

## 《 愛知会場／東京会場 》

# 2015年度日本マスターズ水泳長距離大会のご案内

本年度の2015年度日本マスターズ水泳長距離大会は、参加者数834名（愛知会場228名、東京会場606名）になりました。多数のお申し込みありがとうございました。

本大会の全競技を円滑に終了するためには、参加者の皆様のご協力が不可欠です。

つきましては、参加者一人一人の皆様に、下記の事項についての周知徹底をよろしく申し上げます。

1. 大会会場	2
2. 大会日程／競技スケジュール	3
3. IDカード・帯同計時票／受付／出場確認	5
4. 競技方法	6
5. 招 集	6
6. スタート／プールからの退水方法	7
7. リレー種目	7
8. 帯同計時	8
9. 表彰／記録	8
10. 申告が必要な方	9
11. 施設使用上の注意	10
12. 健康管理	10
13. その他	11
＊ レース前の安全確認	
＊ リレーオーダー変更届	
＊ 個人申込書（当日提出用）	
＊ 出場申告用紙	

# 1. 大会会場

< 愛知会場 > 11月1日(日)

「名古屋外国語大学・名古屋学芸大学口論義運動公園屋内温水プール」

(公認50m×8レーン)

愛知県日進市北新町西口論義323-8

## 交通機関

- 地下鉄東山線「藤が丘駅」から、リニモ「長久手古戦場駅」下車 3番出口 徒歩8分



< 東京会場 > 11月7日(土)・8日(日)

「町田市立室内プール」 (公認50m×8レーン)

東京都町田市関師町199-1

## 交通機関

- 小田急線/JR横浜線「町田駅」からバス20~30分  
町田バスセンター 11番のりば  
「室内プール経由野津田車庫行」または「室内プール行」 「室内プール」下車
- JR横浜線「淵野辺駅」からタクシー約10~15分



## 2. 大会日程／競技スケジュール

愛知会場		
11月1日(日)		
開	場	8:30
メインプールアップ		8:35 ~ 9:30
サブプールアップ		8:35 ~ 競技終了
公式スタート練習		9:00 ~ 9:30
競技開始		9:45
競技終了		16:06
メダル受け渡し終了時間		16:25
閉	館	16:35
No	種目	予定時間
1	女子 1500m自由形	
	1・2組	9:45
	3・4組	10:21
	5・6組	10:51
2	男子4×100mフリーリレー	
	1組	11:18
3	女子4×100mフリーリレー	
	1組	11:24
4	男子 1500m自由形	
	1・2組	11:32
	3・4組	12:08
	5・6組	12:36
	7・8組	13:03
5	混合4×100mメドレーリレー	
	1組	13:27
6	女子 800m自由形	
	1・2組	13:35
	3・4組	14:01
7	男子 800m自由形	
	1・2組	14:17
	3・4組	14:36
	5・6組	14:51
8	混合4×200mフリーリレー	
	1組	15:05
9	女子 400m個人メドレー	
	1組	15:21
10	男子 400m個人メドレー	
	1組	15:32
	2組	15:43
	3組	15:52
	4組	16:00
	競技終了予定	16:06

※ ウォーミングアップ時のメインプールのA側（更衣室出口右側）1・2レーンはスタート専用レーンとします。

※ サブプールでは飛び込み練習はできません。

※ 公式スタート練習は、メインプールの1・2レーンで行います。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。

## 東京会場

11月7日(土)

11月8日(日)

開	場	8:30
メインプールアップ	8:35 ~ 9:30	
サブプールアップ	8:35 ~ 競技終了	
公式スタート練習	9:00 ~ 9:30	
競技開始	9:45	
競技終了	19:03	
メダル受け渡し終了時間	19:25	
閉	館	19:35

開	場	8:30
メインプールアップ	8:35 ~ 9:30	
サブプールアップ	8:35 ~ 競技終了	
公式スタート練習	9:00 ~ 9:30	
競技開始	9:45	
競技終了	16:11	
メダル受け渡し終了時間	16:30	
閉	館	16:40

