

GRAND CYCLE TOKYO レインボーライド 2026 参加規約

1 本イベントにおける基本的な考え方

- (1) レインボーライド（以下、「本イベント」と言います）は、順位やタイムを競うレースではなく、ファンライドのイベントです。参加者は、安全を最優先に楽しむとともに、本イベントの円滑な運営にご協力ください。
- (2) 本イベントには、「転倒のリスク」、「他のサイクリスト、自転車、自動車、歩行者、障害物と衝突するリスク」、「自転車等の整備不良、運転操作ミス」、「天候」、「自分自身や他者の不注意」等のリスクがあることを十分に理解した上で参加してください。
- (3) 参加者は、各コースの制限時間内に完走できる脚力があり、健康で無理をせずに安全な走行ができる方に限ります。
- (4) 当イベントは、100 人単位のグループ（ウェーブ）を作り、ウェーブごとに走行する「ウェーブ方式」での走行となります。各ウェーブでは、安全管理のため走行管理ライダーがウェーブの前後に位置し先導・誘導します。走行中の走行管理ライダーの追い越しを禁止します。
- (5) 参加者は、本イベントへの参加にあたり登録したエントリー情報が、全て真正なものであることを保証するものとします。
- (6) 本イベントへの参加により、参加者は、本イベントの映像、写真、記事、記録等において肖像等の個人情報がテレビ、新聞、雑誌、インターネット、パンフレット等に報道、掲載、利用されることについて承諾したものとみなします。また、それらを掲載し、使用する権利が主催者に属することについても承諾したものとみなします。
- (7) 参加者が規約等に違反していることが判明した場合は、本イベントへの参加をお断りします。
- (8) 申込後、コース変更はできません。入金後、原則として参加費は返金いたしません。また、氏名・生年月日等の虚偽申告や不正出走(本人以外の出場)等により出場が取り消された場合も、参加費は返金いたしません。(出走権の譲渡もできません)
- (9) 参加者は、本イベント参加において負傷した場合、本イベント主催者の委託する医療関係者が適切であるとみなした緊急治療や搬送を行うことに対して同意するものとします。さらに、これによって生じる医療費その他の費用を参加者が負担する可能性があることを予めご了承ください。
- (10) 主催者側に故意又は重大な過失がある場合を除き、本イベントに参加することに起因する、あらゆる事故、傷害（死亡を含む）、損失、又は物的損害に関しては自己責任となります。
- (11) 「レインボーライド 2026」で取得した個人情報は、GRAND CYCLE TOKYO 実行委員会が主催するイベントにおいて下記 3 点の範囲内で、適切に管理・使用させていただきます。それ以外の目的での使用はいたしません。
 - ア イベントの主催者が提供する興行・商品・サービス等の案内のため
 - イ イベントの会場に入場する際の本人確認のため
 - ウ イベントの中止・延期・内容変更等の連絡、それに伴う払戻し業務（払戻しがある場合）を行うため

2 参加資格

(1) 参加資格

小学校 3 年生以上で、無理をせずに安全な走行ができる方を対象とします。

(2) 未成年（18 歳未満）参加者

未成年の方が参加する場合、保護者の同意が必要です。

(3) 小学生参加者（小学校3年生～6年生）

小学生1名に対し、保護者（18歳以上の成人）1名の同伴を必要とします。

(4) 未就学児

保護者・未就学児共に健康で無理をせずに安全な走行ができる方のみ、特定の車両（※）を使用することで、未就学児1名の同乗が可能です。乗車時は、ヘルメット及びシートベルトを必ず装着してください。

（※特定の車両：幼児用座席取付自転車（電動アシスト付き）による乗車）

(5) 部活・クラブ単位での団体参加

都内に所在する自転車クラブで、年間を通じたサイクリング活動を行っている小学生・中学生・高校生が活動する部活・クラブを対象に、ロングコースの団体参加を受け付けます（先着100名程度）。申込はご本人の参加の如何に関わらず代表者がお申し込みください。申し込み時に参加者名簿と2025年度の活動実績を提出してください。

