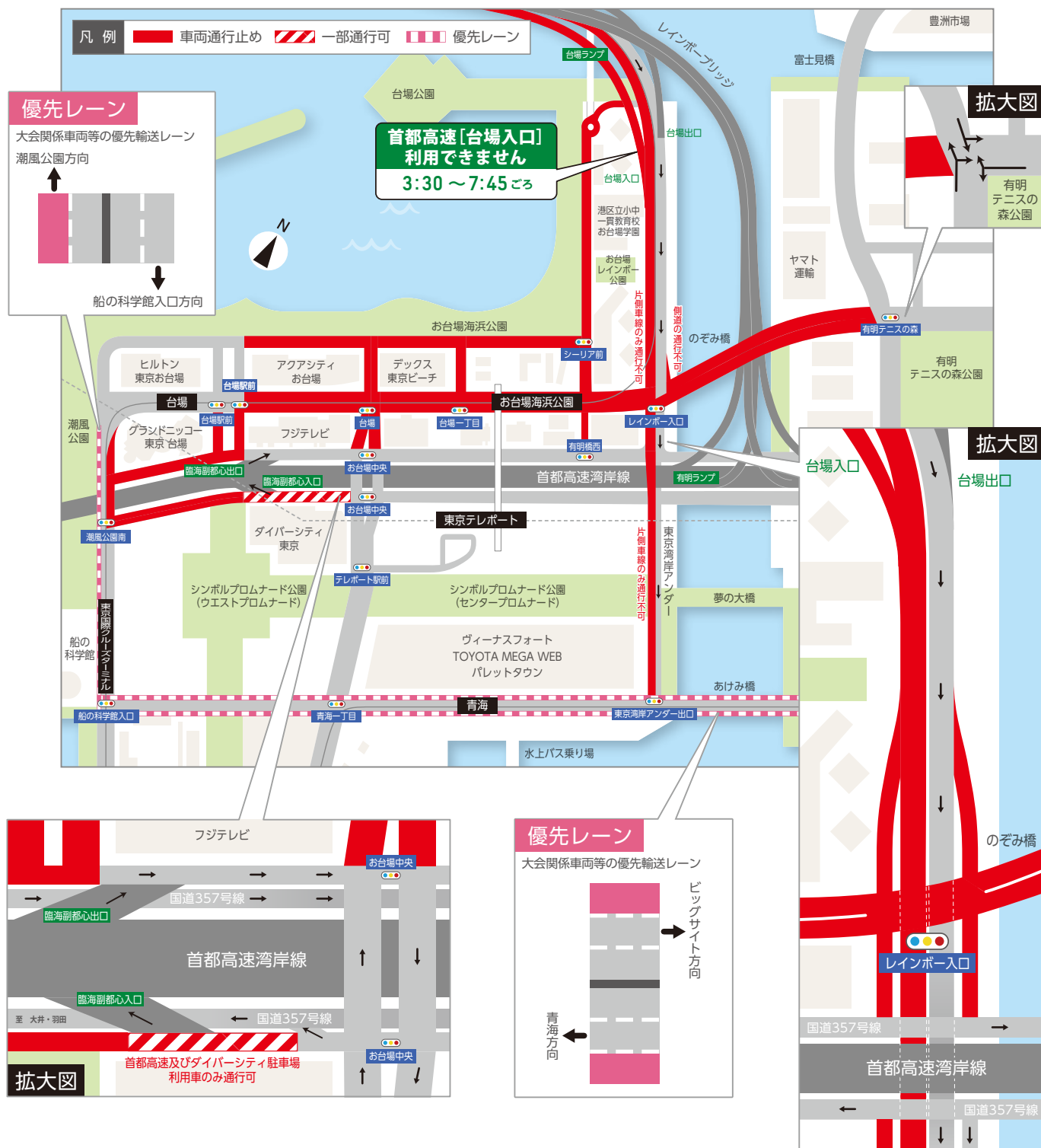
個人男女試走



規制時間

3:30～7:45ごろ

- ・競技コース及び周辺道路は混雑しますので、公共の交通機関をご利用ください。
- ・規制区域内の車両の入出庫および通行は一切できませんのでご注意ください。



交通規制に関する
お問い合わせ

東京 2020 お問い合わせ窓口 ☎ 0570-09-2020 (有料)