No	種目	予定時間	No	種目	予定時間
1	女子 1500m自由形		5	女子 800m自由形	
	1・2組	9:45		1・2組	9:45
	3・4組	10:31		3・4組	10:10
	5・6組	11:05		5・6組	10:29
	7・8組	11:36		7・8組	10:47
	9・10組	12:06		9・10組	11:04
2	男子4×200mフリーリレー			11・12組	11:21
	1組	12:34		13・14組	11:36
3	女子4×200mフリーリレー		6	男子4×100mメドレーリレー	
	1組	12:54		1組	11:51
4	男子 1500m自由形		7	女子4×100mメドレーリレー	
	1・2組	13:13		1組	12:00
	3・4組	13:54	8	男子 800m自由形	
	5・6組	14:25		1・2組	12:12
	7・8組	14:55		3・4組	12:31
	9・10組	15:30		5・6組	12:48
	11・12組	16:02		7・8組	13:03
	13・14組	16:30		9・10組	13:18
	15・16組	16:55		11・12組	13:32
	17・18組	17:27		13・14組	13:45
	19・20組	17:55	9	混合4×100mフリーリレー	
	21・22組	18:20		1組	13:58
	23・24組	18:43	10	女子 400m個人メドレー	
	競技終了予定	19:03		1組	14:06
				2組	14:21
				3組	14:32
				4組	14:42
				5組	14:52
				6組	15:01
			11	男子 400m個人メドレー	
				1組	15:10
				2組	15:22
				3組	15:32
				4組	15:41
				5組	15:49
				6組	15:58
				7組	16:06
				競技終了予定	16:11

※ ウォーミングアップ時のメインプールのA側(サブプール側)1・2レーンはスタート専用レーンとします。

※ サブプールでは飛び込み練習はできません。

※ 公式スタート練習は、メインプールの1・2レーンで行います。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。

### 3. IDカード・帯同計時票／受付／出場確認

#### < IDカード・帯同計時票 >

- (1) 参加選手は、2次要項と一緒に届くIDカードと帯同計時票を必ず受け取ってください。  
IDカードは、2015年度日本マスターズ水泳長距離大会の参加選手であることを証明する大切なものです。出場確認、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、首から下げるなど会場で見える位置に必ず携帯してください。  
帯同計時票は、帯同計時を行う種目・組・レーンが記載されており、招集時に必要となります。
- (2) IDカードには以下の項目があり、1つでも未貼付・未記入があると参加できません。
  - ・ 顔写真（表面）：選手の顔が判別できる写真（3cm×4cm）を必ず貼付してください。
  - ・ 誓約書（表面）：誓約項目を確認のうえ、署名をしてください。
  - ・ 大会当日緊急時の連絡先（裏面）：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」「顔写真」を紛失および忘れた場合は受付にて再発行してください。再発行料として各500円が必要です。

#### < 受付 >

本大会は「チーム受付票」はありません。

参加賞・プログラム（予約分）は下記の手順に従い、大会期間中に引き換えてください。

**\* 参加賞**

同封の「参加賞引換券」を代表者1名が受付に提出し、参加人数分と引き換えてください。

**\* プログラム（予約分）**

同封の「プログラム引換券」を受付に提出し、予約数分と引き換えてください。「プログラム引換券」は予約冊数分の枚数が同封されていますので、注文者本人（または、代表者一名がまとめて）が受付に提出してください。

プログラムに記載されている氏名・種目等を必ず確認してください。プログラムの印刷ミスがあった場合は、チーム責任者が所定用紙に記入のうえ、該当競技の開始2時間前までに、インフォメーションデスクに提出してください。

※ 所定用紙はインフォメーションデスクにあります。

#### < 出場確認 >

ご自分の出場する競技の開始予定時間1時間前までにインフォメーションデスクで出場確認を行ってください。出場確認は、IDカードに印刷されているQRコードをインフォメーションデスクに設置の機械にかざします。

