

第 2 要 項

全日本共泳協会

【生涯健康水泳】

弥生の候、貴チームにおかれましてはますますご盛栄のこととお喜び申し上げます。
大会の詳細が決定いたしましたのでご案内いたします。本年度は404名のご参加をいただきまして有り難うございます。小学生の皆様から80歳以上の方までご参加いただいております。参加者の皆様方が安心して大会を楽しんでいただけることに注意して取り組んでまいります。チーム代表者の方は注意事項等を熟読の上、参加者の皆様方に周知して頂きますようよろしくお願い申し上げます。

開 催 日	2024年3月20日（水）春分の日
大会会場	高槻市立市民プール 高槻市芝生町四丁目3番11号
開場時間	9時00分
ウォーミングアップ	9時～10時00分
公式スタート練習	9時20分～9時55分
開会式	10時10分
競技開始時間	10時20分
競技終了予定時間	16時15分

進行予定表

No.	種目	組数	予定時刻	No.	種目	チーム	予定時刻
1	女子4×100個人メドレー	1	10:20	21	女子4×25m背泳ぎリレー	1	13:40
2	男子4×100個人メドレー	1	10:30	22	男子4×25m背泳ぎリレー	1	13:43
3	混合4×100個人メドレー	2	10:40	23	混合4×25m背泳ぎリレー	1	13:46
背泳ぎ説明			11:00	24	女子4×25m平泳ぎリレー	1	13:49
4	女子4×50m背泳ぎリレー	1	11:05	25	男子4×25m平泳ぎリレー	1	13:52
5	男子4×50m背泳ぎリレー	1	11:10	26	混合4×25m平泳ぎリレー	2	13:55
6	混合4×50m背泳ぎリレー	1	11:15	27	女子4×25mバタフライリレー	2	14:01
7	女子4×50m平泳ぎリレー	1	11:20	28	男子4×25mバタフライリレー	2	14:07
8	男子4×50m平泳ぎリレー	2	11:25	29	混合4×25mバタフライリレー	1	14:13
9	混合4×50m平泳ぎリレー	1	11:35	休憩アップ			
休憩アップ				30	4×25m 2分間リレー	6	14:30
10	女子4×50mバタフライリレー	1	11:55	31	女子4×25mクロールリレー	3	14:48
12	混合4×50mバタフライリレー	1	11:59	32	男子4×25mクロールリレー	1	14:57
11	男子4×50mバタフライリレー	1	11:59	33	混合4×25mクロールリレー	2	15:00
13	女子4×50mクロールリレー	2	12:03	34	女子4×25mメドレーリレー	3	15:06
14	男子4×50mクロールリレー	2	12:11	35	男子4×25mメドレーリレー	2	15:15
15	混合4×50mクロールリレー	2	12:19	36	混合4×25mメドレーリレー	2	15:21
16	女子4×50mメドレーリレー	1	12:27	休憩アップ			
17	男子4×50mメドレーリレー	1	12:31	37	100m親子リレー	3	15:45
18	混合4×50mメドレーリレー	1	12:35	38	女子4×100mクロールリレー	1	15:54
休憩アップ				40	混合4×100mクロールリレー		
19	250mピラミッドフリーリレー	3	13:10	39	男子4×100mクロールリレー	2	16:01
20	4×25mビート板キックリレー	3	13:31	終了予定時刻 16:15			

※ 進行スケジュールはあくまで予定時間であり、実際の競技の進行状況に応じて変更になる場合があります。 招集に遅れますと、参加できなくなりますのでご注意ください。

【受付】

- 1) 開場前に順次番号札を配布し、番号順に入場する。
- 2) チーム受付を行います。代表者の方はチーム名を告げて参加賞などを受取ってください。
 - ① 参加賞
 - ② プログラム
 - ③ 抽選引換券
- 3) 変更届のあるチームは変更届受付カウンターにて代表者が提出・確認を行う。
- 4) ファミリーリレー泳順表をカウンターへ提出する。