【受付時間】 6/1～8/31までの平日 9:00～17:00 ※7/25(日)・8/1(日)は受付 試走日、競技日、予備日 2:00～17:00

7/26月・27火・29木

個人男子

個人女子

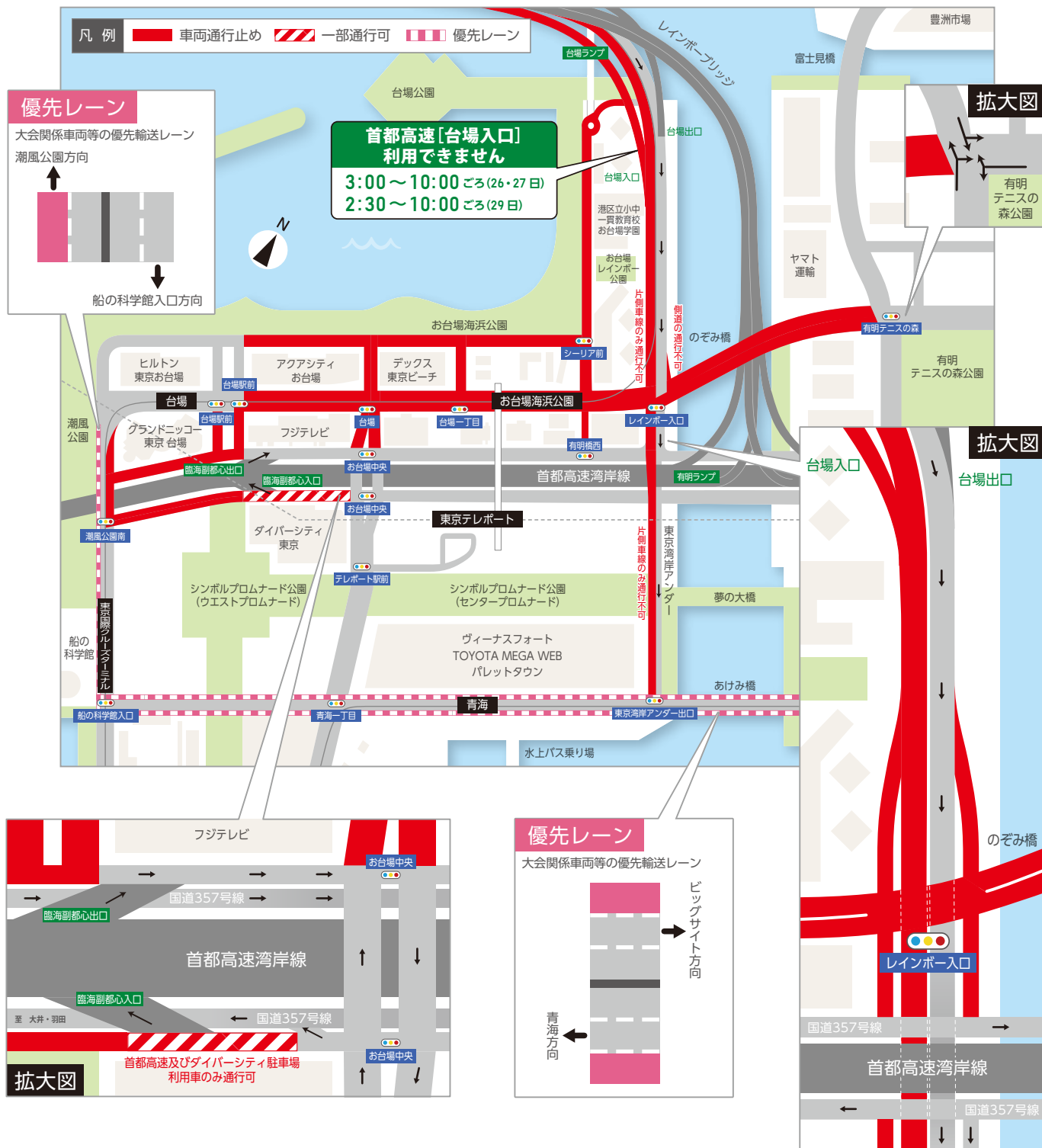
予備日 ※7/26・27 競技中止の場合のみ



規制時間

26日月 3:00～10:00ごろ
27日火 3:00～10:00ごろ
29日木 2:30～10:00ごろ

- ・競技コース及び周辺道路は混雑しますので、公共の交通機関をご利用ください。
- ・規制区域内の車両の入出庫および通行は一切できませんのでご注意ください。



交通規制に関する
お問い合わせ

東京 2020 お問い合わせ窓口 ☎ 0570-09-2020 (有料)

