

## 日本マスターズ水泳短水路大会（江東会場）開催のご案内

拝啓 貴チームにおかれましては益々ご健勝のこととお慶び申し上げます。

さて、本年も東京2020オリンピック・パラリンピック競技会の水泳競技メイン会場として使用された、「東京アクアティクスセンター」での開催となります。多数のお申し込みありがとうございます。

本競技会では、皆様が安心して泳げる環境を作ることに全力で取り組みますが、参加者の皆様のご協力が不可欠であり、これまで以上にルールの理解とマナーの厳守が求められる競技会となります。今後のマスターズ水泳大会の開催を継続していくためにも、本案内の内容を十分ご理解いただき、本競技会運営にご協力いただきますようお願い申し上げます。

敬具

- 【会 場】 東京アクアティクスセンター <短水路 10レーン>  
 東京都江東区辰巳2-2-1 J R京葉線「潮見駅」より徒歩15分  
 りんかい線・J R京葉線「新木場駅」より徒歩20分  
 東京メトロ有楽町線「辰巳駅」より徒歩10分

- 【開催日程】 2026年 4月 4日（土）、5日（日） 2日間

開 場	8 : 3 0
ウォーミングアップ（メインプール）	8 : 3 5 ~ 9 : 4 5
（アッププール）	8 : 3 5 ~ 競技終了まで
スタート練習（A面全レーン）	9 : 3 0 ~ 9 : 4 5
競技開始	1 0 : 0 0

- ◆ 会場入口へは、2階エントランス西口出入口から観覧席への入場となります。
- ◆ 更衣室へは2階から階下へ降りて、1階エントランスからの出入りとなります。
- ◆ アリーナ内は土足禁止です。素足でのご利用となります。
- ◆ 本大会はADカードを使用いたします。

- 【競技時間】 ※開会式・閉会式は行いません。

1日目 4月 4日（土）			2日目 4月 5日（日）		
No	競 技 種 目	予定時間	No	競 技 種 目	予定時間
1	女子 100m 個人メドレー	10 : 00	18	女子 50m 背泳ぎ	10 : 00
2	男子 100m 個人メドレー	10 : 42	19	男子 50m 背泳ぎ	10 : 22
3	女子 50m 自由形	11 : 28	20	女子 50m バタフライ	10 : 37
4	男子 50m 自由形	12 : 07	21	男子 50m バタフライ	10 : 57
5	女子 50m 平泳ぎ	12 : 46	休憩 5分		
6	男子 50m 平泳ぎ	13 : 13	22	女子 4×50m メドレーリレー	11 : 28
休憩 5分			23	男子 4×50m メドレーリレー	11 : 42
7	混合 4×50m フリーリレー	13 : 44	24	女子 25m 自由形	11 : 57
8	女子 25m 背泳ぎ	13 : 59	25	男子 25m 自由形	12 : 18
9	男子 25m 背泳ぎ	14 : 13	26	女子 25m 平泳ぎ	12 : 35
10	女子 25m バタフライ	14 : 23	27	男子 25m 平泳ぎ	12 : 50
11	男子 25m バタフライ	14 : 37	休憩 5分		
休憩 5分			28	混合 4×50m メドレーリレー	13 : 06
12	女子 4×50m フリーリレー	14 : 52	29	女子 100m 自由形	13 : 21
13	男子 4×50m フリーリレー	15 : 04	30	男子 100m 自由形	14 : 04
14	女子 100m 背泳ぎ	15 : 17	31	女子 100m 平泳ぎ	14 : 55
15	男子 100m 背泳ぎ	15 : 42	32	男子 100m 平泳ぎ	15 : 21
16	女子 100m バタフライ	15 : 55	競技終了予定 15 : 53		
17	男子 100m バタフライ	16 : 13			
競技終了予定 16 : 29					

※ 上記時間はあくまでも予定時間であり、実際の進行状況に応じて変わります。

※ チーム受付表を当日インフォメーションデスクへご提出ください。

リレーオーダー変更届 提出締切時間								
1日目 4月 4日(土)				2日目 4月 5日(日)				
No	競技種目		締切時間	No	競技種目		締切時間	
7	混合	4×50m	フリーリレー	11	30	22	女子 4×50m メドレーリレー	10:00
12	女子	4×50m	フリーリレー	12	45	23	男子 4×50m メドレーリレー	10:00
13	男子	4×50m	フリーリレー	12	45	28	混合 4×50m メドレーリレー	11:00

