選手の皆さんへ

（ クラブ責任者は参加者全員に伝えて下さい ）

1 入場、受付

（1） 入退場は2F2番ゲートです。正面玄関階段は使用できません（工事中）。裏の駐車場側の階段を上がってください。

（2） クラブ責任者は、受付で受付番号（第二要項を送付した封筒に記載）を告げ、受付番号記入封筒を受け取ってください。プログラム、記録証用紙、棄権届用紙・リレーオーダー変更届用紙が入っています。

2 ウォーミングアップ 、クールダウン

（1） メインプールで開始のアナウンスに従い 行ってください。

（2） スタート（飛び込み）練習は、競技用全レーンで、9時50分までです。
ウッドデッキ側からスタートし、25m泳ぎきり、そのレーンから上がってください。

（3） アップ用全レーンは、飛び込み禁止です。
「幼児」と「初心者」用は一方通行です。「ゆっくり」と「速い」用はレーンラインの右側を回泳してくだい。

（4） 開会式時は、全面中止し、式に臨んでください。

（5） 「お楽しみゲーム」中は、ウォーミングアップは全面出来ません。

（6） クールダウンは、全競技終了後より 10 分間です。

3 招集

（1） プログラムNo. 1に出場する選手は、9時55分までに第一招集所に集合してください。

（2） 現在の招集種目は、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、チェックを受けて、組とレーンが記入してある「個票」を受け取り、第二招集所で待機してください。
リレーは、第1泳者がチェックを受け、「個票」を受け取り、4名全員そろって招集所で待機してください。
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。リレーは4名全員そろっていない場合は棄権とみなします。

（4） タイムテーブルは、あくまでも予定時刻です。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ください。 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

プログラム	14・15・16	100mメドレーリレー	12:00まで
プログラム	34・35・36	100mフリーリレー	15:00まで

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。ただし、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できない選手は 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） 年齢区分のタイムレース決勝です。

（3） 下記の種目は、表彰は致しません。

①計時をしますが、順位はつけません。リレーオーダー票は不要です。

・200mリレーフェスタ （3名～8名で構成し、男女比・泳法・距離・回数・年齢・は不問）

・100mファミリーリレー（2名～4名の家族で構成し、男女比・泳法・距離・回数・年齢は不問）

②側泳可・計時はしません。

・25m完泳は、泳法は問いません。

・ビート板キックは、小学校未就学児のみです。

（4） 5mフラッグは常設し、フライングロープは設置していません。

（5） 25m出場選手はゴール後、速やかに「名前」を計時員に告げてください。

5 「お楽しみゲーム」

みんなで「ラーメン体操」と
「全員リレー」を楽しみましょう!!

（1） 参加希望者は、所定の用紙（第二要項に同封）を10時20分迄に選手受付に提出して下さい。

（2） 集合時刻 ・予定11時50分頃、アナウンス致します。
集合場所 ・アップ用」レーン側の観覧席下
全員リレー ・競技用レーン

6 年齢区分と表彰

（1） 年齢区分（大会当日年齢・学年）

・個人種目 ① 幼児・小学1～2年、 ② 小学3～4年、 ③ 小学5～6年、 ④ 中学生
⑤ 15 歳～19 歳、 ⑥ 20 歳代、 ⑦ 30 歳代、 ⑧ 40 歳代、 ⑨ 50 歳代、
⑩ 60 歳代、 ⑪ 70 歳代、 ⑫ 80 歳代、 ⑬ 90 歳以上

・リレー （4 名の合計年齢、混合は男女各 2 名）
A 36 歳以下、 B 37～49 歳、 C 50～79 歳、 D 80～119 歳、 E 120～159 歳、
F 160～199 歳、 G 200～239 歳、 H 240～279 歳、 I 280 歳以上

（2） 表彰

・賞 状 個人・リレー種目（1 チーム 4 枚） 全年齢区分 1位～3位
・メダル 個人種目 年齢区分①～④のみ 1位～3位
・お楽しみプレゼント 「25m完泳」、「ビート板キック」の参加者全員
・記録証 参加者全員 （各クラブで記入）

7 記録の掲示と賞状 （選手受付場所）

（1） 記録は、競技終了後、随時掲示発表します。

(2) 賞状は記録掲示後、種目封筒より取り出し、各自またはクラブ責任者がサインをしてください。
リレーは、賞状を4枚お渡しします。

(3) メダルは賞状を提示して、受取ってください。(年齢区分①～④の個人種目のみ)

(4) プログラムは、1冊500円で販売しています。

(5) 「ランキング」の希望者は、@500円(送料込)を添えて申込んでください。後日郵送致します。

(6) 賞状、メダルを「レターパックライト」で送付希望者は、500円を添え申込んでください。
賞状のみの送付希望者は100円を添えて申込んでください。

8 会場使用 (会場案内参照)

(1) 着替えは更衣室で行い 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ください。貴重品ボックス(無料)が更衣室よりプール入退場口に向かい右側にありますので、ご利用ください。観覧席での着替えは禁止です。
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。

(2) 観覧席から更衣室、プールサイドへは、電光掲示板の裏側を通り階段中段で履物を脱いで 移動してください。履物は各自が持参した袋に入れてお持ちください。

(3) 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。

(4) 観覧席の通路や座席に毛布等を敷き、場所取りは禁止です。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。

(5) 飲食は観覧席、喫煙は所定の場所でお願いします。 ゴミは各自の責任で持ち帰りください。

(6) ジャグジー・サブプール・ダイビングプール・プール入退場口ゲートは使用出来ません。

(7) カメラ・ビデオ撮影をする場合は 受付で申請し「撮影許可証」を受け取ってください。プールサイドは禁止です。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。
「撮影許可証」は、使用後返却下さい。

(8) 「履物をいれる袋」と「ごみ袋」を持参ください。

9 クラブ責任者. 個人参加者

(1) クラブ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。

(4) 不明な点はクラブ責任者を通じて本部席総務まで申し出てください。

10 その他

(1) けがをされた方、体調が悪くなった方は本部席救護に申出てください。
体調不良の場合は出場を断念する勇気を持ってください。

(2) 参加選手は傷害保険に加入しています。