

参加チーム各位

日本マスターズ水泳短水路大会  
長野会場事務局日本マスターズ水泳短水路大会長野会場  
大会当日のご案内（第2要項）

来る4月7日（日）長野運動公園総合市民プール・アクアウイング（25M×8レーン）にて開催いたします「2019年度日本マスターズ水泳短水路大会長野会場」にお申込みをいただきありがとうございました。今回は125チーム、452名のご参加をいただきました。

さて、大会の詳細が決まりましたのでご案内いたします。チームより参加選手全員にご連絡いただきますようお願いいたします。コピーをして参加選手にもお渡してください。

当日のタイムスケジュールならびに、参加チームへのお願い等ご案内いたします。大会運営に支障をきたさないよう、また、競技時間を少しでも短縮するため、参加選手に競技の運営内容・競技規則を熟知の上ご参加いただきますようご案内ください。

**競技開始は午前10時からです。**

参加選手全員にIDカードを発行しますので、必ず参加者にお渡してください。このIDカードは、日本マスターズ水泳短水路大会長野会場の参加選手であることを証明する大切なものです。入場の際、招集の際、入賞メダル受け取りの際に必要となりますので、大会中は参加選手ご自身で携行してください。IDカードには、チーム名、選手名、年齢区分、出場種目、組及びレーンが印字されておりますのでご確認ください。間違いがあった場合は至急ご連絡ください。

コーチ及び付添の方には同封してあります付添章をご提示いただきご入場ください。（不足の場合は受付にお申し出ください）

マスターズスイマーとして一人一人がエチケット・マナーを守るよう心がけ、参加者全員が快適に水泳を楽しんでいただけますよう、参加チームのご理解・ご協力をお願い申し上げます。

## 【大会日程】2019年4月7日（日）

- ・開場・開門 8：50
- ・入場は並ばれました順に入っていただきますが、選手席は県別に指定となっておりますので十分に余裕があります。早くから並ばないようにしてください。
- ・入場の際にはIDカードを提示の上ご入場ください。
- ・チーム責任者の方は受付票で受付に提出していただき、参加賞、申込されましたプログラム等をその場で確認してください。あとから申し出られても対応できませんのでご注意ください。
- ・チームリーダーミーティング9：20プールサイド招集所（別紙会場図に明示）
- ・競技開始10：00
- ・競技終了14：54（予定）
- ・競技時間（別紙）
- ・ウォーミングアップ
  - 8：：50～9：20 A面・B面全レーン（右回り・飛込み禁止）
  - 9：20～9：45 A面全レーンで公式スタート練習。一方通行
  - B面はアップ・ダウン用として（開会式を除く）終日開放いたします。
- \* リレーオーダーに変更がある場合は、インフォメーションデスクにあります変更用紙を提出してください。変更は1度のみ、また年齢区分の変更はできません。

## 主催者・主管からの連絡事項

## ■（一社）日本マスターズ水泳協会競泳競技規則（抜粋）（カッコ内：競技規則条項）

出発について（背泳ぎを除く）

- a. 自由形・平泳ぎ・バタフライおよび個人メドレーのスタートは、スタート台、プールデッキおよび水中のいずれからでもできる。（第4条1項）
- b. 審判長の長いホイッスルによりスタート台またはプールデッキに上がった競技者は、スタート台前方またはプールデッキ前縁に少なくとも一方の足の指を掛けなくてはならない。（第4条1項）

- c. 水中からスタートする競技者は、審判長の長いホイッスルにより速やかにプールに入り、一方の手でスターティンググリップを持ち両足をプールの壁につける。(第4条1項)

## ■競技進行上の注意

### 1. IDカード・受付

#### <IDカード>

- (1) IDカードは、日本マスターズ水泳短水路大会長野会場の参加選手であることを証明するものです。プールへの入場時、招集受付、メダルの受け取りの際など、大会期間中必要になりますので、会場では首から下げるなど見える位置に必ず携帯してください。
- (2) IDカード裏面の大会当日緊急時の連絡先（参加選手のご家族に緊急の連絡を要する場合に連絡の取れる連絡先）を記入してください。
- (3) 「IDカード」を紛失や忘れた場合は再発行所にて再発行を受けてください。再発行料として500円が必要となります。

