

選手の皆様へ

(団体責任者は参加者全員に伝えて下さい)

1 計時協力

今大会には「他泳者の計時」をすることが参加要件です。プログラムの右側の計時協力欄に担当者氏名を記載してあります。

観覧席側下の集合場所で「時計の操作、ラップタイム用紙の記入等」の説明を聞いて、配置について下さい。

2 ウォーミングアップ (メインプール、水深 1.6m)

(1) 9時20分まで、全レーン

- ・開始のアナウンスに従い 行って下さい。
- ・スタート (飛び込み) 練習は、5・6・7・8レーンで、**一方通行**で行って下さい。
ダイビングプール側からスタートし、50m泳ぎきり、そのレーンから上がって下さい。
但し、8レーンのみは25mで上がる事ができます。
- ・5・6・7・8レーン以外は、右側通行で回泳して下さい。飛び込みは禁止です。

(2) 競技中

- ・ウッドデッキ側の2レーンで随時、右側通行で回泳して下さい。飛び込みは禁止です。

ウッドデッキ側

アップ レーン		回泳 (飛び込み禁止)
アップ レーン		回泳 (飛び込み禁止)
1	競 技 レーン	1
2	〃	2
3	〃	3
4	〃	4
5	〃	5
6	〃	6
7	〃	7
8	〃	8

電光表示装置側 (B側スタート)

ダイビングプール側 (A側スタート)

- (3) 開会式時は、全面中止し、式に臨んで下さい。
(4) クールダウンは競技終了後、10分間できます。

3 招 集

- (1) プログラムNo.1、2—1組の選手は、9時25分までに第一招集所に集合して下さい。
- (2) 現在の招集種目を、招集所に標示し、アナウンスします。
- (3) 選手は、第一招集所でプログラム順に自己申告し、チェックを受け、組とレーンが記入されている個票を受け取り、第二招集所で待機して下さい。
リレーは、第1泳者がチェックを受け、4名全員そろって第二招集所で待機して下さい。
第二招集所では選手に「組・レーン」を確認します。不在の場合は棄権とみなします。
- (4) タイムテーブルは、あくまでも予定です。実際の進行状況に応じて変わります。招集標示、

アナウンスには十分に注意して下さい。招集に遅れた場合は棄権扱いとします。

(5) リレーオーダー変更届、締切時刻（招集所へ）

プログラムNo.15・16・17 400mリレー 16:50

4 競技方法

(1) 日本水泳連盟の競技規則に準じて行います。但し、本大会は以下のことを認めます。

① スタート（背泳ぎは除く）は、プールサイド又は水中から行うことができます。

・プールサイドのスタート・・・スタート台の右側に立つ。

・水中スタート・・・審判長の長い笛の合図で水に入り、両手又は片手でスターティンググリップを握ります。出発合図員の「ヨーイ」で静止します。

② スタートは1回制ですが、出発の合図（ピストルを打つ）前に落ちた場合は、水中からのスタートを認めます。

③ ゴール後、自力で上がることが出来ない選手は 競技役員の指示に従い他のレーンを横断して上がることができます。

④ 水着の規定については、問いません。

(2) 組分けは800mと1500mは、年齢区分にかかわらず男女合同で申告タイム順です。

400m自由形は、年齢区分にかかわらず申告タイム順です。

(3) 参加資格タイムを越えた時点で失格です。退水合図は青いビート板を入水します。

・タイム 400m—10分、800m—22分、1500m—50分以内

(4) 800m・1500m自由形、競技時のレーン使用方法

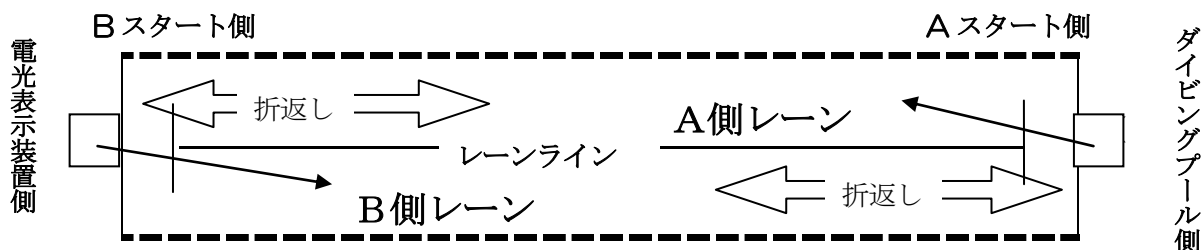
① 1レーン2名で泳ぎます。1レーン1名の場合でも決められた側のレーンで泳ぎます。