なお、リレー種目の場合は同封の「リレーエントリー確認票」に印刷されているQRコードで出場確認を行ってください。

出場確認を行わない場合は棄権の扱いとなり、プログラムに名前が記載されていても出場できません。

## 4. 競技方法

- (1) デッキシーディング（出場確認者のみによる当日組み分け）は行わず、事前に泳ぐ組・レーンを決定しています。
- (2) 800m・1500m自由形は、同一レーンで2名が泳ぎます。奇数組はA側、偶数組はB側よりスタートし、スタートした側から見たレーンの右半分を使います。



- (3) 同一レーンで2名が泳ぐため、お互いルールを守って泳いでください。レーンの中央線を越え他の泳者の進路妨害をした場合は、インターフェア行為と見なされ失格となります。なお、進路妨害のあった場合の再レースは、原則行いません。
- (4) 400m個人メドレーおよびリレー種目はすべての組がA側からスタートします。
- (5) 競技時間はあくまで予定であり、競技の進行状況により前後します。受付前のスクリーンに招集状況を表示しているのので、確認し、遅れることのないよう招集所へお越しください。スタートリスト・競技予定時間は、日本マスターズ水泳協会ホームページからも確認できます。

## 5. 招 集

- (1) 招集所は、A側の1か所です。  
※ A側 愛知会場：更衣室出口右側  
東京会場：サブプール側
- (2) 招集では、競技における注意事項の説明がありますので、必ず聞いてください。
- (3) 招集所では、IDカードを提示してください。リレー種目は、IDカードと「リレーエントリー確認票」を持参のうえ、4名揃って集合してください。  
※ IDカードの誓約書欄に署名のないもの、写真の貼付がないものは無効です。
- (4) 800m・1500m自由形は、同一レーンを2名で泳ぐため、奇数組と偶数組を同時に行います。このため、出場する種目・組により招集時間が変則になりますので注意してください。  
※ 800m・1500m自由形は1レース前（前奇数組と前偶数組）が開始する前までに招集所へ集合してください。  
例 11組または12組に出場の場合、9・10組が開始する前までに集合。  
※ 400m個人メドレーは2レース前が開始する前までに招集所へ集合してください。  
例 7組に出場の場合、5組が開始する前までに集合。
- (5) 招集受付を済ませないといかなる理由であれ棄権となり出場ができません。
- (6) 帯同計時にあたられている方も選手と同じ時間に招集を受ける必要がありますので、必ず集合してください。

## 6. スタート／プールからの退水方法

### < スタート >

- (1) 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勧めします。
- (2) 招集員の指示でレーンに入ったら、ご自分のレーンを確認してください。
- (3) 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 >

競技役員の指示に従い、プールサイドへ移動し退水してください。その際、他のレーン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（競技当日締切時間内に1回のみ）は、「リレーエントリー確認票」と必要事項を記入した「リレーオーダー変更届」を、締切時間までにインフォメーションデスクへ提出してください。  
 ※ 種目、年齢区分の変更はできません。  
 ※ 大会出場登録を行っていない方がリレーメンバーになる場合は、登録者シールを貼付した「個人申込書」に大会出場登録費1,000円を添えて、提出してください。
- (2) 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、インフォメーションデスクにて指定の申告用紙で申告または招集所で役員へ申し出てください。申告がなく水中からスタートした場合は、記録が公認にならない場合があります。  
 ※ 第2泳者以降が水中からスタートを行うことを認めているのは、国内ルールです。世界記録の突破を目指しているチームの第2泳者以降は、台上またはプールデッキからスタートを行ってください。
- (3) 「リレーエントリー確認票」を紛失および忘れた場合は、インフォメーションデスクにて再発行してください。再発行料として500円必要です。
- (4) リレーオーダー変更届提出締切時間

		種 目			締切時間
愛知会場	11/1(日)	No.2	男子	4×100mフリーリレー	10:00
		No.3	女子	4×100mフリーリレー	10:00
		No.5	混合	4×100mメドレーリレー	12:30
		No.8	混合	4×200mフリーリレー	14:00
東京会場	11/7(土)	No.2	男子	4×200mフリーリレー	11:30
		No.3	女子	4×200mフリーリレー	12:00
	11/8(日)	No.6	男子	4×100mメドレーリレー	10:45
		No.7	女子	4×100mメドレーリレー	11:00
		No.9	混合	4×100mフリーリレー	13:00

