

競技上の注意

- すべての競技において、男女が一緒に泳いだり、違う種目（例えば平泳ぎと背泳ぎ）を同じレースで泳いだりすることがあります。
- 招集は競技開始30分前から開始し、10分前に終了します。招集に遅れた人は、棄権と見なされる場合があります。出場者は、プログラムで出場する競技の時刻を確認し、招集席に集合してください。
※競技時間は、進行状況により変更する場合がありますので、当日の進行状況に注意してください。
- スタートについて
 - スタートは、1回のみとし、フライングによるスタートのやり直しは行いません。他の選手がフライングした場合でも中止せず、そのまま泳ぎきってください。
 - スタートは、審判長の笛の合図でスタート台に上がってください。「テイク ユア マークス」の合図で、スタート台前縁に足の指をかけて構え、ピストルの合図でスタートしてください。
水中からスタートする場合は、審判長の笛の合図で水中に入り、スターティンググリップをつかむか、プールの壁に体の一部が触れた状態からスタートしてください。
 - 次の障害区分の人は、必ず水中スタートとなります。
 - ・ 肢体（Ⅰ） …8, 9, 11
 - ・ 肢体（Ⅱ） …13, 14, 15
 - ・ 肢体（Ⅲ） …17, 18, 19
 - ・ 肢体（Ⅳ） …22
 - ・ 内部（Ⅱ） …28
- ⑨ 安全面を考慮して、必ず飛び込みスタートをする必要はありません。上記の障害区分以外でも水中スタートができます。
- 障害区分23の人については、全国障害者スポーツ大会競技規則集に「光を通さないゴーグルを装着すること」となっていますが、本記録会では、特に指定しません。
- 障害区分23の人及び同等の障害が重複する人のゴールとターンでは、競技役員又は介助者が合図棒などを使って体をたたいて合図（タッピング）しなければいけません。障害区分24の人で合図棒が必要な場合は、招集で申し出てください。
- 泳法違反があった場合、記録は参考記録となり、自己申告タイム表彰の対象外になります。
- 自由形競技に限り、プールの底に立つことは失格となりませんが、歩くことは許されません。また、全ての種目において競技中にレーンロープを引っ張ってはいけません。
- 速報は、1階ロビーに掲示します。
- 記録証は、競技終了後1階の特設受付にてお渡しします。忘れずに受け取ってください。
※「水中むかで競争!!」「みんなで水中エクササイズ」を除きます。

10. 種目ごとに、自己申告タイムと同タイムの人を、同タイムの人がいない場合はもっとも近いタイムの人を表彰します。
 - (1)ピットリ賞 (申告タイムと同タイム)
 - (2)ニアピン賞 (申告タイムに最も近いタイム)※「宝物拾い」, 「5分間スイム&ウォーク」, 「水中むかで競争!!」, 「4×25mリレー」, 「みんなで水中エクササイズ」を除きます。

結果は、速報板で発表しますので、受賞者は1階の特設受付までお越しください。
11. リレーにエントリーしているチームの代表者は、リレーのオーダー用紙をその競技の開始1時間前までに1階の特設受付まで提出してください。
12. 参加種目の変更や追加は認めません。ただし、棄権する場合又は印刷ミス等の場合は、レースの1時間前までに1階の特設受付に申し出てください。
13. ウォーミングアップは9時40分から20分間とします。レーン内は右側通行です。飛び込みスタートについては、9時45分から15分間とします。レーン内は一方通行です。
14. 控え室は、会議室・体育室をご利用ください。貴重品は、貴重品ロッカーをご利用いただくか、各自が責任を持って管理してください。飲食は、所定の場所でお取りください。
15. 事故・傷害については応急手当の他、主催者の加入する保険の範囲内でのみ補償します。

【競技ルール】

1. プログラムNo. 6「宝物拾い」のルールについて

- ・プールに沈めた宝物（ホース）を、30秒間で何本拾えるかを競います。
 - (1)スタートの合図があるまで、スタッフと手をつないでプールサイドで待機してください。
 - (2)スタートの合図から、終わりの合図まで、プールの底に沈んでいるホースを拾い、スタッフの持つバケツに入れてください。
 - (3) 競技終了後、バケツに入っているホースの本数を数えます。

2. プログラムNo. 14「水中むかで競争!!」について

- ・どなたでも参加できますので、ぜひ参加してください。
- ・当日の参加人数に合わせて、主催者でチーム編成します。

前の人の肩を持って数珠つなぎで25mを進み、何秒でゴールできるかを競います。

 - (1)プールの中で、チームごとに前の人の肩を持って一列に並び、ピストルの出発合図を待ちます。
 - (2)ピストルの出発合図に合わせて出発します。
 - (3)ゴールするまで、前の人の肩を離さないようにして進みます。
 - (4)最後尾の人が、20mライン（赤）を通過した時点でゴールとなります。

3. プログラムNo. 15「みんなで水中エクササイズ」について

- ・水中で、音楽に合わせて楽しく体を動かします。
- ・どなたでも参加できますので、ぜひ参加してください。