

## 2021年短水路チャレンジ6時間水泳大会第2要項

この度は『2021年短水路チャレンジ6時間水泳大会』にお申し込みいただきありがとうございます。2会場での開催が実現し18チームのご参加を頂きました事、大変に嬉しく思っております。

主催者として皆様に安全で安心して泳いで頂ける環境を作っていくように取り組んでまいりますので、皆様方にも何卒ご協力をよろしくお願い致します。

大会当日は、健康管理に十分注意しご参加いただきますようお願いいたします。詳細が決まりましたので、下記の通りご案内申し上げます。

### 記

主 催	全日本共泳協会【生涯健康水泳】
期 日	2021年12月30日(木)
会 場	第1会場 アイランドスポーツクラブ高槻 高槻市天神町2丁目1番9号 第2会場 高槻スイミングスクール 高槻市殿町9番25号
開 場 時 間	午前9時
ウォーミングアップ	午前9時より午前9時40分まで(全レーン) ※各会場ともに両端のレーンを10時～終日アップレーン
開 会 式	午前9時45分 ※ 開会式の終了後、計時・チェック説明を行います。第1泳者 第2泳者は本部前に集合下さい
競 技 開 始	午前10時
競 技 終 了	午後4時
閉 会 式	午後4時30分

※参加選手の変更は、当日の9時30分までに提出願います。

※チームの集合写真を撮影しますので、競技開始前または終了後に完了するようご協力願います。

※当日は、健康チェック表・マスク等(ワクチン接種者も)忘れないよう願います。

※入場は選手と責任者及び関係者3名迄入場可能です。

※受付は個人受付を行います。必ず選手が一人ずつ受付を行ってください。

## 2021年短水路チャレンジ6時間水泳大会ルール

### 1 泳者

- ・泳者は、誓約書を提出している者に限る。
- ・泳者は、1回(1時間)泳ぎ、1回(1時間)カウントチェッカーをする。
- ・泳者は、推進力浮力を得るものを身につけてはならない。
- ・カウントチェッカーの順番を変えてはならない。

### 2 競技方法

- ・6人で1時間ずつリレーで泳ぎつなぐ。
- ・泳法は自由、途中で変えても良い。
- ・スタートは笛の合図で行う。
- ・スタートは水中からとする。
- ・1レーンに2チームで泳ぐ。
- ・泳者は、右側通行とし、追い越しは左側(中央)から行う。
- ・泳者は、速い遅いにかかわらず、お互い配慮し合う。
- ・後続の泳者に追いつかれ、足に触られたときは、速やかに譲ること。
- ・立ち止まりや歩きは原則禁止とし、場合によっては失格となります。

### 3 引き継ぎ

- ・引き継ぎは、泳者同士のタッチでおこなう。
- ・残りタイムが30秒以上あるときは折返しを認め、次のゴールで引き継ぐ。
- ・同じく30秒を切っているときは、次の泳者に引き継ぐ。
- ・残り30秒の合図は鐘で行う。

### 4 カウント方式

- ・各チームは決められたカウントチェック用紙に50m毎の時間を記入する。
- ・時間は、ストップウォッチによって行う。

競技者	競技時間	チェック者	チェック時間
第1泳者	10:00~11:00	第2泳者	10:00~10:30
第2泳者	11:00~12:00	第3泳者	10:30~11:30
第3泳者	12:00~13:00	第4泳者	11:30~12:30
第4泳者	13:00~14:00	第5泳者	12:30~13:30
第5泳者	14:00~15:00	第6泳者	13:30~14:30
第6泳者	15:00~16:00	第1泳者	14:30~15:30
		第2泳者	15:30~16:00

## 参加者が遵守すべき事項

- 以下の事項に該当する場合は、自主的に参加をみあわせること
  - 体調がよくない場合、(例: 発熱・咽頭痛等の症状がある場合)
  - 同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がいる場合
  - 過去14日以内に政府から入国制限、入国後の観察機関を必要とされている国、地域等への渡航又は該当在住者との濃厚接触がある場合
  
- 必ずマスクを着用すること(プール入水中以外・参加受付時や着替え時等)  
レース(泳ぐ)直前まで着用し、外したマスクは各自自分の準備した袋に入れること
  
- こまめな手洗い、アルコール等による手指消毒を実施すること
  
- 他の参加者、主催者スタッフ等との距離(できるだけ2m以上)を確保すること  
(障がい者の誘導や介助を行う場合は除く)
  
- 競技中に大きな声で会話、応援等をしないこと
  
- 感染防止のために主催者が決めたその他の措置の厳守、主催者の指示に従うこと
  
- 競技終了後2週間以内に新型コロナウイルス感染症を発症した場合は、主催者に対して速やかに濃厚接触者の有無等について報告すること
  
- 競技の前後のミーティングや懇親会等においても、三つの密をさけること

## 参加者が運動・スポーツを行う際の留意点

- 十分な距離の確保  
運動・スポーツの種類に関わらず、運動・スポーツをしていない間も含め、感染予防の観点から、周囲の人となるべく距離(\*)を空けること(介護・誘導の必要な場合を除く)  
高度が高い運動・スポーツの場合は、呼吸が激しくなるため、より一層距離をあけること  
水泳時などでマスクをしていない場合には、十分な距離を空けるよう留意する必要がある  
(\* )感染予防の観点からは、少なくとも2mの距離を空けることが適当である
  
- 運動・スポーツ中に唾や嘔を吐くことは極力行わないこと
  
- タオルの共有はしないこと
  
- 飲食については、指定場所以外で行わず、周囲の人となるべく距離を取って対面を避け、黙食とすること(プール内でのスポーツドリンクのみ許可)
  
- 飲みきれなかったスポーツドリンク等を指定場所以外(例えば走路上)に捨てないこと

## 施設利用上の注意について

### □ 施設利用上の注意点

- ・飲食に関しては、控え室をご利用下さい。更衣室での飲食は禁止です。
- ・ゴミは各チームにてお持ち帰り下さい。
- ・プールから上がる際は、十分に水分を拭き取り更衣室をご利用下さい。
- ・プールサイドでは素足でお願いします。(スリッパを含む履物は禁止)
- ・プールサイドは毛羽だった敷物は禁止です。
- ・ロッカーの使用もできますが貴重品の管理はチームまたは各自でお願いします。
- ・駐車場がありますので必ず駐車場へ入れて下さい。

アイランドスポーツクラブ高槻は施設前が駐車場です

高槻スイミングは駐車場が離れております。施設付近への駐車は近隣のご迷惑になりますので、一時駐車などが出来ませんのでご注意ください。

(別紙参照ください)

※駐車許可証を見える位置において下さい。

### □ 注意事項

- ・大会当日における事故等については、全て参加者が自己責任をもって処理すること。  
(応急処置は主催者側がする)
- ・健康管理には事前に十分注意し、各自の責任において参加して下さい。