#### <受付>

「チーム受付票」は、チーム責任者または代表者が会場へ持参してください。大会期間中に大会受付へ提出し、参加者分の参加賞・プログラム（申込分）と引き換えます。

### 2. チームリーダーミーティング

4月7日（日） 9：20～9：30 招集所

競技についての詳細と変更事項をご連絡します。

必ずチームの代表者または代理の方が出席し、連絡事項を出場選手全員に連絡してください。

※ その他、変更事項・連絡事項がある場合は公式掲示板にてお知らせします。

### 3. 競技方法

- (1) （一社）日本マスターズ水泳協会競泳競技規則に則り実施します。
- (2) 男女別（混合リレーを除く）および原則として、年齢区分別に高年齢から低年齢へ、タイムの遅い組から速い組への順に行います。
- (3) 組み分けされている種目で棄権者が多数出た場合、前後の組と合同で競技を行う場合があります。
- (4) 競技時間はあくまで予定です。競技時間は競技の進行状況により前後します。

### 4. ウォーミングアップ・公式スタート練習（前頁参照）

ウォーミングアップ時、メインプールには以下の専用レーンを設置しています。

7レーン・8レーン：女性専用レーン

※ 公式スタート練習の指定レーン変更の場合は、当日通告より発表します。

なお、公式スタート練習は、スタート規則の確認であり、飛び込み練習ではありません。

### 5. 招集

- (1) 招集所は、飛び込みプールとA面プールの間になります。
- (2) 招集では、「種目名・組・選手名」がスクリーンに表示されます。ご自分の出場する組が表示されたら、ただちに、招集員にIDカードを提示し、水着の確認を受け、指示に従い並びます。招集では、IDカード（裏面：大会当日緊急時の連絡先の記入がないものは無効）が必要です。  
※ ご自分の組・レーンは忘れないように、また、間違いのないように申告してください。組・レーンを間違えて泳いだ場合は失格となります。
- (3) 招集所へは、自分の出場する種目、組の10レース前までにお越しくください。電光表示板には現在行われている競技種目と組が表示されますので、必ず確認のうえ、招集に遅れないように注意してください。  
※ 最初の種目の招集は、9：45より開始します。
- (4) 25m種目に出場された選手のIDカードは、IDカード返却デスクにて返却します。レース終了後、必ずIDカード返却デスクに立ち寄り、ご自分のIDカードを確認しお持ち帰りください。取り違いによるトラブルが多く発生しています。他の選手のIDカードと間違わないように注意してください。

## 6. スタート・プールからの退水方法

### <スタート>

- (1) 25m種目を除き、オーバー・ザ・トップ方式で行います。
- (2) マスターズ水泳のスタートは、①スタート台上、②プールデッキ、③水中からのスタートが許されています。初めて競技に出場する選手や飛び込みの練習をしていない選手は、安全面から、プールデッキや水中からのスタートをお願いします。
- (3) 前の組がスタートしたらただちにスタート台の後ろに並び、計時員にご自分の名前を伝えレーンを確認してください。
- (4) スタート前のメインプールでの水浴びは禁止です。水浴びはプールサイドに「水浴び用バケツ」を用意していますので、そちらを利用してください。

### <プールからの退水方法>

- (1) 競技役員の指示に従い、他のレーンの泳者、次の組の泳者を妨害することのないよう、またタッチ板に触れることのないよう注意し、横から退水します。
- (2) 25m種目を除き、ゴール後はレーンロープにつかまり水中で待機し、次の組がスタートしてから退水します。25m種目は次の組がスタートしていますので、速やかに退水します。
- (3) 1～4レーンの泳者は1レーン側、5～8レーンの泳者は8レーン側へ移動して退水してください。競技役員から指示のあった場合は、その指示に従ってください。