### 【入退館について】

1. 入口にてADカードチェックを行います。  
入退場は2階エントランス西口出入口からとなります。(東側出入口は使用いたしません)

**※ 来場時間に制限はありません。**

2. 以下の事項に該当する方は、競技出場を見合わせてください。
  - ① 以下の事項に該当する方は入館及び競技出場ができません。
    - ◇ 発熱、咳(せき)、のどの痛みなどの風邪の症状がある。
    - ◇ だるさ(倦怠感)や息苦しさ(呼吸困難)、疲れやすい等の症状がある。
  - ② ADカードの提示がない方。

### 【ADカード】

1. 参加選手は各チームへ送付するADカードを必ずお受け取りください。チーム責任者は必ず各選手にお渡しください。
2. 入場、招集の際に必要です。必ず持参し首から下げるなど見える位置に携帯してください。
3. ADカードを紛失または忘れた場合は大会受付にて再発行を依頼してください。  
再発行料として500円必要となります。
4. 各チームへ「チーム責任者票」を1枚送付しています。会場への来場、抗議の提出は責任者票をお持ちの方に限ります。なお、「チーム責任者票」の再発行は行えませんので紛失等ご注意ください。
5. ご家族等の応援者の方は、当日ADカードを別途発行いたします。発行料は無料です。

### 【選手控え場所】

1. 選手およびチーム責任者の控え場所および観覧については、東側観覧席2階及び3階のみとなります。各チーム譲り合ってご利用ください。西側観覧席は使用いたしません。
2. 毛布・シート・カード等による場所取りはできません。また館内すべて敷物は禁止となります。

### 【競技上の注意】

1. 競技は、一般社団法人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. 年齢は、暦年齢(2026年12月31日現在の満年齢)とします。
3. 競技はすべて男女別、年齢区分別のタイムレース決勝とします。
4. 競技はエントリーに従い、男女別・年齢区分別に組み分けを行い高年齢から低年齢へ、遅い組から速い組への順で行います。但し、競技進行上の理由により一部複数の年齢区分で組分けを行う組もあります。
5. チーム受付は、各チームの代表者が行ってください。その際、同封の「チーム受付表」を提出してください。参加賞をお渡しします。競技終了までの時間に1階インフォメーションデスクまでお越しください。
6. <スタートについて>
  - (1)背泳ぎ及びリレー以外の種目についてはオーバー・ザ・トップ方式で行います。必ず競技役員の指示に従ってください。
  - (2)マスターズ水泳では背泳ぎ以外の種目は、①スタート台上、②プールデッキ、③水中から、スタートすることができます。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、安全上の理由により、プールデッキや水中からのスタートをお勧めいたします。

## 7. <プールからの退水方法>

- (1)個人種目の場合、ゴールタッチした選手は競技役員の指示に従って、他の選手の妨げにならないよう注意してプールから上がってください。
- (2)25m種目は、次の泳者がゴールタッチするまでに、速やかに上がってください。
- (3)25m以外の種目は、ゴールタッチした選手はレーンロープにつかまり、次の組がスタートした後にプールから上がってください。(背泳ぎ及びリレーを除く)
- (4)退水後は、荷物を取り速やかに移動してください。その際、荷物の取り間違いが無いようご注意ください。

### 【招集】

1. 招集員に組・レーン・名前を自己申告し招集受付をしてください。この際に選手確認のためADカードを提示してください。
2. 50m・100m種目の招集は自分の出場する5レース前、25m種目は8レース前までに、メインプール東側第1招集所へ自己申告しチェックを受けてください。選手は、競技進行がわかる場所で、競技状況を確認の上、招集に遅れないようご注意ください。遅れると棄権扱いとなります。
3. アリーナ内へは1階エントランスより更衣室を通るようにしてください。