なお、団体参加枠で小学生が参加する場合は、小学生5人に対し指導者（18歳以上）1名の同伴を必要とします。

3 使用車両

(1) 使用可能車両

ア 法令等に従い、公道を走るために必要な装備及び機能等を有する自転車のみが使用できます。

イ 本イベント主催者が、自転車が法令又は本規約に違反すると判断した場合は出走前・走行中にかかわらず走行を取り消す場合があります。

ウ 使用車両は多段ギアと電動アシストのいずれかまたは両方を装備する必要があり、タイヤ径が16インチ以上のものとします。（下表参照）

コース	使用可能車両						
	ロードバイク (多段ギア付)	スポーツサイクル (多段ギア付or 電動アシスト付)	軽快車(いわゆるママチャリ) (多段ギア付or 電動アシスト付) * 幼児用座席取付自転車	ミニベロ 16～24インチ (多段ギア付or 電動アシスト付)	ビーチクルーザー・ ファットバイク (多段ギア付or 電動アシスト付)	レンタサイクル (多段ギア付・電動アシスト付)	タンデム自転車 (多段ギア付or 電動アシスト付)
レインボーロング	○	○	○	○	○	○	○
レインボーミドル							
レインボーショート							

<車両定義>

車両区分	主な定義	該当車両	該当ハンドル形状
ロードバイク	主にドロップハンドル仕様でタイヤ径が25インチ以上の車両 多段ギア付き	・ロードバイク ・グラベルロード ・シクロクロス	・ドロップハンドル ※フラットハンドルのロードバイクは 「スポーツサイクル」とする
スポーツサイクル	クロスバイク、MTBなどフラット形状ハンドルのスポーツ車	・トレイルバイク ・クロスバイク ・MTB	・フラットハンドル（バーエンド可） ・ライザーバー
軽快車 (いわゆるママチャリ)	フレームがスポーツ車でなく軽快車仕様	・軽快車 (いわゆるママチャリ)	・一般的な軽快車（いわゆるママチャリ）仕様のハンドル ※改造不可
ミニベロ	タイヤ径が16～24インチの車両	・ミニベロ	・フラットハンドル ・ドロップハンドル
タンデム自転車	2人乗り用としての構造を有し、かつ、ペダル装置が縦列に設けられた自転車	・タンデム自転車	・フラットハンドル ・ドロップハンドル
特殊車両	上記以外の車両	・ファットバイク (ビーチクルーザー)など	・各車両による

※上記「レンタサイクル(多段ギア・電動アシスト付)」は主催者が用意したレンタサイクルを指します。

※運営側で判別が行いやすい「車両形状」を主な判断基準とします。

※ご自身の自転車が適合しているか判断できない場合は、事前に事務局までご確認ください。

(2) 使用不可車両

公道での走行が認められている車両であっても、安全管理のため、本イベントでは以下の車両・ハンドルの使用はできません。本イベント主催者が規約違反と判断した場合は、出走前・走行中にかかわらず走行を取り消す場合があります。

<使用不可車両>

- ・法令違反の自転車
- ・ペダルを漕がずに進む電動アシスト付き車両（電動モペット）・ピストバイク（固定ギア車）
- ・国内で定められていない機能を備えた電動アシスト付き自転車(時速 25 km以上のアシスト力が加わる等)
- ・リカンベント
- ・ハンドサイクル
- ・トライシクル
- ・補助輪付き自転車
- ・ミニベロタイヤ径 16 インチ未満
- ・トライアスロンバイク（通称：TT バイク）
- ・ツールバイク
- ・トレーラー※2026 年より不可
- ・その他、本イベント主催者が危険と判断した車両

<使用不可ハンドル>

- ・DH ハンドル
- ・クリップオン
- ・スピナッチ
- ・エアロバー
- ・トライアスロンバー
- ・ブルホーンハンドル
- ・上記のようなドロップハンドルにアタッチメント方式で取り付ける補助バー全般。その他、素早いブレーキ操作の妨げになり、急勾配の路上での操作に不向きなもの。
- ・アタッチメント方式で取り付ける仕様の補助バー全般を含み、走行上、危険と判断されるハンドルは禁止します。
- ・その他、本イベント主催者が危険と判断したハンドル

