

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(第二要項と共に送付)に記入し、第一招集所に提出してください。招集所にもあります。
- (4) プログラムの印刷ミスの訂正は、総務で「プログラム訂正」用紙に記入し申出てください。
- (5) 不明な点は団体責任者を通じて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50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(飛込み)練習は、6・7・8・9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、9レーンのみは25mで上がる事ができます。
 - ・6～9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。
「小学生専用」レーンがあります。
- (2) 競技中
 - ・ウッドデッキ側の二つのレーン(1レーン含む)で、右側通行で回泳してください。
飛込みは禁止です。但し、1500m競技中は「アップレーン専用」のみです。

ウッドデッキ側

| アップレーン専用 回泳 飛込禁止 | | |
|------------------|----------------------------|---|
| 1 | ・1500m 競技中以外アップレーン 回泳 飛込禁止 | 1 |
| 2 | 競 技 レーン | 2 |
| 3 | 〃 | 3 |
| 4 | 〃 | 4 |
| 5 | 〃 | 5 |
| 6 | 〃 | 6 |
| 7 | 〃 | 7 |
| 8 | 〃 | 8 |
| 9 | 〃 | 9 |

電光表示装置側
(B側)

ダイビングプール側
(A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。

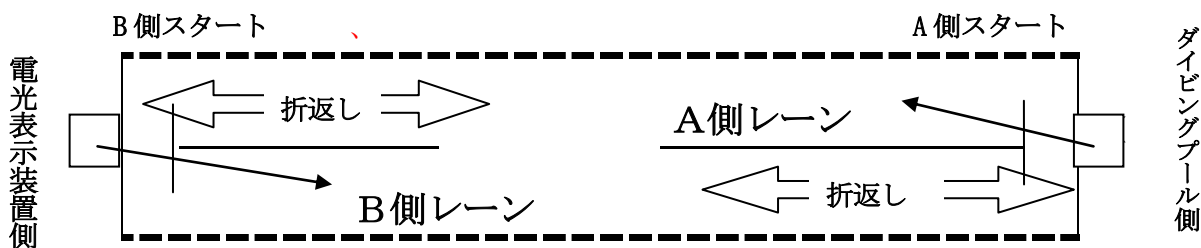
3 招 集

- (1) プログラムNo.1・2の選手は、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提出、締切時刻（招集所へ提出）

| | | |
|---------------------|-------------|-------|
| プログラムNo.1 1・1 2・1 3 | 200mメドレーリレー | 10:50 |
| プログラムNo.3 2・3 3・3 4 | 200mフリーリレー | 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、タッチ板から離れて待期してください。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) 5 mフラッグは常設し、フライングロープは設置しません。
- (6) 50 m出場選手はゴール後、速やかに「名前」を計時員に教えてください。

5 記録の掲示と賞状、他（選手受付）

- (1) 記録は各種目競技終了後、随時掲示します。
- (2) 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) 販売、申込
 - 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、（賞状が無い場合でも返金は致しません）
 - ④リレーの賞状を4枚希望 1チーム,200円（3枚）

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、電光表示装置の前を通り、階段中段で履物を脱いで移動してください。履物は、各自でお持ちください。電光表示装置の前の通路に立ち止まらないでください。
- (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) ジャグジーは使用出来ません。ダイビングプールのウッドデッキ最上段を通過してください。
- (7) 飲食は観覧席で、喫煙は所定の場所をお願いします。
ゴミは各自の責任でお持ち帰りください。
- (8) プール入退場ゲート、ダイビングプール、サブプール、ダイビング側の観覧席、採暖室は使用出来ません。
- (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、使用后返却ください。
- (10) 履物を入れる袋」と「ごみ袋」は各自で持参してください。
- (11) 忘れ物は、館出入口に置いてあります。貴重な品につきましては総務にお問合わせください。

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。
- (4) 「AED」はメーンプールサイド、館出入り口、プールロビーに設置されています。
- (5) 館内の通路やウッドデッキは濡れていると滑りやすくなります。注意してください。