## 7. リレー種目

- (1) リレーオーダーを変更する場合（締切時間内に1回のみ）は、「リレーオーダー変更届」をチーム受付へ提出してください。
  - ※ 種目・年齢区分の変更はできません。
  - ※ 同一リレー種目には、年齢区分に関わらず1人1回しか出場できません。
  - ※ オーダー変更締め切り後の泳者および泳者順序の変更は認められません。
- (2) 招集所へは、4名揃って集合してください。4名揃っていないと招集を受けることができません。
- (3) リレーの第2泳者以降で水中からのスタートを希望するチームは、出場申告用紙に記入のうえ、インフォメーションデスクへ申告してください。申告がなく水中からスタートした場合は、失格になります。
- (4) リレーオーダー変更届提出締切時間

No. 11・12	女子・男子	4×	25m	フリーリレー	10:00
No. 13・14	女子・男子	4×	200m	フリーリレー	10:00
No. 23	混合	4×	25m	メドレーリレー	11:30
No. 25・26	女子・男子	4×	25m	メドレーリレー	11:30
No. 36	混合	4×	25m	フリーリレー	13:00

## 8. 表彰・記録

- (1) 出場選手全員に参加賞を授与します（公認記録証はチームまたは個人で日本マスターズ水泳協会ホームページより会員ログインし、出力してください）。
- (2) 各種目の年齢区分ごとに、個人種目・リレー種目とも3位までの方にメダルを授与します。入賞された方は、IDカードまたはマスターズカードを提示してお受け取りください。
- (3) 各種目の男女すべての組の終了後、約30分後をめどにその種目の男女別、年齢区分別のランキングを公式掲示板に掲示します。
- (4) 日本記録・世界記録の公認には、FINA 承認水着の着用が必須です。世界記録を突破された場合、泳者の生年月日を証明する「パスポートのコピー」または「住民票のコピー（3か月以内のもの）」が必要になりますので準備してください。
- (5) 日本記録を樹立した選手およびチームには「日本新記録証」を、世界記録を突破した選手およびチームには「世界記録突破証」を授与します。

## 9. 申告

大会参加にあたって、以下の項目に該当する方は出場種目開始予定時間の1時間前までにチーム受付へ申告してください。審判長が確認のうえ、判断します。

「出場申告用紙」が必要な申告

- ① テープ等をされる方
  - ※ 競技規則上、テープ等は認められません。
  - ※ やむを得ず使用の承認を受ける必要のある方は使用状況を確認します。実際に泳ぐ際のテーピングを施した状態で確認を受けてください（指や関節を固定するテーピング、筋肉を補強するテープ等は基本的に許可できません）。
- ② 障がいの認定を受けている方で競技規則違反になる可能性のある方
  - ※ 申告内容を確認し、許可の判断を行います。なお、診断書や障害者手帳の提示を求める場合があります。
- ③ 出場に介助が必要な方
  - ※ チームから介助者を帯同してください。その際、介助者は招集席からスタート席まで付くことはできますが、スタートの介助はできません（一緒に水中に入ることは不可）。ゴール後は競技役員 の指示を優先し介助してください。
- ④ リレーの第2泳者以降が水中からスタートするチーム
  - ※ 世界記録に挑戦するチームの第2泳者以降が水中からスタートした場合、世界記録を突破しても世界記録の公認はされません。

#### 「世界記録申請用紙」が必要な申告

- ⑤ 世界記録に挑戦される方およびチーム
  - ※ リレー種目の第1泳者として挑戦される方も必ず申告してください。

#### <異議申し立てについて>

異議申し立て（抗議書の提出）は、チーム責任者が行ってください。

競技開始前にわかった事柄についてはその競技の出発合図の前までに、競技の失格内容や状況等に異議のあるときはそのレースの終了後30分以内に抗議書に内容を記載し、抗議料5,000円を添えて〇〇〇に提出してください。抗議書の内容を大会総務で裁定します。また、抗議内容が承認された場合は抗議料を返金しますが、抗議内容が却下された場合は抗議料を返金しません。