(3) 装備品・付属品

ア ヘルメット（顎の下で固定できる紐付き）の着用、前照灯・尾灯（又は反射板）及び警音器（サイクル・ベル）の装着を必須とします。

イ 安全走行の妨げとなる不必要な装備・付属品の装着は禁止します。

ウ その他、本イベント主催者が危険と判断した場合は取り外し等を指示することがあります。

< 装備品・付属品 基準 >

基準	装備品・付属品
必須	・ヘルメット（革製のカスク・ソフトシェル型不可。※ヘルメットブランド「Kask」のヘルメットは使用可能） ※ヘルメットは必ず顎ベルトがあり、頭部を固定できる物で参加してください。 ・前照灯 ・尾灯（テールライト）又は反射板 ・警音器（サイクル・ベル）
推奨	・グローブ（転倒時に手のひらを保護するため自転車用が望ましい） ・携帯ポンプ（空気入れ） ・予備チューブ
使用可能	・ボトルケージ（落下防止のためカン、ビン類は入れないでください） ・サイクルコンピューター ・サドルバッグ ・フロントバッグ（車体をはみ出さないものに限りです） ・泥よけ ・カメラ（自転車本体又はヘルメット等に固定されており、安全対策及び落下防止措置がとられているものに限りです）
使用不可	・安全走行の妨げとなる不必要な装備・付属品の装着は禁止 ・カバーのない自転車かごに荷物を入れた状態での走行は禁止 （主催者の用意するレンタサイクルにはカバーは付属しておりません）

（４）検車・整備・管理

- ア 本規約に適合するよう、使用自転車を事前に整備してください。自転車専門店等において、事前点検・整備を行っておくことを推奨します。
- イ タイヤの空気圧は使用車両に応じた適正な空気圧でご参加ください。適正な空気圧がわからない場合、店舗等でご確認いただき、本番前日までに適正な空気圧にさせていただくことを推奨します。適正でない空気圧が原因でパンクすることがありますのでご注意ください。
- ウ フロントライト、テールライト、電動アシスト等の充電・電池を要する機能は事前に必ずご確認ください、必要に応じて充電、電池交換をしてご参加ください。
- エ 電動アシスト付き自転車向けのメカニックサービス（修理・充電等）は提供しません。故障又は充電切れした際には、アシスト機能無しで制限時間内に走行するか、収容車両で会場までお戻りいただきます。
- オ 本イベント当日受付時に、スタッフの目視による車両と装備品類の確認を実施します。
- カ 本規約の条件を満たしていないと本イベント主催者が判断した車両は出走不可となる場合があります。なお、出走不可となった場合も返金はしません。
- キ 自転車の盗難、破損等に関して、主催者はその責任を負いません。受付会場内及びエイドステーションにラックを設置予定ですが、自己責任の下ご利用ください。

４ 服装及びゼッケン・携行品

（１）服装

ア 走行中は必ずヘルメット（顎の下で固定できる紐付き）を着用してください。転倒時の怪我防止のため、グローブの着用を推奨します。また、ヘルメットにカメラを装着する場合、転倒時に深刻な怪我につながる恐れがあることをご認識ください。

イ 運動に適した服装で参加してください。なお、レインボブリッジ及び東京ゲートブリッジ上は気温が低く、風も強いことが予想されるので防寒対策を十分行ってください。

ウ 走行の際に危険と思われる衣服の着用や顔全体を覆うことは禁止します。

エ 他の参加者や観戦者を不快にさせるなど、スポーツイベントに相応しくない服装は避けてください。

オ 政治的、宗教上の主張や大会主催者が認めていない特定の個人、地域・団体を PR するものや広告宣伝等を目的とした服装で参加しないでください。

カ 周辺施設等での更衣は行わないでください。

キ 安全管理上、以下の服装での参加は不可とします。また、携行品類の落下がないよう十分注意してください。

<参加不可とする服装例>

- ・前後左右を確認する視野を十分に確保できない、また、周囲の音声が十分に聞こえないと判断される被り物・着ぐるみ
- ・ロングスカートや袴、着座時にサドル下にまで至るウィッグ等、ホイールやギアに巻き込む恐れのある服装・装飾物
- ・下駄や草鞋、ハイヒール、サンダル、裸足等、安全運転への支障やケガの恐れがあるもの