### 【リレー種目】

1. リレーオーダーを変更するチームは、競技当日にチーム責任者またはリレーチームの代表者が、締切時間(P2参照)までにインフォメーションデスクへ「リレーオーダー変更届」をご提出ください。  
※ 変更は競技当日に限り締切時間内に1回のみとなります。締切後の変更は認められません。  
※ 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。
2. 招集所へは、ADカードをお持ちの上4名揃ってご集合ください。4名揃わないと招集を受けることができません。
3. 第2泳者以降が水中からのスタートを希望するチームは、P4「申告」に従いインフォメーションデスクへご申告ください。

### 【表彰・記録】

1. 出場選手全員に参加賞をお渡しします。
2. 個人種目の男女別・種目別・年齢区分別の各上位1～8位まで賞状を授与します。  
リレー種目は、男女別・種目別・年齢区分別の各上位1～3位に賞状を授与します。  
賞状は、1階インフォメーションデスクにてお渡しいたします。ADカードをご提示の上、当日中にお受け取りください。後日郵送はいたしません。
3. 公認された記録は、日本マスターズ水泳協会のホームページより会員ログインし、チーム責任者または選手本人が公認記録証を出力してください。
4. マスターズ日本記録を突破した選手に日本新記録証を授与します。
5. マスターズ世界記録を突破した選手に世界新記録証を授与します。
6. 日本記録・世界記録の公認には、世界水泳連盟承認水着の着用が必要です。また、以下の書類のコピーが必要になりますのでご用意ください。(水着の規定は日本マスターズ水泳協会のホームページでご確認ください)  
\*世界記録：パスポート、住民票(3カ月以内のもの)  
\*日本記録：パスポート、住民票(3カ月以内のもの)、運転免許証、マイナンバーカード

## 【 申告・異議申し立て 】

### 1. 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 1 時間前までにインフォメーションデスクへ申告が必要です。

#### (1) テープ等をされる方 < 出場申告用紙 ( 審判長の確認が必要 ) >

怪我によって必要な場合、審判長の許可があれば 1 本または 2 本の手の指、足の指へのテープが認められます。必要な場合は必ず申告してください。その他のテープ等は競技規則上認められません。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インフォメーションデスクへお越しくください。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) 障がいをお持ちで競技規則違反になる可能性がある方 < 出場申告用紙 ( 審判長の確認が必要 ) >

申告内容を確認し許可の判断を行います。尚、診断書や障がい者手帳の提示を求める場合があります。申込時に申告した方も、当日の確認が必要になります。

#### (3) 出場に介助が必要な方 < 出場申告用紙 >

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 ( 台上に上がる際に補助をすること、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。

#### (4) 世界記録に挑戦する方のうち、レース中の挑戦コールを希望する方 < 世界記録申請用紙 >

### 2. 異議申し立て

異議申し立てはチームの責任者が行ってください。選手本人からの申し立ては受け付けられません。競技開始前に分かった事柄についてはその競技の出発の合図の前までに、競技の失格内容や状況等に異議のあるときはその競技の終了後 30 分以内に抗議書に内容を記載し、抗議料 50,000 円を添えてインフォメーションデスク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いたします。なお、抗議内容が承認された場合は抗議料を返金いたしますが、抗議内容が却下された場合は抗議料を返金いたしません。チーム等により撮影された映像等は、審議の資料としては採用できません。その他、違反内容の問い合わせについては、選手本人からでも可能です。規定用紙に記入の上、インフォメーションデスクにお申し出ください。

## 【 施設使用上の注意 】

1. 更衣室のロッカーをチームに 1 ケ貸し出します。所定の用紙に記入の上、保証金 5,000 円を添えてインフォメーションデスクで手続きしてください。保証金はロッカーカードと引き換えでお返しします。なお、鍵を紛失した場合保証金は返却致しません。
2. 貴重品は各自またはチームで保管してください。盗難等がございましたも一切責任は負えません。更衣室入口に貴重品ロッカーがありますので、そちらをご利用いただいても構いません。
3. ゴミは各チームで持ち帰ってください。必ずゴミ袋をご持参ください。
4. プールサイドでの飲食・喫煙は禁止です。敷地内は禁煙となります。
5. プールサイド・更衣室以外は水着姿では利用できません。
6. 通路・ロビー・観覧席でのシート敷き、場所取りはできません。