## 8. 帯同計時

- (1) 帯同計時は基本的に泳者本人（リレーチームの場合はどなたか1名）が他泳者の計測を行うこととします。**帯同計時を行わない場合は、本大会の記録は公認せず、順位にも組み入れません。**ただし、以下の点が認められています。
- ① 泳者の代わりの方が帯同計時を行う  
他泳者の計時を、泳者本人に代わり代理の方が行うことができます。代理の方に「帯同計時票」をお渡しください。
  - ② 泳者が自分の帯同計時を伴う  
招集時に申し出ることで、本来の帯同計時員と交代することができます。泳者と一緒に招集所へ集合してください。その際、本来の帯同計時員は招集員の指示に従ってください。
- (2) 同封の「帯同計時票」に、計時を行う種目・組・レーンが記載されています。指定された種目・組・レーンの招集時間に帯同計時票を持参し、招集所へ集合してください。帯同計時票は招集所で回収します。
- (3) 8：45～9：00に招集所にて計時方法講習を行います（東京会場は2日間実施）。計時に不慣れな方・不安がある方はぜひご参加ください。

## 9. 表彰／記録

- (1) 出場選手全員に100mごとの途中時間が記載された公認記録証および参加賞を授与します。公認記録証は、レース終了後に受付で渡しますので、レース終了後IDカードを提示し、受け取ってください。  
※ 途中時間はあくまで参考記録であり、公認記録ではありません。  
※ IDカードがない場合は授与できませんので、必ずIDカードを提示してください。
- (2) 各種目の年齢区分ごとに、**個人種目上位3位まで、リレー種目は上位1位**にメダルを授与します。**入賞された方は、メダル引換証を発行のうえ、受領サインをして受け取ってください。メダルの受け渡し時間は各日とも、その日の競技終了20分後までとします。**
- (3) 各種目の男女すべての組の競技終了後、約1時間後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。なお、本協会ホームページにも各種目の男女すべての組の終了後、その種目のランキングを掲載します。
- (4) 競技結果（レースタイム）が各々の参加標準記録を超過した場合は、表彰対象とはせず、メダルの授与は行いません（記録は公認）。また、エントリータイムと競技結果の差が、以下の基準を超えた場合も表彰対象とはなりません（記録は公認）。その差が基準の2倍以上の場合は、インターフェア行為で失格となり、記録も公認されません。
- |                     |   |            |         |
|---------------------|---|------------|---------|
| （基準）エントリータイムと競技結果の差 | ： | 1500m自由形   | 4分00秒00 |
|                     |   | 800m自由形    | 3分00秒00 |
|                     |   | 400m個人メドレー | 2分00秒00 |
- (5) マスターズ水泳日本記録を突破した選手およびリレーチームには「日本新記録樹立証」を、国際水泳連盟（F I N A）認定のマスターズ水泳世界記録を突破した選手およびリレーチームには「世界記録突破証」を表彰式にて授与します。競技役員の指示に従ってください。



## 10. 申告が必要な方

大会参加にあたって、以下の項目に該当する方は「出場申告用紙」にて出場種目開始予定時間1時間前までに指定場所への申告が必要です。

### ① 世界記録に挑戦する方（申告場所：インフォメーションデスク）

※ 世界記録に挑戦する方は、下記く世界記録の申請および日本記録・世界記録該当者の着用水着について>を確認してください。「出場申告用紙」は不要です。

### ② テープ等をされる方（申告場所：インフォメーションデスク）

※ 本来テープ等は認められませんが、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、筋肉を補強するキネシオテープ等、申告を行っても許可できない場合がありますので注意してください。

### ③ 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がある方（申告場所：インフォメーションデスク）

※ エントリー時に申告している方は、再度申告の必要はありません。

### ④ 出場に介助が必要な方（申告場所：インフォメーションデスク）

※ 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せんが、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）。ゴール後は役員の指示を優先し、介助してください。