② スタート台から飛び込み、泳ぐレーンはレーンラインの右側です。

③ レーンラインをレーンロープとみなし、そこを越えた場合は泳ぎを止めて注意を促す場合もあります。また、他の泳者を妨害した場合は失格となります。

④ 800mの途中「400m」と1500mの途中「500m」、「1000m」の距離確認は、コールと共に、「赤色のボード」をレーンロープ側に入水します。

⑤ A側(ダイビングプール側)のスタート後、直ちにB側（電光表示装置側）の審判長の笛の合図があります。



(5) 年齢区分別のタイムレース決勝とします。

(6) 5mフラッグは常設し、フライングロープは設置しません。

(7) 当日の参加・進行状況により複数の組を、レーンを変更して行う場合もあります。

5 記録の掲示発表と賞状（選手受付、周辺）

(1) 記録は競技終了後、随時掲示します。800m,1500m,400m自由形の記録は、先

にタイムのみ掲示し、全組終了後、順位を含めた記録を掲示します。

- (2) 賞状は 記録掲示後に、各自で引き取り、サインをして下さい。
- (3) 「参考ラップタイム」を全種目、計測します。希望者は各自でお持ち下さい。
- (4) リレー入賞団体が賞状を追加希望する場合は、1枚50円で作成します。申込んで下さい。
- (5) プログラムは、1部500円で販売しています。
- (6) ランキング表の希望者は、1部500円を添え申込んでください。後日郵送致します。
- (7) 賞状の送付希望者は、100円を添え申し込んで下さい。後日郵送致します。

6 会場使用 (会場案内図、参照)

- (1) 入退場は正面玄関階段を上がって2階2番ゲートです。
- (2) 着替えは更衣室で行ってください。ロッカーは使用できません。
荷物・貴重品の保管は各自で責任を持って下さい。貴重品ボックス（無料）が、更衣室よりプール入退場ロゲートに向い、その手前右側にありますのでご利用ください。
盗難、忘れ物、紛失等につきましては、一切責任を負いません。
観覧席での着替えは止めてください。
- (3) 観覧席から更衣室、プールサイドへは、電光表示装置の裏側を通り、階段中段で履物を脱いで 移動して下さい。履物は、各自が持参した袋に入れてお持ちください。
- (4) プールサイドでは素足、水着着用です。なお、Tシャツ、タオルの持ち込みは可能です。
- (5) 観覧席の通路、座席に毛布等を敷き、場所取りは禁止します。休息が必要な場合は通行の邪魔にならない場所を利用してください。
- (6) 飲食は観覧席で、喫煙は所定の場所で行います。
ゴミは各自の責任でお持ち帰り下さい。更衣室のゴミ箱も使用禁止です。
- (7) ジャグジーは利用できます。運河側のウッドデッキを通行して下さい。
- (8) ダイビングプール、サブプール、入退場ロゲートは使用出来ません。
- (9) カメラ・ビデオ撮影をする方は 受付で申請し「撮影許可証」を受け取ってください。
許可証を付けていない方は カメラを没収する場合があります。使用後は返却ください。
- (10) 「履物を入れる袋」と「ごみ袋」は各自で持参してください。

7 団体責任者、個人参加者

- (1) 団体責任者は選手の出場種目を把握し、大会運営が円滑にできるようご協力ください。
- (2) 棄権届、リレーオーダー変更届は、所定の用紙（招集所にもあります）に記入し、第一招集所に提出して下さい。
- (3) プログラムの印刷ミスの訂正は、本部席総務で「所定の用紙」に記入し申し出て下さい。

8 その他

- (1) 体調不良の場合は出場を断念する勇気を持って下さい。
- (2) 体調が悪くなった方、けがをされた方は 本部席救護まで申し出て下さい。
- (3) 参加選手は傷害保険に加入しています。
- (4) 不明な点は責任者を通じて 本部席総務まで申し出て下さい。