

# 当日までに必ず確認

## バイク・ヘルメット自主点検カード

野尻湖カップトライアスロン・ジャパンオープン実行委員会

以下の点検項目を確認チェックしてください。

### ■チェック・点検項目

点検項目	チェック
ヘルメット	
・バイク競技用の硬質ヘルメットか	<input type="checkbox"/>
・ひび割れ、表面及びストラップの不良はないか	<input type="checkbox"/>
・ストラップの長さは、適切に調整されているか	<input type="checkbox"/>
・取り扱い説明書に従い正しく着用しているか	<input type="checkbox"/>
バイク全体	
・フレームにひび割れがないか（塗装にひび割れがないか）	<input type="checkbox"/>
・前後ブレーキに著しい磨耗がなく良く効くか	<input type="checkbox"/>
・タイヤに著しいヒビ割れや磨耗がないか	<input type="checkbox"/>
・サドル、ペダル、クランク、ヘッド部にガタがないか	<input type="checkbox"/>
・ハブ、ホイールにガタ及び振れはないか	<input type="checkbox"/>
・ライト、反射灯、スタンドなどは外されているか	<input type="checkbox"/>
ハンドル回り	
・ドロップハンドルまたはブルホーンバーを装着しているか（ストレートバー、フラットバーハンドルは禁止）	<input type="checkbox"/>
・エアロバーなど補助ハンドル類一切が、ハンドル上に装着されていないか	<input type="checkbox"/>
・ハンドル、ステムはガタや緩みがなく正しく装着されているか	<input type="checkbox"/>
・バーテープは正しく巻かれ、エンドキャップは左右共に装着されているか	<input type="checkbox"/>
・変速、ブレーキレバーの作動及び固定は大丈夫か	<input type="checkbox"/>
義務事項	
・正しく作動するサイクルメーターの装着	<input type="checkbox"/>

自転車を輪行及び点検後分解される方は、上記の項目に注意を払い組み立てできるようにお願いします。