【受付時間】 6/1～8/31までの平日 9:00～17:00 ※7/25(日)・8/1(日)は受付 試走日、競技日、予備日 2:00～17:00

7/30 金

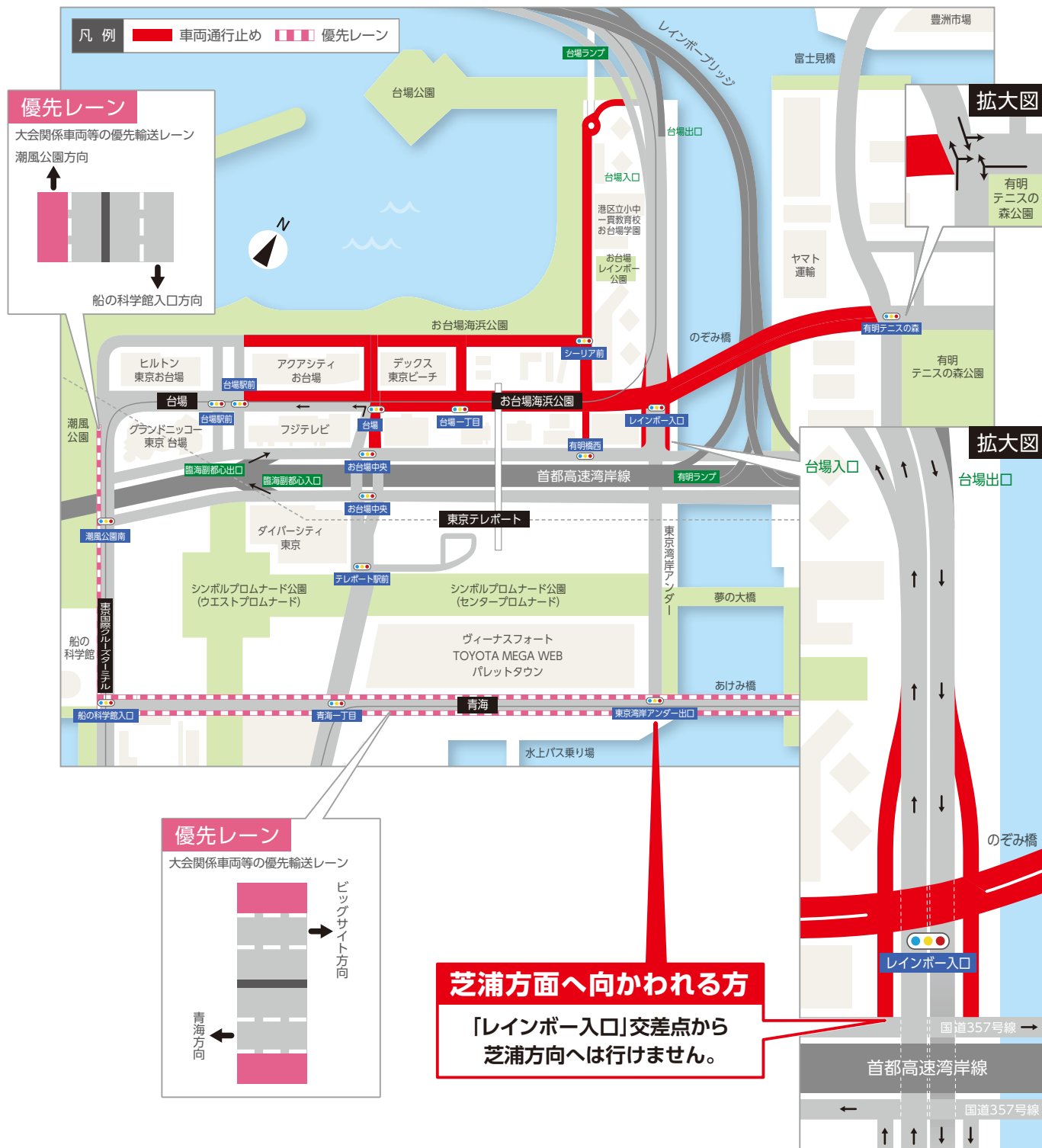
混合リレー試走



規制時間

3:30～7:45ごろ

- ・競技コース及び周辺道路は混雑しますので、公共の交通機関をご利用ください。
- ・規制区域内の車両の入出庫および通行は一切できませんのでご注意ください。



交通規制に関する
お問い合わせ

東京 2020 お問い合わせ窓口 ☎ 0570-09-2020 (有料)

