

大会についてのご案内

1. 大会の予定時間とアップについて

【2025年6月22日(日)開場 7:30】

内容	時間	場所	備考
総合開会式	9:00～9:20	電光掲示板下	開場時間から開会式までの間はプール使用禁止
アップ	7:30～8:50	50m/25mプール	
	開会式終了後～競技終了まで	25mサブプール	
スタート練習	8:20～8:50	50mメインプール(1～10レーン)	
エキシビジョンレース	9:30～9:40	50mメインプール	加藤ゆかさん、佐藤久佳さんとのエキシビジョンレースを実施します。
競技開始	9:40	50mメインプール	
サイン会	11:15～11:45	2階正面玄関付近	希望者は2階正面玄関付近にお集まり下さい。
競技終了	16:50(予定)		
閉会式	17:00(予定)	50mスタート側	

*開門時は、安全に入場していただくため、入場規制をさせていただく場合がありますので、ご協力をお願いいたします。

*入場におけるグループ分けはございません。

*アップについて

- ・50mメインプールでのアップは、25mサブプール側からのスタートとなります。
- ・スタート練習は50mメインプールで実施します。
- ・50mメインプールの1レーンは、背泳ぎのためのアップレーンとします。
バックストロークレッジの使用方法を役員より説明をさせていただきます。
- ・50mメインプールの10レーンは、原則として初心者の方のアップレーンとします。
- ・25mサブプールでのアップは、電光掲示板から見て右から左のスタートとなります。
- ・25mサブプールでのアップは、1～4レーンは一方通行とし、5～6レーンは折り返しとなります。
- ・25mサブプールでの飛び込みは、危険な為禁止いたします。
- ・アップやダウン時は、危険のないようお互い注意し合ってください。

2. 泳法上の注意並びに競技中の諸注意

競技は、日本水泳連盟の競泳競技規則に準じて行います。

*スタートについて(スタート台:バックプレートあり、バックストロークレッジあり)

バックプレートの使用について

- ・従来からの両足を揃えて行うスタートでは、バックプレートは使用しません。片方の足を後ろに下げて行うクラウチングスタートを用いる選手は使用して下さい。
- ・クラウチングスタート用のバックプレートは、前後の位置を調整することができます。
- ・位置の調節をする場合はレーン入場後、前のレースが終了するまでに行ってください。
(時間に余裕がないため、プレートの位置はウォーミングアップ時に決めておいて下さい。)
- ・バックプレートを使用する場合はスタート時、審判長の笛の合図でスタート台に上がり、片方の足を引いて構えます。それ以外は両足を揃えて構えます。
- ・前足は各自の好みの位置で、従来通りスタート台前方に親指をしっかりとかけます。
- ・バックプレートを使用する場合は、後足は拇指球(親指の付け根)がバックプレート上にくるように置き、しっかりと蹴り出せるようにします。
- ・バックプレートの面に対して、足の裏を高く置きすぎると踵が上がりすぎ、水面に直角に落下しやすくなるので注意して下さい。
- ・バックプレートを使用する場合は、臀部が上がり、体が前方に傾きバランスがとりにくくなりますので、スタート時はしっかりと静止して下さい。
- ・バックプレートの効果は、リアクションタイム(蹴り出しの反応時間)が速くなり、入水後の速度も上がると

考えられています。その効果を得るためには、相当の練習が必要となります。繰り返し、練習を行い使用するようにしてください。

バックストロークレッジの使用について

- ・50m背泳ぎ種目はバックストロークレッジを競技中、常に設置しております。バックストロークレッジの調整はレーン入場後速やかに行ってください。バックストロークレッジを使用しない選手はレーン入場後、折返監察員に使用しないと伝えてください。
- ・100m背泳ぎ種目、メドレーリレーにおいては、バックストロークレッジを使用する場合レーン入場後、折返監察員に使用すると伝えてください。設置がされたら速やかに調整を行ってください。
- ・バックストロークレッジの高さ調整は選手自身が行います。
- ・バックストロークレッジのダイヤルは、水面からの距離を表しており、水面から±4cmの調整ができます。
- ・バックストロークレッジを使用する場合は、両足のつま先はタッチ板に接していなければいけません。
- ・メモリの大きさをプラスに大きくするにつれて、身体を支える腕力が必要となります。慣れていない場合にはメモリを小さくマイナス設定した方が良いと考えられます。ウォーミングアップ等で練習を行い、使用するようにしてください。