その他、違反内容の問合せについては選手本人からでも可能です。指定用紙に記入のうえ、〇〇〇にお申し出ください。

## 10. 施設使用上の注意

### <開場時の注意>

- (1) 選手および付添者の入退場は、2階入り口より行います。入場時に「IDカード」または「付添票」を提示してください。提示のない場合は入場できません。\*不足の付添票はチーム受付で発行します。
- (2) 開場時にチーム関係者が場所取りのために会場内を走るのは大変危険です。思わぬ転倒事故につながる恐れがありますので、絶対におやめください。
- (3) 観覧席は県別に選手控が決められていますので、早くから並ばなくても余裕があります。

### <施設使用上の注意>

- (1) 観覧席は、各チーム譲り合って利用してください。毛布・シート・荷物等による観覧席の場所取り（イスの確保）は禁止です。イスの上や横に「チーム名入りの紙」「小荷物」等を置いている場合は、場所取りと判断します。この場合は、会場係が注意しますので指示に従ってください。ポールによるのぼり旗（チーム旗）は禁止とします。会場内では、競技役員 の指示に従ってください。
- (2) 観覧席の最前列は転落防止のため使用禁止とします。最前列には入らないようお願いします。
- (3) 更衣は必ず更衣室を使用してください。また、プールサイド・更衣室以外を水着で通行することもご遠慮ください。
- (4) 館内で撮影を希望する場合は、撮影許可証が必要です。「撮影許可申請書の提出について」を確認のうえ、大会受付へお申し込みください。
- (5) 館内の通路は水にぬれると滑りやすくなります。十分注意してください。
- (6) マスターズスイマーとしてマナーを守り、館内をきれいに利用しましょう。ごみ等は、各自でお持ち帰りください。
- (7) 以下のことは禁止します。
  - ① 火気の使用
  - ② 喫煙（喫煙は指定場所のみ）
  - ③ 会場内外でのテープ類、くぎ、画びょう等の使用
  - ④ ビン類、カン類、アルコール類およびチューインガム等の会場内への持ち込み

## ⑤ 会場内電源の使用

### 11. 健康管理

- (1) 大会中の健康管理は本人の責任とし、ご自分の体調には十分留意してください。水分不足には十分注意し、こまめに水分補給をしてください。
- (2) 会場内で、体調不良や怪我をした場合は、医務室にて応急処置を行います。  
医務室・ドライランドブース・ドクター会議室は添付の「1階平面図」を参照してください。
- (3) 当日、ご自分の体調に不安を感じたら棄権してください。また、仲間の方も棄権を勧めてください。特にリレー種目では1人の選手が体調不良の場合、仲間が棄権を勧めることが大切です。
- (4) マスターズ水泳キーワード9の実践をお願いします。
- (5) 大会期間中、大会医務委員（医師・看護師）により出場停止の勧告がされた場合は、その指示に従ってください。

### 12. その他

- (1) お申し込み時および ID カードにご記入の大会当日緊急時の連絡先は、事故・怪我の発生など万一の際に実行委員会で使用します。これらの目的以外で使用することはありません。チーム責任者の方も以下のとおり、準備をお願いします。
  - ① 責任者が会場へ同行される場合  
出場者全員の緊急時の連絡先を把握し持参してください。
  - ② 責任者が会場へ同行されない場合  
大会当日、緊急時に選手のご家族等に連絡が取れるよう準備してください。※ 緊急時の連絡先とは、選手のご家族等に急を要する連絡の取れる電話番号です。
- (2) 大会会場内にて、主催者の許可なく営利活動や販促物の配布、集客活動等を行うことは禁止します。
- (3) 大会当日、社会情勢ならびに天変地異の不可抗力により中止になった場合は「参加章」「プログラム（申込分）」はチームへお渡ししますが、エントリー料は返金できません。
- (4) 個人情報ならびに肖像の取り扱いについて  
本大会に当たり取得した個人情報ならびに肖像の取り扱いについては以下のとおりです。
  - ① 個人情報
    - ・プログラム、ランキング作成を含む競技会運営に使用します。
    - ・競技結果としてホームページ等の媒体に掲載します。
  - ② 肖像
    - ・大会報告としてホームページ等の媒体に使用します。
    - ・マスターズ水泳の普及活動のために各種媒体に使用します。
    - ・大会主催者が定めた撮影者によって撮影されたすべての映像は本協会に帰属します。
- (5) 競技会において、参加選手または関係者等が私的に撮影した動画や画像を YouTube 等の WEB サイトやその他の公な場所に公開するためには、必ず各権利者の許諾を公開者が受けるようお願いいたします。また、会場 BGM をそのまま使用すると著作権の侵害となりますので注意してください。撮影許可は会場内での撮影を許可するものであり、これらの権利を許諾するものではありません。