## 【 テクニカルミーティング 】

本競技会はテクニカルミーティングを行いません。本案内を事前によく読みご確認をお願いいたします。

## 【 撮影許可証 】

1. 撮影許可証は発行いたしません。ADカードを所持している方は撮影できます。ADカードを見えるところに着用してください。ただし、1 階アリーナ内での撮影はできません。
2. 参加選手または関係者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には、必ず各権利者の許諾を公開者が受けてください。また、会場 BGM をそのまま使用すると著作権の侵害となるので注意してください。

## 【健康管理】

1. 参加者の健康管理は本人の責任とし、各自で十分留意してください。特に水分補給はこまめに行うようにしてください。
2. 会場における事故等については、すべて参加者側において処置してください。(応急処置は致します)
3. 大会期間中、医師・看護師・ライフガードにより出場停止または競技継続中止が勧告された場合は、その指示に従ってください。
4. 当日、自身の体調に不安を感じたらご来場いただかないようにお願いします。来場前の体調判断は慎重にお願いします。
5. 「マスターズ水泳キーワード9」をよくご理解の上ご参加下さい。

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
ー	(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

## 【その他】

1. 当日は、サブプール及びダイビングプールは使用できません。
2. 大会当日緊急時連絡先については、事故・怪我の発生などの万が一の際に使用します。選手のご家族に急を要する連絡の取れる電話番号です。これら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通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て持参してください。
  - (2) 責任者が会場へ同行しない場合  
大会当日、緊急時に選手の家族等に連絡が取れるようご準備ください。
3. 個人情報および肖像の取り扱いについて  
本競技会にあたり取得した個人情報ならびに肖像の取り扱いは以下のとおりです。
  - (1) 個人情報 ・プログラムや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。  
・以降マスターズ水泳の普及活動のために使用します。  
・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主催団体・主管団体に帰属します。
4. 大会当日の忘れ物は大会終了後、即日処分致しますのでご了承ください。  
※ 大会期間中はインフォメーションデスクで保管いたします。
5. メインプールA面は水深2m、スタート側に水深調節台を設置いたします。  
アップ用サブプールB面は水深2m、0レーンにスタート台を設置いたします。水深調節台は設置いたしません。

■ (一社) 日本マスターズ水泳協会競泳競技規則 (抜粋)

1. 出発について (背泳ぎを除く)

- ① 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)
- ② 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)
- ③ 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、少なくとも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付ける。(第4条1項)
- ④ 出発合図の前にスタートの動作を開始した競技者は失格となる (第4条3項)

2. 自由形について

競技中は泳者の体の一部が常に水面上に出ていなければならない。折り返しの間、スタート後・折り返し後の壁から 15m以内の距離では体が完全に水没してもよいが、壁から 15m地点までに、頭は水面上に出ていなければならない。(第5条3項)

3. 背泳ぎについて

バックストロークレッジを使用する場合は、両足共、少なくとも一本の指はタッチ板に接していなければならない。(第6条1項)

4. 平泳ぎについて

- ① 両腕の動作は、同時に行われなければならない、交互に動かしてはならない。(第7条2項)
- ② 両脚の動作は、同時でなければならない、交互に動かしてはならない。(第7条4項)

5. バタフライについて

- ① 全ての足の上下動作は同時に行われなければならない。両脚・両足は同じ高さになる必要はないが、交互に動かしてはならない。一かきに一回の平泳ぎの足の蹴りは許される。折り返しおよびゴールタッチの直前は、一かきを行わずに一回の平泳ぎの足の蹴りが許される。また、スタートおよび折り返し後の一かき目の前も、一回の平泳ぎの足の蹴りが許される。(第8条3項)
- ② 泳者はスタートおよび折り返し後は、水面に浮き上がるため、水中での数回の蹴りと後方への一かきが許される。スタート後、折り返し後、体は完全に水没していてもよいが、壁から 15mの地点までに、頭は水面上に出ていなければならない。また、次の折り返しあるいはゴールまで体は水面上に出ていなければならない。(第8条5項)

6. メドレー競技について

個人メドレーでは、自由形の際に壁から足が離れたときはあおむけの状態であってもよいが、うつぶせの状態になるまではバタフライの蹴りも含めていかなる足の蹴りも行ってはならない。(第9条1項)

