参加者へお願い

（団体責任者は参加者全員に伝えてください）

1　団体責任者．個人参加者

（1）選手受付で、受付番号(第二要項を送付した封筒に記載）を告げ、プログラム等（記録証用　　紙）を受け取ってください

（2）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。個人参加者もこれに準じます。

（3）棄権届、リレーオーダー変更届は、所定の用紙（事前に送付済み・招集所にもあります）に記入し、第一招集所に提出してください。

（4）プログラムの印刷ミスの訂正は、本部席総務で「プログラム訂正」用紙に記入し、申し出てください。

（5）不明な点は団体責任者を通じて本部席総務まで申し出てください

2　ウォーミングアップ 、クールダウン

（1）９時２０分まで、全レーン可能

・開始のアナウンスに従い 行ってください。

・スタート（飛び込み）練習は、４・５・６・７・８レーンで行ってください。
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ください。
但し、８レーンのみは２５mで上がる事ができます。

・４～８レーン以外は、右側通行で回泳してください。飛込みは禁止です。

（2）　競技中

・ウッドデッキ側の二つのレーンで随時、右側通行で回泳してください。飛込みは禁止です。

ウッドデッキ側

	アップ　レーン　　回泳、飛込み禁止	
	アップ　レーン　　回泳、飛込み禁止	
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　　ダイビングプール側

（3）開会式時は、全面中止し、式に臨んでください。

（4）クールダウンは競技終了後、アップレーンで１０分間行えます。

3　招　集

（1）プログラム№.１・２の選手は、９時２５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ください。
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ください。
第二招集所では選手に「組・レーン」を再度確認します。不在の場合は棄権とします。

（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ください。招集に遅れた場合は棄権とします。

（5）リレーオーダー変更届、締切時刻（招集所へ）

プログラム№.１１・１２・１３	２００ｍメドレーリレー	１０：３０
プログラム№.３２・３３・３４	２００ｍフリーリレー	１７：００

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回制とします。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）１５００ｍ自由形は参加資格タイム（男子３０分・女子３５分以内）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。

（3）１５００ｍ自由形、競技時のレーン使用方法

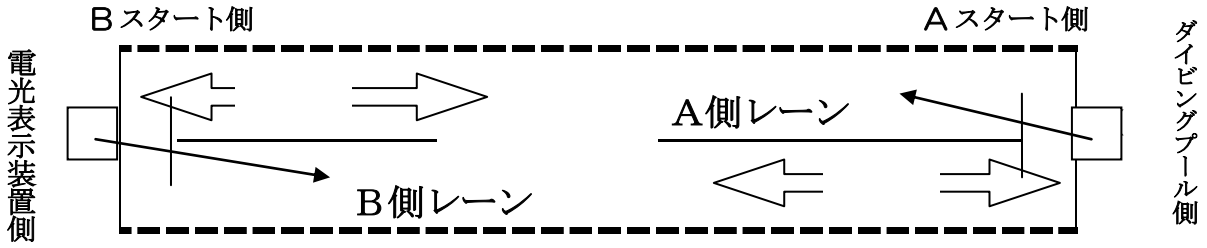
① １レーンを２名で泳ぎます。
１レーン１名の場合でも、決められた側のレーンで泳ぎます。

② スタート台から飛び込み、レーンラインの右側を泳ぎます。

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 「５００ｍ」、「１０００ｍ」のコールと共に､「赤色のボード」をレーンロープ側に入水します。

⑤ スタートは時間差で行います。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。



（4）年齢区分別のタイムレース決勝とします。

（5）５ｍフラッグは常設し、フライングロープは設置しません。

5　記録の掲示と賞状、その他　（選手受付）

（1）記録は競技終了後、随時掲示します。１５００ｍ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、サインをしてください。）

（3）１５００ｍの「参考ラップタイム」の希望者は、各自でお持ち帰りください。

（4）選手受付に於いて

①プログラム販売　　１部．５００円

②ランキング申込　　１部．５００円（送料込）

③賞状の送付依頼　　送料．１００円

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小学生　②中学生　③１５歳～１９歳　④２０歳代　⑤３０歳代　⑥４０歳代
⑦５０歳代　⑧６０歳代　⑨７０歳代　⑩８０歳代　⑪９０歳以上

◎リレー　４名の合計年齢　（混合は男子２名、女子２名）

Ａ　１１９歳以下　　Ｂ　１２０－１５９歳　　Ｃ　１６０－１９９歳
Ｄ　２００－２３９歳　　Ｅ　２４０―２７９歳　　Ｆ　２８０歳以上

（2）表　　彰

◎全種目、年齢区分別　　・賞状　1位、2位、3位

◎参加者全員　記録証（各団体で記入）

7　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ゲート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。

（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）観覧席の通路や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）ダイビング側の観覧席は使用出来ません。

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

（8）ジャグジー、ダイビングプール、サブプールは使用出来ません。

（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。
プールサイドは撮影禁止です。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。

9 健康管理

（1）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）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ください。

（3）参加選手、競技役員は傷害保険に加入しています。