

参加者へお願い、

(申込責任者は参加者全員に伝えてください)

1 申込責任者

- (1) 入館前の待機時は間隔をとってお待ちください。
- (2) 入館は、検温カメラを通過し「健康チェックシート」を提出して、役員の指示に従って入場してください。
- (2) 団体申込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。
- (4) 棄権届は、所定の用紙（事前に送付済、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。
- (5) プログラムの印刷ミスの訂正は総務に申し出て、プログラム訂正用紙に記入してください。
- (6) 不明な点は団体責任者を通じて、総務（「選手受付」の隣）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) 開始はアナウンスに従い 行ってください。
- (2) 泳者間は5m以上の間隔を空けてください。
- (3) レーンの両端には滞留せず、速やかに退水してください。
- (2) スタート（飛び込み）練習は、競技用全レーンで、10時20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。
- (4) アップ用レーンは、飛び込み禁止で、一方通行です。
レーン間の移動は、ゴールタッチをしてコースロープを潜ってください。
- (4) 「ビート板」、「プルブイ」、「パドル」、「フィン」の使用は出来ません。
- (5) 開会式時は、全面中止し、式に臨んでください。
- (6) クールダウンは、全競技終了より10分間です。

3 招 集

- (1) プログラム NO. 1 から NO. 2-2 組までの選手は、10時25分までに第一招集所に集合してください。
- (2) 現在の招集種目は、招集所に標示し、アナウンスします。
招集対象外の選手は、招集所への移動は控えてください。
- (3) 第一招集所でプログラム順に「組とレーン」を自ら申告し、チェックを受けて第二招集所で待機してください。
- (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。

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「take your marks」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 タッチ板より離れて待機してください。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) 年齢区分別のタイムレース決勝とします。

(3) 5mフラッグは常設し、フライングロープは設置しません。

(4) 出場選手はスタート席で、計時員に「名前」を教えてください。

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。

(2) 賞状は後日、申込責任者へ送付いたします。

(3) 選手受付に於いて

①プログラム販売 500円

②ランキング申込 500円（送料含む）

6 年齢区分と表彰

(1) 年齢区分〈大会当日の学年・年齢〉

☆個人種目

①18－24歳 ②25－29歳 ③30－34歳 ④35－39歳

⑤40－44歳 ⑥45－49歳 ⑦50－54歳 ⑧55－59歳

⑨60－64歳 ⑩65－69歳 ⑪70－74歳 ⑫75－79歳

⑬80－84歳 ⑭85－89歳 ⑮90－94歳 ⑯95歳以上

(2) 表 彰、他

☆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(白い門)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ロ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、各自が持参した袋に入れてお持ちください。
- (4) プールサイドは素足、水着着用です。
Tシャツ、タオル等は、持参した袋に入れて管理してください。
- (5) 観覧席の通路や座席に毛布等を敷く事は禁止します。
- (6) 飲食は観覧席で、喫煙は所定の場所をお願いします。
食事は隣の席との間を三席空け、対面しない様にしてください。
ゴミは各自の責任でお持ち帰りください。
- (7) 競技エリアには選手と役員以外の方は留まらないでください。移動の通行は出来ます。
- (8) 観覧席は最前列と赤テープの椅子、またダイビング側は使用出来ません。
- (9) プール入退場ゲート、ダイビングプール、サブプール、採暖室、ジャグジー、冷水機は使用出来ません。
- (10) 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。
プールサイドでは撮影禁止です。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、使用後返却してください。
- (11) 「衣類等を入れる袋」、「履物を入れる袋」と「ごみ袋」は各自で持参してください。
- (12) 忘れ物は館出入口に置いてあります。大会終了後は処分いたします。
貴重な品につきましては、総務にお問合せください。

9 健康管理

- (1) 頁5, 6の「新型コロナウイルス感染拡大予防のご協力」をお願いいたします。
- (2) 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。
- (3) 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。
- (4) 参加選手、競技役員は傷害保険に加入しています。
- (5) 「AED」はメインプールサイド、館出入口、プールロビーに設置されています。
- (6) 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。