【受付時間】 6/1～8/31までの平日 9:00～17:00 ※7/25(日)・8/1(日)は受付 試走日、競技日、予備日 2:00～17:00

7/31^土・8/2^月

混合リレー

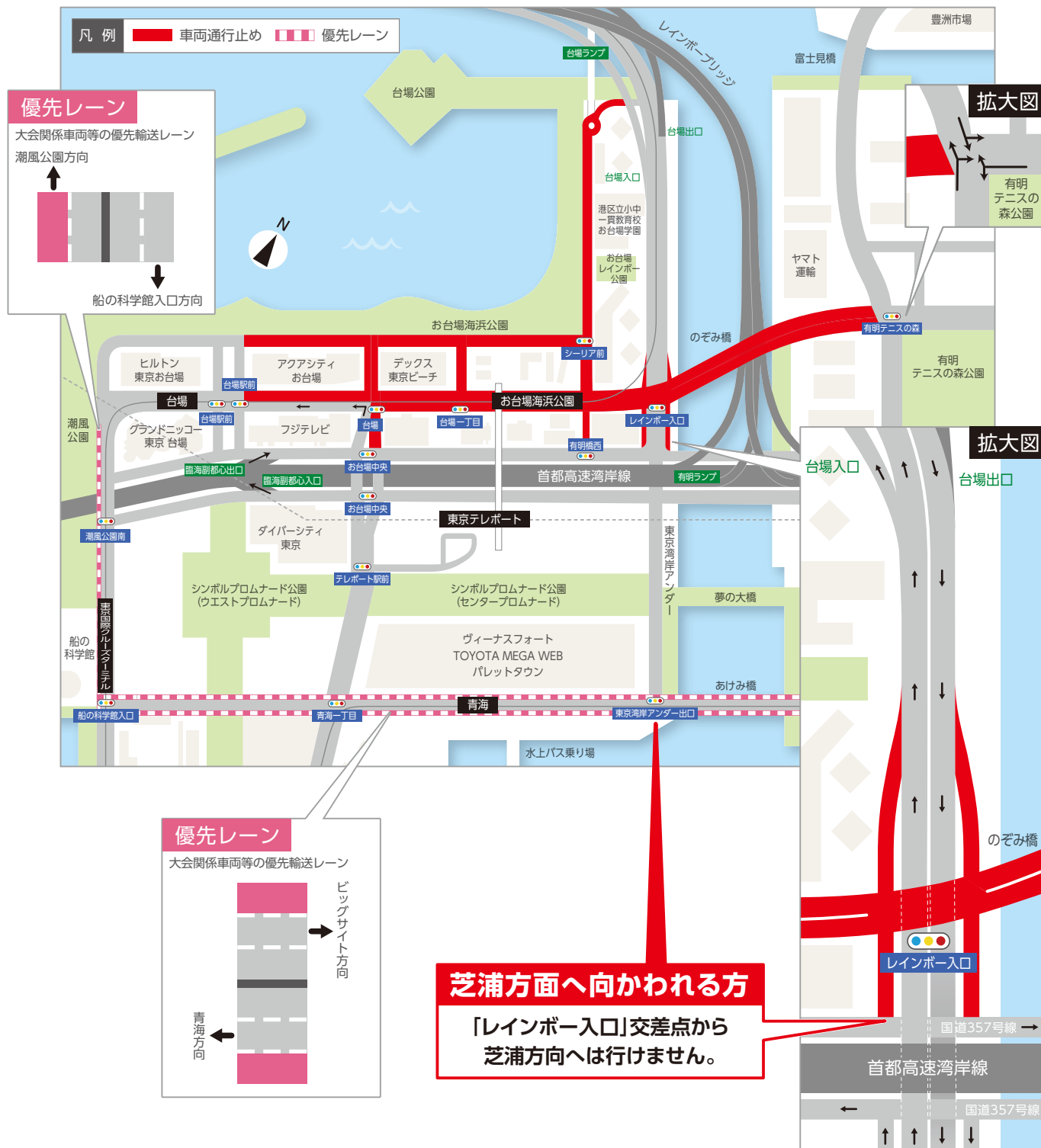
予備日 ※7/31 競技中止の場合のみ



規制時間

4:00～10:30ごろ

- ・競技コース及び周辺道路は混雑しますので、公共の交通機関をご利用ください。
- ・規制区域内の車両の入出庫および通行は一切できませんのでご注意ください。



交通規制に関する
お問い合わせ

東京 2020 お問い合わせ窓口 ☎ 0570-09-2020 (有料)

【受付時間】 6/1～8/31までの平日 9:00～17:00 ※7/25(日)・8/1(日)は受付 試走日、競技日、予備日 2:00～17:00

交通規制のお知らせ



2021年8月26日から2021年8月30日にかけて、東京2020競技大会のパラトライアスロン競技が行われます。それに伴い、期間中お台場地区周辺道路の交通規制を行います。ご迷惑をお掛け致しますが、ご協力をお願い致します。



お台場周辺一般道規制時間

- 8月26日(木) 3:30～8:15 ころ パラトライアスロン試走
- 8月28日(土) 3:00～11:30 ころ パラトライアスロン PTS2.PTS4.PTVI クラス
- 8月29日(日) 3:00～11:30 ころ パラトライアスロン PTWC.PTS5 クラス
- 8月30日(月) 3:00～11:30 ころ 予備日 ※8/28-29 競技中止の場合のみ

※次頁以降に日別規制詳細別途記載

競技コース及び周辺道路は混雑しますので、公共の交通機関をご利用ください。

交通規制に関する
お問い合わせ

東京2020 お問い合わせ窓口 ☎0570-09-2020 (有料)

【受付時間】6/1～8/31までの平日 9:00～17:00 ※7/25(日)・8/1(日)は受付 試走日、競技日、予備日 2:00～17:00

[illegible]