- a. スタートのフライングは、1回目で失格となります。スタートの信号が発せられた時は、フライングの者があってもスタートのやり直しはしません。
- b. 背泳ぎを除く各種目のスタートは、スタート台上、台下または水中からすることができます。
- c. スタート台からスタートする選手は、審判長の笛の合図で台上に上がり、直ちに台の前縁に少なくとも一方または双方の足の指をかけます。出発合図員の“Take your marks”の合図でスタートの姿勢をとり、静止したとき出発の合図が発せられます。台下からのスタートもこれに準じます。
- d. 選手が静止したのち、出発の信号が発せられる前にスタートの動作を始めた者はフライングとなります。但し、出発合図員の“Take your marks”の合図の後(信号が発せられる前)に、故意でなく水中に倒れ落ちた場合はフライングとしません。この者は、水中から上がらずにe項に準じて水中からスタートします。
- e. 水中からスタートする選手は、審判長の笛の合図で水中に入り、直ちにスタート用のグリップを片手または両手で持ち両足を壁につけます。出発合図員の“Take your marks”の合図後は、台上のスタートと同じとします。

* 潜水距離の制限について

- ・バタフライ、自由形、背泳ぎは、スタート及び折返し後15m迄に、頭が水面上に浮上しなければなりません。

* スタートや折返しの姿勢について

- ・平泳ぎ、バタフライの折返し及びゴールタッチは、両手同時に行わなければなりません。タッチは水面の上下どちらでも良いです。
- ・バタフライにおけるスタート、折返し後の水中でのサイドキックは認めるが、いかなるときも仰向けになってはいけません。

3. 競技について

- * 招集は、競技の進行状況をみて招集します。招集場所は個人種目は電光掲示板下、リレー種目はプールサイド東側です。

競技順序の時刻はあくまでも目安ですので、競技の進行により開始時刻は前後します。

招集時間に遅れた場合は、棄権とみなされ、失格となります。どうか遅れないようにお集まりください。

- * 審判長の笛の合図が鳴ったら、静粛をお願いいたします。

- * プールサイドでの応援は認めません。必ず2階観覧席で応援をお願いいたします。

また、手すりたたいての応援や手すりに足をかけるようなことはしないようお願いいたします。

- * ゴールタッチは、タッチ板の有効面に必ずタッチをして自動審判装置を止めてください。

- * レース後にプールサイドに上がる場合は、横からの退水となります。次の組のスタート合図後に上がるようにしてください。合図があるまでは、タッチしてからレーンロープカバーにつかまって待機するようにしてください。

- * レース結果は、2階の速報板に表示します。

- * プログラムに記載してあります「NO.」「組」「レーン」以外で泳がれた場合は、失格となりますので、十分ご注意ください。

- * 参加人数の少ない競技については、異クラスを同一レースで行う場合があります。合同レースのご案内

をご確認ください。

*競技の進行により、各予定開始時間が前後する場合があります。

- *日本水泳連盟の競泳競技規則に定められた水着、スイミングキャップを着用してください。
水着はラバーやポリウレタンの使用はできません。水を透す織物繊維のみ可です(スクール水着可)。
メンズ水着は腰から膝まで、レディース水着は肩から膝までの形状水着を使用してください。

〈リレーについて〉

- *リレーは、申込みしていただいたオーダー順及び選手ご本人で出場していただきます。
当日の変更はできませんので、ご注意ください。

4. 施設使用上の注意と案内(会場動線図、施設平面図は別紙参照)

- *更衣室、プールサイドは素足又は屋内専用サンダルでお願いいたします。
- *館内及び敷地内は、全面禁煙となっております。
- *着替え、貴重品等でロッカーを利用される場合は、男女それぞれプール更衣室をご利用ください。
ロッカーキー紛失の場合は、5,500円(税込)の弁償となります。
- *プール、更衣室、トイレ、観客席以外の水泳競技に必要なところには立ち入らないでください。
- *会場の係員や競技役員の指示に従ってください。
- *観客席通路に設置してある冷風機に座ったり、乗ったりしないようお願いいたします。
- *観客席での飲食は許可します。ゴミは全てお持ち帰りください。
- *観客席での敷物は禁止とします。館内での敷物は、2階通路の限られた外壁側のみとし、通路を歩かれる方の邪魔にならないようお願いいたします。
- *会場内で不審者を見つけた場合は、巡回の役員または大会本部までご連絡ください。

5. 安全について

- *50mメインプールの水深は2.0mで実施いたします。
- *大会当日体調のすぐれない方は、救護室にお申し付けください。
- *レース前のウォーミングアップやレース後のクールダウンは、忘れないようにしましょう。
- *レース終了後は、脈拍が正常になってからプールサイドに上がるようにしてください。
- *2階観客席最前列の手すりは低くなっていますので、落下しないように乗り出したり、足をかけないようにお願いいたします。
- *会場内及び大会中での事故や怪我に関しては、応急処置は行いますが、それ以外の全ては参加者の責任において処理してください。
- *決して無理をせず、自己の体調管理を行ってレースに臨んでください。

6. 開会式・閉会式について

- *開会式及び閉会式は、当日のアナウンスにて案内いたします。

7. 賞状授与について

- *個人及びリレーのレースで3位までに入った方は、1階南側の表彰ステージにて賞状を授与いたします。
レース終了5分後までにお集まりください。リレーにおいては、チーム全員でステージへお上がりください。