7. 競技終了後の退水について

泳者は、他の泳者が競技中であっても審判長に退水を指示されるまでは、自レーンの中にとどまってもよい。退水の際に、他の泳者が競技中であっても審判長の指示があった場合、他のレーンを横断することができる。ただし、指示に従わず他の泳者を妨害した場合は、失格となる。また、その他の妨害行為をした場合も失格となる。(第10条9項)

8. リレー競技の第1泳者の記録について

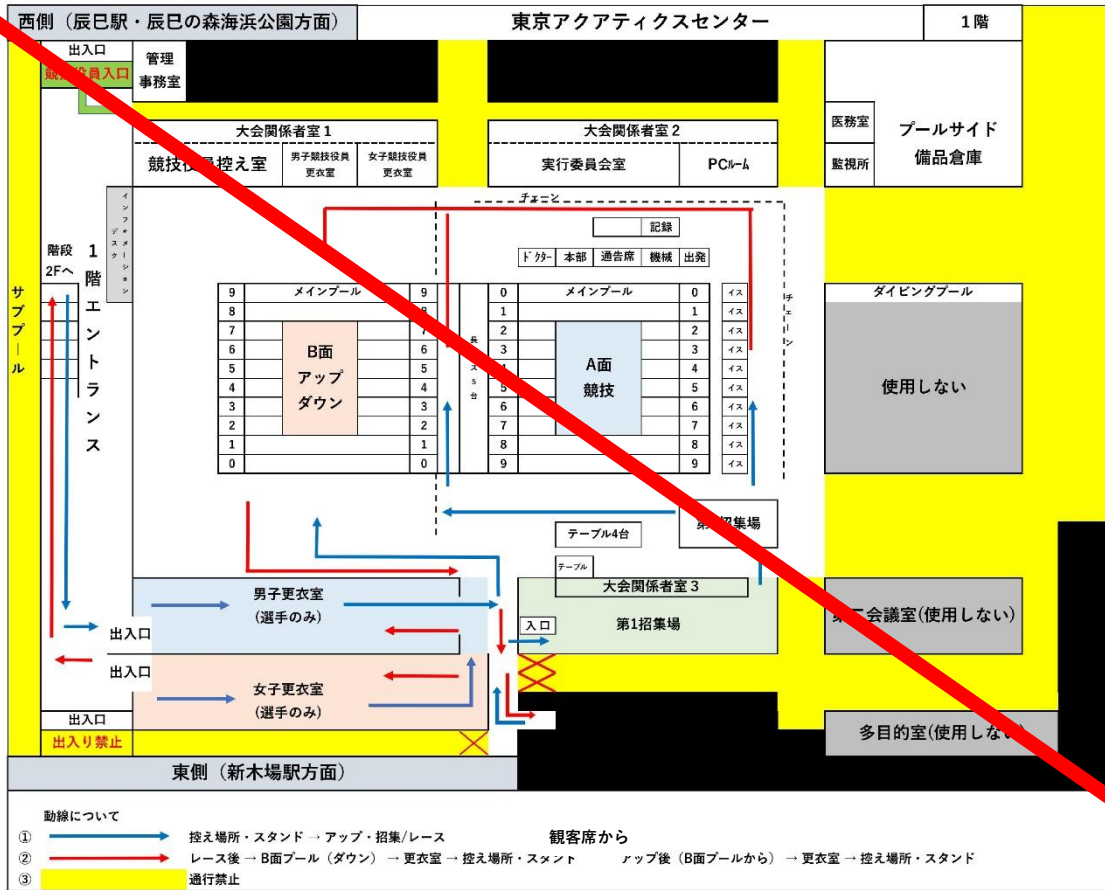
4×25mのリレー競技を除き、混合を含めリレー競技の第1泳者の記録は新記録に申請することができる。(第13条5項)

9. 水着の規定について

競技会で着用できる水着等は、競技会開催日に本協会が公表している水着規定に準じる。  
(第15条1項)



【 会場案内図 2 】



～ 大会に関するお問い合わせ ～

マイ・エス・スイミング花畑

TEL 03-3884-1611

FAX 03-3859-1573

E-mail info@mys-hanahata.com