- ・競技コース及び周辺道路は混雑しますので、公共の交通機関をご利用ください。
- ・規制区域内の車両の入出庫および通行は一切できませんのでご注意ください。

8/26 木

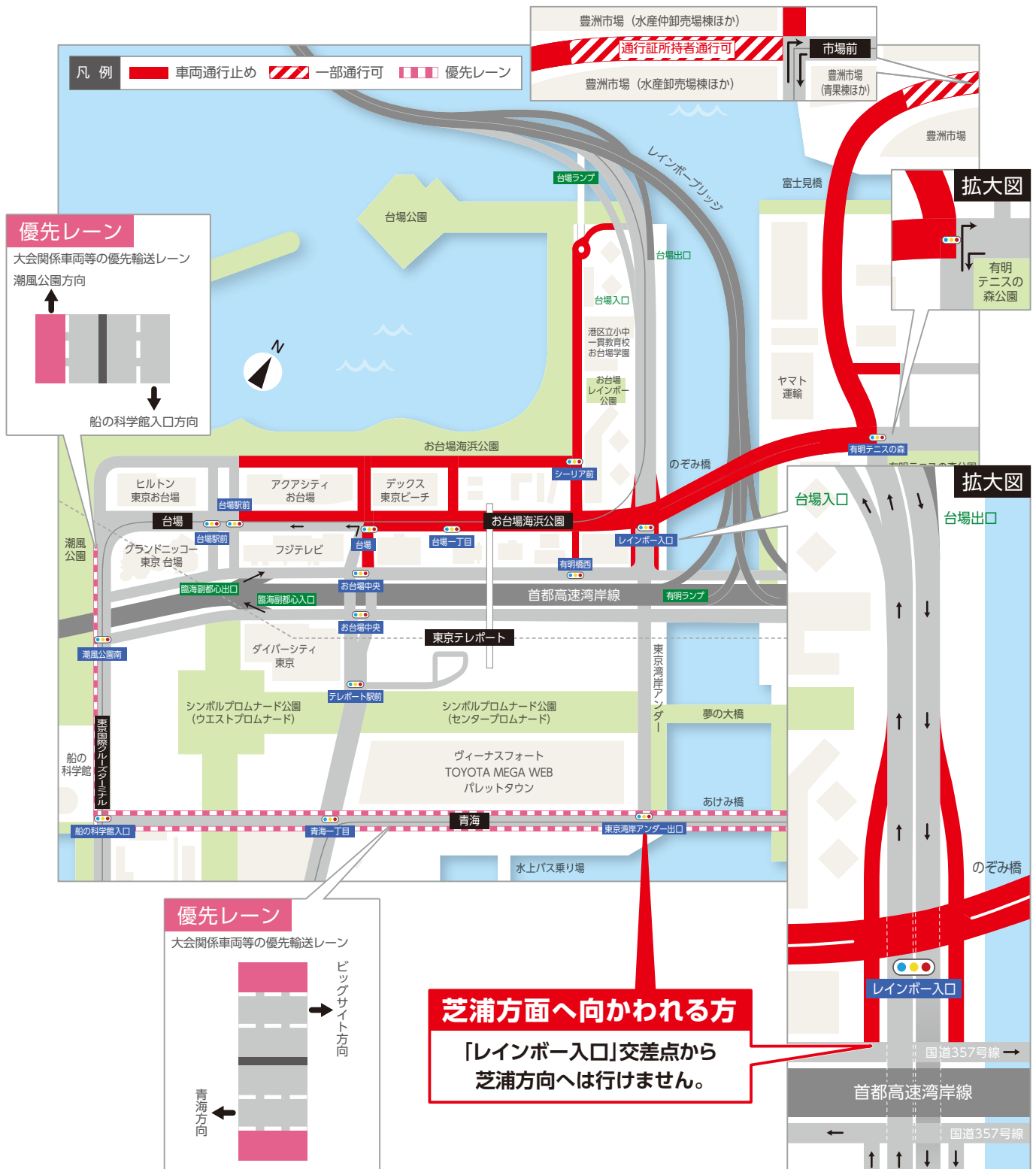
パラリンピックトライアスロン試走



規制時間

3:30～8:15ごろ

- ・競技コース及び周辺道路は混雑しますので、公共の交通機関をご利用ください。
- ・規制区域内の車両の入出庫および通行は一切できませんのでご注意ください。



交通規制に関する
お問い合わせ

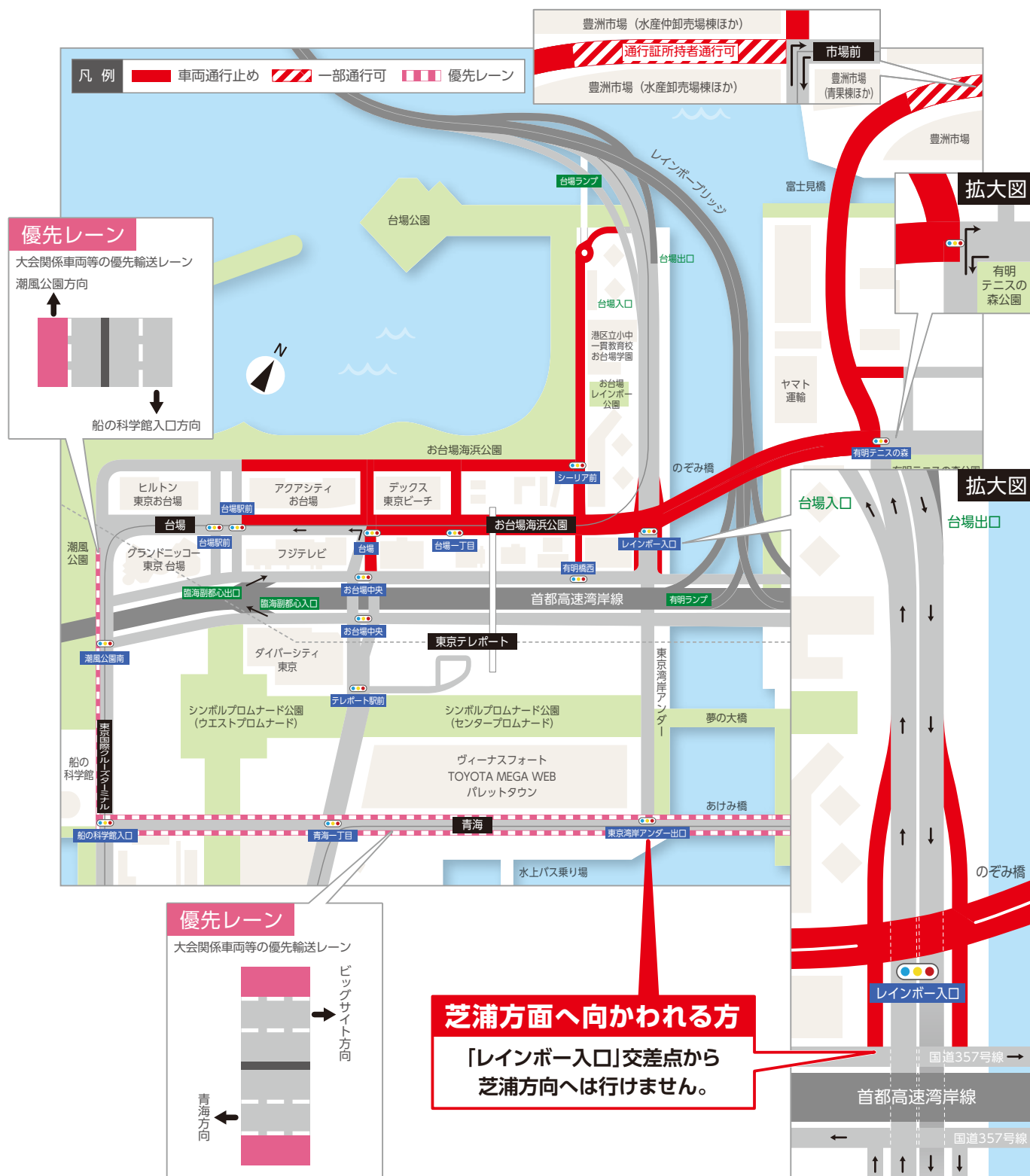
東京 2020 お問い合わせ窓口 ☎ 0570-09-2020 (有料)

【受付時間】 6/1～8/31までの平日 9:00～17:00 ※7/25(日)・8/1(日)は受付 試走日、競技日、予備日 2:00～17:00



3:00～11:30ごろ

- ・競技コース及び周辺道路は混雑しますので、公共の交通機関をご利用ください。
- ・規制区域内の車両の入出庫および通行は一切できませんのでご注意ください。



10

トライアスロン競技



オリンピックの見どころ

スイム、バイク、ラン。

異なる3つの競技を制する真の鉄人は誰だ。

トライアスロンは、スイム(水泳)・バイク(自転車ロードレース)・ラン(長距離走)の3種目を、この順番で1人のアスリートが連続して行う耐久競技。ラテン語の3を表すトライと、競技を意味するアスロンを組み合わせで名付けられた。

オリンピックでは、スイム1.5キロメートル、バイク40キロメートル、ラン10キロメートルの、合計51.5キロメートルで着順を争う。この設定距離は、オリンピック・ディスタンス、またはスタンダード・ディスタンスと呼ばれている。男子のメダリストは1時間45分ほど、女子のトップは2時間を切るスピードで駆け抜けてゆく。

トライアスロンは、1974年に初めてアメリカで競技大会が開催された比較的新しいスポーツである。シドニー2000大会から正式競技となり、男女とも実施されている。東京2020大会では、新種目として男女による混合リレーが行われる。

観戦のポイント

得意種目を武器に、どこで仕掛けるか
アスリートの戦略を読もう!