### ⑤ リレーの第2泳者が水中からスタートするチーム（申告場所：インフォメーションデスクまたは招集時に招集所）

※ 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。詳細は、P7「7. リレー種目（2）」を確認してください。

## < 世界記録の申請および日本記録・世界記録該当者の着用水着について >

世界記録の突破が予想される選手およびチームは、出場するレースの1時間前までに規定用紙に必要事項を記入のうえ、インフォメーションデスクに必ず申告してください。また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ヶ月以内のもの）」が必要となりますので準備してください。

世界記録突破者は、競技終了後、水着着用の写真を撮影します。

FINA承認水着を着用していない選手の記録は新記録としては認められません。

水着についての詳細は、日本マスターズ水泳協会ホームページをご覧ください。

## < 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時は、そのレース終了後30分以内に抗議書に内容を記入し、**抗議料5,000円**を添えて大会本部に提出してください。抗議書の内容を大会総務で検討し裁定します。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。規定用紙に記入のうえ、インフォメーションデスクにお申し出ください。

## 1 1. 施設使用上の注意

- (1) 貴重品は各自で管理してください。盗難等については、一切責任は負えません。
- (2) 大会受付より先、更衣室入口周辺からプールサイドは履物禁止です。
- (3) プールサイドおよびロッカールームへの飲食物・ビン類の持ち込みは禁止です。
- (4) 喫煙は指定場所のみで可能です。
- (5) プールサイドは水に濡れると滑りやすくなります。注意してください。
- (6) ゴミは各自でお持ち帰りください。近隣やバス停のゴミ箱に捨てないでください。
- (7) アリーナ内での写真撮影は禁止です（報道関係は除く）。

## 1 2. 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。
- (2) 会場内でケガや体調が悪くなった場合は、医務室にて応急処置は行いますが、その後の処置は参加者側で行ってください。  
愛知会場 医務室：B側スタートサイド本部席側、救護席：本部席横  
東京会場 医務室：本部席後ろ、救護席：本部席横
- (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) 本大会は長距離種目かつ長水路プールでの競技のため、体調不良や練習不足が思わぬ事故を招く場合がありますので、十分に注意してください。
- (5) 別紙「レース前の安全確認」は必ず選手全員が確認してください。
- (6) マスターズ水泳キーワード9の実践をお願いします。
- (7) 大会期間中、大会医務委員により出場停止が勧告された場合は、その指示に従ってください。

### 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

公益財団法人 日本水泳連盟医事委員会  
日本水泳ドクター会議  
一般社団法人 日本マスターズ水泳協会

### 13. その他

- (1) 大会期間中は忘れ物のないように注意してください。忘れ物は、大会期間中は受付にて保管していますが、**大会終了後1週間で廃棄処分します。**
- (2) 申し込み時およびIDカードに記入の大会当日緊急時の連絡先については、事故・怪我の発生など万が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下記のとおり、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、緊急時の連絡先について確認の連絡をした際にすぐに伝えら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。
- (3) 私的営利活動の禁止  
大会会場内にて、主催者の許可なく営利活動や販促物等の配布、集客活動等を行うことは禁止します。
- (4) 不可抗力による中止の際の対応  
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、「参加賞（メッシュキャップ）」「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。
- (5) 個人情報ならびに肖像の取り扱いについて  
本大会にあ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、マスターズニュース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、マスターズニュース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以後各種媒体に使用します。
- (6) 会場内での撮影について  
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。  
なお、撮影許可証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。

<大会期間中の問い合わせ先>

**080-7943-4321**（受付時間：各日とも開場時間～閉館時間）

※ 大会期間中（11月1日／11月7・8日）のみ有効な電話番号です。

※ 大会開催前・終了後は日本マスターズ水泳協会（03-3512-8221）まで。

※ 本大会について大会会場へ問い合わせを行うことはご遠慮ください。

## 参加者の皆様へ必ずご連絡ください

(公財) 日本水泳連盟医事委員会  
日本水泳ドクター会議  
(一社) 日本マスターズ水泳協会

## レース前の安全確認

いよいよ大会が開催されますが、この大会をより楽しく、思い出に残るよう、皆様方の体調が十分な状態で出場していただきたいものです。

健康な方でも、体調は日によって違うものです。睡眠不足、二日酔い、風邪ひきなどがあるとなおさら。泳ぐ前には体の調子を自分で確かめましょう。

<大会までの体調は大丈夫ですか？>

1. 定期的な練習を必ずしましょう。練習をせずにいきなり大会に出場すると思わぬ事故が待っています。日頃の練習あってこそ楽しいレースができます。
2. 特に風邪、睡眠不足、二日酔い、疲労には気を付けて規則正しい生活を心掛けてください。