8. 受付について

- *7:30に2階正面玄関を開場いたします。
- *個人及びチームの方々は、2階正面玄関入って右側に受付がございますので、お名前、種目、チーム名を伝えて受付を済ませて下さい。
- *受付の際、参加賞がありますので、お受け取りください。

9. 特別賞について

- ◎アクアリーナカップ賞…中学生男女フリーリレー優勝チーム
- ◎加藤ゆか賞…中学生女子100mバタフライ優勝者
- ◎佐藤久佳賞…中学生男子100m自由形優勝者
- *上記の選手は、各レース後に表彰式(贈呈)を1階南側表彰ステージにて行います。
- ◎ピタリ賞…各競技において[" 00]のゾロ目タイムを出した選手
- ◎ゾロ目賞…各競技において[" 11~99]のうちゾロ目タイムを出した選手
- *上記のタイムを出した選手は、各レース後に記念品の授与を2階受付にて行います。

10. 個人情報保護法について

- * 本大会の申込みに関わる個人情報は、大会のプログラムの作成を含み大会運営を円滑に行うために必要な事項だけに使用し、その他の目的には使用、提供はいたしません。
- * 大会結果においては、アクアリーナ豊橋HPにて掲載させていただきます。

11. 特記事項

- * 主催者都合による大会中止の場合を除き、個人都合による欠場は参加費を返金いたしませんので予めご了承ください。
- * 天災、天候等により競技の中止又は中断をする場合があります。その場合の参加料等の返金はいたしませんので予めご了承ください。

12. その他

- * 身体障がいのある方の入場については、1階正面玄関内のエレベーターから案内させていただきます。
- * 貴重品の管理は、各個人及びチームで管理してください。万が一紛失や盗難事故等が発生した場合、主催者は一切その責任を負いかねます。
- * 大会中の忘れ物は、1階事務所にお尋ねください。お預かりした忘れ物については、一時保管させていただきますが、連絡のないものは処分させていただきます。
- * 2階観客席の使用は、個人又はチーム同士で譲り合ってください。
- * 会場周辺にコンビニ(ファミリーマート)があります。(施設から出て3つ目の信号角)
- * 弁当やその他ゴミの処分は各自で責任をもってお持ち帰りください。
- * 駐車場については、アクアリーナ豊橋(北側)・豊橋市総合体育館及びアクアリーナ豊橋とホテルシーパレスリゾートの間の駐車場をご利用下さい。(計800台)

タクシーのご用命はコチラまで

豊橋タクシー協会

* 東海交通株式会社	TEL0532-57-1111
* 豊鉄タクシー株式会社	TEL0532-56-5111
* ヨシダ交通株式会社	TEL0532-33-7700
* 個人タクシー協同組合	TEL0532-53-1065

豊鉄バス 案内

- * 豊橋駅東口7番のりば⇄総合スポーツ公園(アクアリーナ豊橋 徒歩1分)
大人420円 小人210円(片道)

豊鉄バス 時刻表

6月30日(日)

豊橋駅東口7番のりば発 ⇒ 総合スポーツ公園着

7:00 ⇒ 7:26(新栄経由)
7:40 ⇒ 8:06(新栄経由)
8:00 ⇒ 8:29(吉川町経由)
8:20 ⇒ 8:46(新栄経由)
9:20 ⇒ 9:49(吉川町経由)
10:00 ⇒ 10:29(吉川町経由)
11:00 ⇒ 11:26(新栄経由)
12:00 ⇒ 12:24(吉川町経由)
13:00 ⇒ 13:26(新栄経由)
14:00 ⇒ 14:24(吉川町経由)
15:00 ⇒ 15:26(新栄経由)
16:00 ⇒ 16:24(吉川町経由)
17:00 ⇒ 17:26(新栄経由)
18:00 ⇒ 18:24(吉川町経由)
19:00 ⇒ 19:26(新栄経由)
19:40 ⇒ 20:06(新栄経由)

総合スポーツ公園発 ⇒ 豊橋駅東口着

8:19 ⇒ 8:45(新栄経由)
10:04 ⇒ 10:35(吉川町経由)
10:59 ⇒ 11:25(新栄経由)
11:39 ⇒ 12:05(新栄経由)
12:34 ⇒ 13:05(吉川町経由)
13:39 ⇒ 14:05(新栄経由)
14:19 ⇒ 14:45(新栄経由)
14:34 ⇒ 15:05(吉川町経由)
14:59 ⇒ 15:25(新栄経由)
15:39 ⇒ 16:05(新栄経由)
16:19 ⇒ 16:45(新栄経由)
16:34 ⇒ 17:05(吉川町経由)
16:59 ⇒ 17:25(新栄経由)
17:39 ⇒ 18:05(新栄経由)
18:19 ⇒ 18:45(新栄経由)
18:34 ⇒ 19:05(吉川町経由)
18:59 ⇒ 19:25(新栄経由)
19:39 ⇒ 20:05(新栄経由)
20:19 ⇒ 20:45(新栄経由)