#### 【長野会場からのお願い】

#### 【施設上の注意】

- 1 更衣室のロッカーは、1人1個に限り使用を認めます。ロッカーは1000円のリターン式になっております。ロッカーキーをなくされますと実費として5,000円が必要です。
- 2 観客席を含め館内は、土足禁止です。
- 3 会場内は全館禁煙です。喫煙は屋外の灰皿の置いてある場所で行ってください。
- 4 ゴミは必ず持ち帰ってください。施設のゴミ箱に入れないうご協力ください。  
\*施設側との借用条件になっていますので、必ず守ってください。
- 5 選手控え場所は観覧席（都道府県別指定）及び通路となります。通路・ロビー・観覧席で荷物を置いたり、テープを張ったり、シートやタオルを置いての場所取りは禁止します。  
\*観覧席最前列は危険防止のため使用禁止となっております。
- 6 「ガム禁止」プールサイドにはゴミ箱がありません。ガムを噛みながらのプールへの入場は絶対おやめください。
- 7 プール利用規定により必ずスイムキャップを着用してください。
- 8 メインプールの水深は1,7Mとなっています。（両サイドに40cmの赤台設置）

## 9 プールの上がり方

- ・ゴールタッチした選手は、タッチ板に触れないようにレーンロープにつかまり次の組がスタートした後に横から上がってください。
- ・25M種目は、次の組の泳者がゴールタッチするまでに上ってください。

## 10 更衣室・選手席

- ・更衣室は1階男女更衣室のみ使用できます。（サブプールの更衣室は使用できません）
- ・選手席は、別紙の通り県別に指定としました。譲り合ってご利用下さい。

### 【その他】

#### 1 貴重品の管理（重複・重要）

- ・朝1番のウォーミングアップ時には控え所にチームの誰かがいるようにしてください。
- ・貴重品は個人またはチームで管理してください。盗難等がありましても一切責任は負えませんので十分ご注意ください。

#### 2 リレーオーダー変更用紙はチーム受付に用意してあります。

#### 3 チームリーダーミーティングは9時20分からプールサイド招集所で行いますので、チーム責任者は必ず出席してください。参加選手には事前に競技上の注意事項、競技規則などはあらかじめご理解いただきますようご注意ください。

#### 4 忘れ物につきましては、2日間はお預かりいたしますが、それ以降は焼却処分させていただきますのでご了承ください。（問い合わせ先026-232-0888長野県水泳連盟事務局）

#### 5 入賞メダルを当日受け取れなかった方の中で希望者には着払いでお送りします。メダルの受渡しは当日限りですのでご了承ください。

#### 6 チーム受付にて本日のプログラムを1部1,500円でまた、「2018年度全国50傑ランキング」を1部3,000円で販売しております。

#### 7 日本水泳トレーナー会議様より、5名のトレーナーを派遣していただきました。身体のケアや相談等、お気軽にご利用下さい。

#### 8 大会当日、天変地異や天候条件等によりやむを得ず大会が中止となった場合は、「参加賞」「プログラム（申込分）」はチームへお渡ししますが、エントリー料は返金できません。

## マスターズ水泳キーワード9

マ マイペースゆうゆう大きなストローク  
ス 進んで受けようメディカルチェック  
タ タイムより楽しい水泳健康づくり  
| (ア)頭を使って泳ぎの工夫  
ズ ずっと前の若さと力あてにせず  
す 睡眠食欲体調チェック  
い いつも練習あってこそ楽しいレース  
え エイここで退く勇気が大人の水泳  
い いい笑顔気力も充実輝く高年