<レース前に守っていただきたいこと！>

1. アルコールは禁物。飲み過ぎると血液の濃度が濃くなり、普段よりレース中の心拍数と血圧が上がり、時には障害や事故が起こります。
2. 睡眠不足も同じこと。まずはベストの体調で出場してこそ、楽しくそしてベストタイムにつながります。

<レース当日の体調確認>

1. 準備体操・ウォーミングアップは、十分に。
2. タイム・順位にこだわらず、マイペースで無理せず泳ぎましょう。
3. 体調が悪いときは「エイここで」と、退く勇気を持ちましょう。
4. レースが終わった後も、必ずクーリングダウン。水に身体を浮かせ、ゆっくり泳ぎましょう。
5. 水分不足に注意。長い時間屋内プールにいと、結構汗をかいているものです。こまめに水分をとりましょう。

<こんなときは要注意！>

- ◎ 呼吸が苦しい、胸が苦しい・痛い、疲労感（身体がだるい）、めまい・吐き気、筋肉・関節の痛み等があるときは、無理せずレース前に必ず医務室でドクターに相談してください。

医務室は、(愛知会場) B側スタートサイド本部席側

(東京会場) 本部席後ろ

にあります。

## 撮影許可申請書の提出について

近年、各大会におきまして選手を不当な目的で盗撮する事件が頻繁におきています。特に最近はマスコミでも報道されているように赤外線カメラを使用するなど手口も巧妙かつ悪質となっているケースが多くみられます。こうした不祥事を防止するために、本大会におきましては撮影許可の申請を行わない者はビデオ、カメラ、携帯電話等での撮影を禁止することにしました。

つきましては貴チームの関係者で、本来の目的による撮影を希望する方は、下記をお読みのうえ、撮影許可申請書に必要事項を記入し、受付に提出してください。

### 記

- ・ 本来の目的による撮影以外には発行することはできない。
- ・ 撮影許可を証明するゼッケンを着用して撮影することを条件とする。
- ・ 撮影許可申請書と引き換えに許可を証明するゼッケンを貸し出す。
- ・ 撮影許可申請書は、大会実行委員会発行のものを各チームでコピーして使用すること。
- ・ 各チームで撮影許可申請書発行簿を作成し、申請状況を把握すること。(書式は各チームによる)
- ・ 撮影許可申請書を提出した場合であっても、アリーナ内での撮影は禁止する。  
また、赤外線フィルター・赤外線装置を使用しての撮影は禁止する。なお、機材や映像の点検をさせていただきますことを撮影許可の条件とする。
- ・ ゼッケンは受付に大会終了までに返却すること。
- ・ 返却の際、返却確認書を受け取り、大会終了後1ヶ月の間保管すること。
- ・ 返却なき場合、紛失・破損・汚損等の場合は、実費として2,000円を徴収する。
- ・ ゼッケンの申請者以外への貸し借りは固く禁止する。必ず申請者本人が返却すること。
- ・ 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必要がある。また、会場BGMをそのまま使用すると著作権侵害となるので注意すること。

以上

きりとり

<2015年度日本マスターズ水泳長距離大会>

No. \_\_\_\_\_

### 撮影許可申請書

使用日：2015年11月 日

氏 名			
	関係	コーチ・選手・家族・親戚・その他( )	
チームNo	—	チーム名	
住 所			
電 話 番 号			
機 種	ビデオ・カメラ・携帯電話	機 種 名	

使用後は、大会終了日までに必ず返却します。

責任者署名

印

\*コピーして使用してください\*