【競技上の注意】

- 1) 競技規則は日本マスターズ協会競技規則を基に独自の規則を設け行う。
 - ① スタート
 - ・すべての種目において水中からのスタートを認める。
 - ② 引継ぎ
 - ・原則として台上から引継ぐものとするが、台下及び水中での引継ぎを認める。
 - ただし、電子掲示装置（タッチ板）が設置された側からの水中での引継ぎは認めない。100m競技（4×25m）の第3泳者と4×50m・4×100m競技は水中での引継ぎを認めない。
 - ③ 背泳ギリレーのスタートと引継ぎ
 - ・第1泳者のスタートは水中からする。
 - ・スタート台上からの引継ぎは、飛び込んだ後に推進動作を行うことなく速やかに上向きの姿勢をとる。
 - ・上向きの姿勢をとるまでに、プルやドルフィンキックをすれば失格となる。
 - ④ 250mフリーリレー
 - ・泳法・男子・女子は全て自由とする。
 - ・距離の順序は決められた 25・50・75・100mの順番で泳ぐ
 - ・最終泳者（100m）のみ台上から引継ぐ。
 - ④ ゲーム種目のルール
 - ・ビート板リレー
 - キックの泳法はメドレーリレーの順番とする。
 - 引継ぎはビート板をバトン代わりとする。引き継ぎの選手は片手をプールの壁につけておく。
 - ・2分間リレー
 - 引継ぎは第2・第4泳者は水中での引継ぎを認める。（片手はプールの壁につけておく）
 - 泳法は自由であるが途中での立ち止まり・歩き・後退は認められない。
 - 2分以内で最も近いチームが1位であり、2分を超えると失格となる。
 - ・親子リレー
 - 泳法・距離は自由で2人で100mを泳ぐ。
 - ⑤ 退水
 - ・役員の指示に従って、タッチ板に触れないようにすみやかに退水する。
 - ・25m×4の種目における第2泳者はレースが終わるまでタッチ板から離れて水中で待機する。
- 2) 水着の着用制限については、日本マスターズ協会の規則に沿った水着とします。
 - ・素材については繊維を中心とした水着とし、ラバー及び大きなパネルが貼ってある水着は禁止とする。
 - ・水着は1着しか着用することができない。（重ね着は禁止）ただし、インナーショーツなどの不適切な露出を避けることを目的とした水着やインナーパット（カップ）などの使用は認める。
- 3) 本大会競技期間中の事故については自己責任において処理し主催者側の責任は問わない。
 - ・ロッカーキー・スマートウォッチ等の着用は認めない。
- 4) 招集
 - ・招集場所へは、必ず4名揃って5組前には集合すること。
 - ・4×50mバタフライリレー 4×100mクロールリレーの場合は順番が変更しています。アナウンスに注意して集合してください。

【表彰】

- ・リレー種目の各年代区分ごとに1位のチームに賞状を授与する。
 - ・ゲーム種目に関しては、キック板・2分間リレーは各組の1位のチーム、親子リレーは全チームに賞品を授与する。
- 賞状は当日の大会終了までにお受け取りください。後日の発送は行いません。

【抽 選 会】

抽選会を行います。受付で配布された抽選引換券は必ず保管しておいてください。
お昼の休憩時間（12：40より）にプールサイドにて抽選を行います。
当選された方は必ず引換券を持参のうえ当選賞品と交換してください。

【変 更 届】

- ・別紙の注意事項をよくお読みいただき提出してください。
- ・変更のある場合は、メールにて速やかに提出する。
- ・チームで纏めて提出をお願いします。
- ・当日の受付は**9時30分**までに、用紙に正確に記入の上、変更届受付カウンターへ提出して下さい。
- ・年齢区分・その他項目の変更は認めません。区分等が変更になった場合はそのレーンで泳ぐ事は出来る。但し、オープン参加となり成績は認められません。
- ・プログラムにて名前の正誤を確認をし、訂正がある場合は申請下さい。申請のない場合は賞状に反映できなくなります。

【施設上の注意】

- 1) 選手席
2階観覧席・プールサイドをご利用ください。（指定区域以外の通路の場所取りは出来ません。）
1階の通路部分にチーム席を設けますので、荷物置きなどにご利用ください。
- 2) 更衣室ロッカー
・更衣室のロッカーは使用可能の箇所のみ使用できます。禁止のロッカーの不正使用で開かなくなった場合は対応出来ません。（市民プール側より弁償金が発生することもあります）
・更衣室内での飲食は禁止です。2階観覧席・1階ロビーなどをご利用ください。
- 3) プールへの出入り
観覧席からプールへの出入りは1階入口から更衣室を経由して入場下さい。観覧席では水着姿のまま歩かないでください。
- 4) プール内は土足禁止です。素足にてご利用下さい。
- 5) 貴重品の管理について
各個人・各チームにて管理をお願いします。盗難などがありましても一切の責任は負えません。
- 6) プールへの通路・プールサイド・更衣室などでの食事は禁止です。（ドリンクは可）
- 7) ゴミは各チームで必ず責任をもって持ち帰り下さい。
- 8) 競技終了後はすみやかにご退館をお願いします。

【撮 影】

館内（ホール・観覧席・更衣室など）での撮影は禁止です。参加者同士のプール内での撮影は出来ます。
不審な撮影をされている方を見かけた場合は、役員の指示に従ってください。

【結果・速報】

1階 プールシャワー付近 2階ギャラリーに速報を掲示。

【その他】

- ・当協会のホームページに氏名や競技結果および大会時の映像を掲載することがあります。

【交 通】

市営バスJR高槻駅南または阪急高槻駅から「柱本団地」「富田団地」「車庫前」行きで「車庫前」下車
会場へは出来るだけ公共交通機関をご利用ください。施設駐車場の利用は各自の責任でお願いします。
周辺道路での路上駐車は近隣のご迷惑になりますので絶対しないでください。

【問合せ先】

メール znkyoei.relay@gmail.com

【QRコード】

ホームページ



ライン