### 第2要項添付書類

- ・第2要項
- ・会場図
- ・チーム受付票
- ・IDカード
- ・付添票
- ・リレーオーダー変更用紙(リレー出場チームのみ)
- ・大会日程
- ・撮影許可シール申込書
- ・日本トレーナー会議案内パンフレット
- ・役員配置表(役員派遣チームのみ)

# 大会日程

- 開場・開門 8:50
- ウォーミングアップ
  - 8:50~9:20 A面(メイン)・B面(サブ)全レーン(右回り・飛込み禁止)
  - 9:20~9:45 A面全レーンで公式スタート練習、一方通行。
  - B面はアップ・ダウン用として(開会式を除く)終日開放いたします。
- チームリーダーミーティング 9:10
- 競技開始 10:00

No	性別	種目	組数	時刻	種目数
1	女子	200m 自由形	3組	10:00	24種目
2	男子	200m 自由形	3組	10:13	24種目
3	女子	50m バタフライ	3組	10:24	18種目
4	男子	50m バタフライ	3組	10:29	23種目
5	女子	50m 背泳ぎ	4組	10:33	27種目
6	男子	50m 背泳ぎ	3組	10:44	24種目
7	女子	50m 平泳ぎ	5組	10:51	34種目
8	男子	50m 平泳ぎ	6組	11:00	47種目
9	女子	50m 自由形	6組	11:09	48種目
10	男子	50m 自由形	8組	11:18	61種目
11	女子	4×25m フリーリレー	2組	11:29	9種目
12	男子	4×25m フリーリレー	1組	11:36	7種目
13	女子	4×200m フリーリレー	1組	11:39	2種目
14	男子	4×200m フリーリレー	1組	11:57	5種目
表					
15	女子	25m バタフライ	4組	12:16	29種目
16	男子	25m バタフライ	5組	12:21	35種目
17	女子	25m 背泳ぎ	4組	12:26	31種目
18	男子	25m 背泳ぎ	3組	12:34	20種目
19	女子	25m 平泳ぎ	3組	12:40	19種目
20	男子	25m 平泳ぎ	4組	12:43	30種目
21	女子	25m 自由形	6組	12:48	44種目
22	男子	25m 自由形	5組	12:55	40種目
23	混合	4×25m メドレーリレー	2組	13:00	16種目
24	女子	4×25m メドレーリレー	1組	13:08	7種目
25	男子	4×25m メドレーリレー	2組	13:12	10種目
26	女子	100m バタフライ	1組	13:20	5種目
27	男子	100m バタフライ	2組	13:23	13種目
28	女子	100m 背泳ぎ	2組	13:29	11種目
29	男子	100m 背泳ぎ	2組	13:36	11種目
30	女子	100m 平泳ぎ	2組	13:43	16種目
31	男子	100m 平泳ぎ	4組	13:48	29種目
32	女子	100m 自由形	3組	13:58	23種目
33	男子	100m 自由形	4組	14:06	30種目
34	女子	100m 個人メドレー	4組	14:14	26種目
35	男子	100m 個人メドレー	5組	14:27	35種目
36	混合	4×25m フリーリレー	2組	14:39	12種目