(2) ゼッケン・携行品

ア 背面ゼッケンは、必ず背中側に周囲から見えるように装着してください。リュック等を背負う場合はリュック等に装着し、必ず視認できるようにしてください。

イ 緊急時に備えてマイナ保険証または資格確認書、携帯電話を携行してください。

ウ パンク修理等は参加者自身で行ってください。パンク等のトラブルに対処できる工具、ポンプ、予備チューブを準備することを推奨します。

エ ペット、その他安全な走行を阻害するものを同乗又は搭載しての走行は禁止します。

5 受付

(1) 必ず本イベント当日（11月23日）に受付をしてください。（事前受付はいたしません）

受付方法は別途、ご案内します。

(2) 受付時間内に手続きができなかった方は、本イベントへの参加ができませんのでご注意ください。

6 走行管理

(1) 走行ルール

ア 参加者は、警察官、警備員、誘導員、スタッフ等の指示、誘導に必ず従ってください。指示に従わない場合は、安全等を優先する為に走行中止を命じることがあります。

イ 参加者は、法令、規約等を遵守して安全に走行するとともに、接触・トラブルがないよう十分注意してください。

ウ ゼッケンナンバーに応じて100人単位のグループ（ウェーブ）を作り、ウェーブごとに走行する「ウェーブ方式」での走行となります。

エ 参加者は、事故を起こした時や目撃した時は、近くのスタッフまたは係員等に必ず連絡してください。

(2) 首都高速道路及び一般道における共通ルール

ア 逆走は禁止します。

イ イヤホン等を装着しての走行を禁止します。(補聴器等聴覚機能を補完するための器具を除きます)

ウ 撮影を許可されている区域を除き、立ち止まっただけのコース上の撮影は禁止します。なお、自転車に固定されたカメラ等での撮影は可能です。(ただし、安全には十分注意ください)

エ 片手運転を禁止します。

(3) 首都高速道路及び東京ゲートブリッジの走行ルール

レインボーライドでは特別な許可を得て、通常は自転車の走行が禁止されている首都高速道路等が走行可能となっています。違反行為が発生した場合、本イベント中断、中止の可能性がありますので必ず遵守してください。

ア 首都高速道路等は、自転車の走行を前提とした構造ではありません。常に安全を最優先する走行を心掛けてください。

イ 首都高速道路等は、転落防止用の外壁やガードレール等の高さが一般道と比較して、低くなっています。鉄柵等が設置されている路側帯を走行せず、走行レーンの中央寄りを原則二列で走行してください。

ウ スタッフの指示や事故等のやむを得ない場合を除き、首都高速道路等における停車を禁止します。

エ 緊急事態が発生した際は交通規制中においても緊急車両等が首都高速道路等を走行します。その際はスタッフの指示に従って、安全な場所で走行を一旦停止してください。

オ 安全管理の観点から気象状況による主催者の判断によって首都高速道路上等の走行を中止する場合があります。あらかじめご了承ください。

カ 安全管理の観点から主催者側で首都高速道路上等を安全に走行することができないと判断した参加者には、走行中止勧告を行う場合があります。その際は、主催者の指示に従ってください。

キ 安全管理のため走行管理ライダーがウェーブの前に位置し先導します。走行中の走行管理ライダーの追い越しを禁止します。やむを得ず、追い越す場合はサインや声掛けなどを必ず実施してください。

(4) 自転車の故障

ア 自転車が故障した場合は、最寄りのスタッフに連絡するとともに首都高速道路上では非常駐車帯、一般道では歩道等の安全な場所に自転車を移動させてから修理を行ってください。

イ 参加者自身で修理ができない場合は、最寄りのスタッフにお声掛けください。メカニック車両が順に対応しますが、あくまでも応急処置程度ですので全てを対応できるものではありません。(故障の内容によっては対応いたしかねます)