経験と戦略のスポーツとも言われるトライアスロン。スイムで先行し、差をつけるか。バイクで体力温存をはかるか。ランで追い上げ、一気に抜き去るか。各選手が得意種目を武器にどう競り勝つかが見もの。

第4の種目!? タイムを縮める鍵
「トランジション」とは

スイムからバイク、バイクからランへの種目の転換をトランジションという。次の種目のためにウェアやシューズを履き替える時間もタイムに含まれるので、その時間を縮めるために選手は各自工夫をこらす。トライアスロンの第4種目と言われるほど、重要なポイント。



パラリンピックの見どころ

3つの過酷な種目を乗り切った選手たち。
フィニッシュの向こう側に見えるものとは。

1人で3つの種目(スイム、バイク、ラン)を連続して行い、その合計タイムで競うトライアスロン。

パラリンピックでは、リオデジャネイロ2016大会から正式競技となっている。レースの距離はオリンピックのちょうど半分となる「スプリント・ディスタンス」で、スイム(750メートル)、バイク(20キロメートル)、ラン(5キロメートル)の計25.75キロメートル。レースは男女別、クラス別に行われる。

障がいの内容や程度により6クラスに分かれ、クラスごとに競技方法が一部異なる。座位クラス(PTWC)は、バイクはハンドサイクルを使い、ランでは競技用車いすを使う。立位クラス(PTS2~5)はバイク、ランでは障がいに応じて義足など補装具を使用でき、バイクの改造なども認められる。視覚障がいクラス(PTVI)は、競技全体を通して同性のガイド1名と競技を行う。スイムからバイクへ、バイクからランへと種目を移行する過程の「トランジション」にも注目したい。

観戦のポイント

選手を支える「モノ」と「ヒト」
障がいを補うさまざまな工夫

立位クラスのバイク、ランでは障がいの内容や程度に応じて義足など補装具を使用でき、バイクの改造なども認められている。パラトライアスロンでは工夫をこらした用具とともに、スイムからの上陸をサポートする「スイムエグジットアシスタント」や、視覚障がい者をサポートする「ガイド」など、選手をサポートする人々にも注目。

第4の種目と呼ばれる
トランジションタイムの短縮が決め手

トランジションは競技種目の移行の過程で、用具の取り換えなどを行う時間のこと。この時間もタイムに含まれるため、ウェアや義足などの補装具を着脱しやすいよう改良するなど、各選手が工夫をし、無駄な動きの削減に努めている。トランジションエリアで選手をサポートする「ハンドラー」も重要なパートナーだ。



ご注意

- ※水上バス等海上交通機関に運休が発生する場合がありますので、ご注意ください。
- ※競技中、横断可能ポイントを除き、コースの横断は出来ません。現場のスタッフの指示に従ってください。
- ※競技の進行状況によっては、規制時間が早まる場合があります。
- ※歩道橋での立ち止まってる観戦は出来ません。
- ※郵便物や宅配物などの配達に影響が出る場合があります。
- ※航空法に基づき、許可等を得ずにコース及び会場周辺で無人航空機(ドローン)を飛行させることはできません。

トライアスロンコース周辺の路線バス等のご案内

各日の交通規制に伴い、路線バス、空港バスなどの運休・バス停休止・遅延等が発生します。
運行の詳細につきましては、大会ホームページ、各バス会社ホームページをご参照ください。
なお、当日は道路混雑等の影響により、予定通り運行できない場合がございます。
ご利用のお客様にはご不便をおかけいたしますが、ご了承いただきますようお願い申し上げます。

■ 都営バス

波01出入・海01・陽12-3

■ kmモビリティサービス

お台場レインボーバス

■ 東京空港交通(リムジンバス)

羽田空港線・成田空港線

■ KABA BUS

■ Sky Duck

■ 京浜急行バス

井30・森30・森40

横浜駅(YCAT)↔東京ビッグサイト線

■ 東武バス

スカイツリーシャトルお台場線

■ 関東バス

吉祥寺お台場直行バス

©TOKYO2020

交通規制に関するお問い合わせ先

東京2020 お問い合わせ窓口

☎ 0570-09-2020 (有料)

※時間帯によっては繋がりにくい場合がございますこと予めご了承ください。

【受付時間】 6/1～8/31までの平日 9:00～17:00 ※7/25(日)・8/1(日)は受付致しません。

試走日(7/23・24・30・8/26)、競技日(7/26・27・31・8/28・29)、予備日(7/29・8/2・30) 2:00～17:00



オリンピック・パラリンピックの交通規制等のお知らせ

<https://olympics.com/tokyo-2020/ja/news/transportation-notice/>