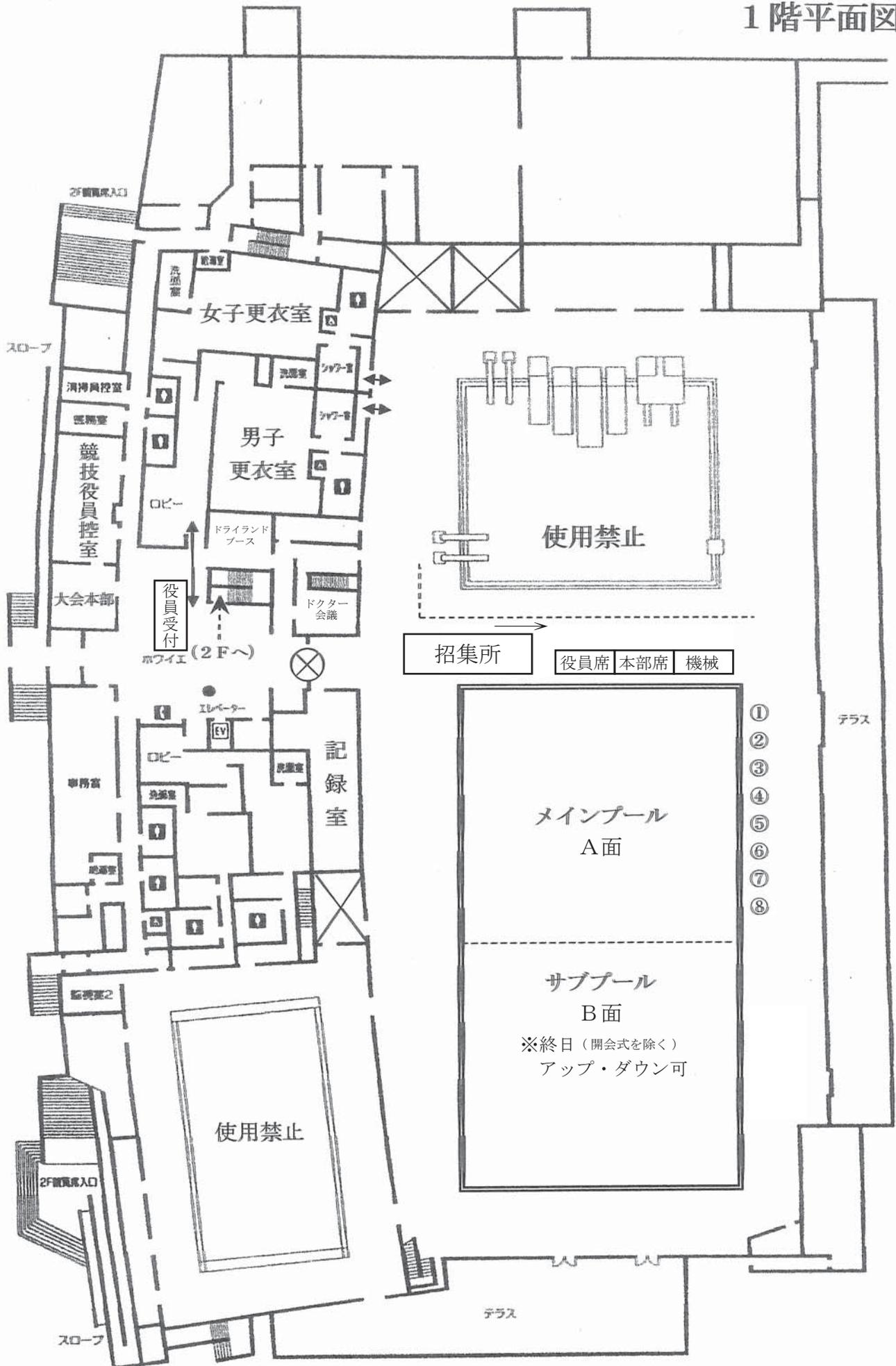
表 彰  
競技終了予定 14:54

## ◆リレーオーダー変更締切時刻◆

- 女子・男子 4×25m フリーリレー 10:00
- 女子・男子 4×200m フリーリレー 10:00
- 混合 4×25m メドレーリレー 11:30
- 女子・男子 4×25m メドレーリレー 11:30
- 混合 4×25m フリーリレー 13:00

※リレーオーダーに変更がある場合は、インフォメーションデスクにあります変更用紙を提出してください。変更は1度のみ、また年齢区分の変更はできません。

# 1階平面図



## 2階平面図