ウ 故障の状況や復帰の時間等の状況により、リタイア扱いとなる場合があります。

7 制限時間及びリタイア

(1) 制限時間

ア 交通規制時間の関係上、制限時間を設定します。走行ルート上に関門を設置しますので、関門閉鎖時刻(制限時間)までに通過してください。

イ 制限時間内に関門を通過できなかった場合は、当該関門でコース短縮や収容車に収容する場合がございます。スタッフの指示に従ってください。

ウ 関門閉鎖時刻に関わらず、制限時間内での完走が困難と思われる場合は、リタイア扱いとして収容車に収容する可能性があるので、スタッフの指示に従ってください。

(2) リタイア

ア リタイアする場合は、近くのスタッフにお声掛けください。

イ リタイアした参加者は、収容車等にて収容した後、フィニッシュ地点に移送します。

8 レンタサイクル

- (1) 主催者が用意するレンタサイクルは電動アシスト付き自転車で、身長 150cm 以上の方が対象となります。自転車とヘルメットをセットで貸し出します。
- (2) 自転車(ライト・カギ等の付属品を含む)、ヘルメットの紛失・破損・盗難等の場合は実費を請求します。
- (3) 主催者の故意又は重大な過失によらない場合、事故や盗難等について一切責任は負いません。
- (4) 道路交通法を守り、安全には十分注意を払ってご利用ください。
- (5) 乗車前には必ずタイヤ・ブレーキ・ギアチェンジ・充電等の確認を行ってください。
- (6) 万が一事故・故障等のトラブルが発生しましたら、最寄りのスタッフにお声掛けください。

9 免責事項

(1) 本イベントの中止・中断

- ア 地震・風水害・強風等の自然災害や気象状況、事件・事故・感染症などで危険が予測される場合には、主催者の判断により、コース変更又は本イベント自体を中止・中断する場合がございます。
- イ 自然災害や気象状況の悪化、その他安全に走行できない場合等主催者の責めに帰することができない事由により本イベントを中止・中断した場合は、原則として参加費を返金しません。
- ウ 主催者に故意又は重大な過失がある場合を除き、参加者が本イベントに参加することに起因する、あらゆる事故、傷害(死亡を含む)、損失、又は物的損害に関しては自己責任となります。
- エ 本規約の一部が無効となる場合でも、他の部分は引き続き有効に存続するものとします。

(2) 本イベント開催中の補償

- ア 主催者に故意又は重大な過失がある場合を除き、参加者への補償は主催者が加入する傷害保険等の補償内容の範囲内とします。
- イ 自転車本体、装備品、携行品等の破損又は盗難等については、主催者加入保険の補償範囲外となります。不安な場合は参加者自身で必要な保険に加入してください。
- ウ 本イベント開催中の怪我等については、救護所で応急処置を行います。病院等での治療が必要となる場合に備えて、マイナ保険証または資格確認書を持参してください。これによって生じる医療費その他の費用を参加者が負担する可能性があることを予めご了承ください。

(3) 保険に関して

- ア 本イベント参加中による怪我等に関しては、主催者加入による傷害保険の範囲内で補償されます。ただし、以下は主催者加入の保険適用外となります。
 - ・主催者側の責によらない第三者(参加者・関係者・一般車両・歩行者等)との接触による事故等
 - ・スタート～ゴール制限時間以外の会場外での事故(会場への移動等)
 - ・自転車(フレーム・各種パーツ)や付属品、所有物の破損・紛失・盗難等
 - ・携行品の故障等
 - ・その他、主催者が認めないもの
- イ 注意事項
 - ・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。
 - ・主催者の責によらない自身の過失による相手方の怪我・自転車や付属品の破損については、当事者間で処理をしてください。危害を被った場合も同様に当事者間で処理をしてください。
- ウ 補償内容(参考)
 - ・災害死亡補償金：1,000 万円
 - ・後遺障害補償金：最高 1,000 万円

- ・療養補償金：入院日額 1 日あたり 7,500 円（180 日以内）
通院日額 1 日あたり 5,000 円（90 日以内）
- ・保険期間：本イベント開始から終了まで