

第4回群馬OWSインドアレース2018

開 催 要 項 大会コード 1018799

主催 群馬県水泳連盟・敷島パークマネジメントJV
 主 管 群馬県水泳連盟
 日 時 平成30年4月15日(日) 競技開始 13時00分予定
 開場時刻 11時45分 (アップ開始12時)
 選手受付 12時00分 ~13時30分
 会 場 群馬県立敷島公園水泳場 (1周約100mの周回コースで開催)

区分	種目	区分	種目
小学3・4年生	500m	小学5年以上	500m 1000m
小学3年以上	スプリントレース リレー	中学生以上	1500m 3000m

競技形式 1000m・1500mは、「エリート」「一般」で分けてレースを行う
 500mは、申込タイムで分けてレースを行う
 大学生以下は、基本的にエリートとする(一般区分希望は、申し出ること)
 エリート/一般の区分で、1000m・1500mを同時レースで行う

- 申込規定
- 資格 500m・一般1000m・一般1500mは、ウエットスーツも可とする
1位-3位の表彰は、ウエット着用者の場合100mにつき+5秒として計算し順位を決定する
 - 1人 2種目以内(リレー・スプリントは除く)
 - 3000mレースは、国体OWS競技の群馬県1次選考レースを兼ねる。
 国体選考は、このレースに参加した者のみを選考対象とする。
 国体選考基準は、別紙参照(県OWS委員会HPに掲載)
- (1) 下記の条件を満たす競技者が申し込みができる(1レース最大30名予定)
- 3000m【50分でレースを終了する：50m50秒平均】**
 1) 中学生以上で日本水泳連盟競技登録者、またはOWSレース・トライアスロンレースにおいて公式実績のある者
 - 1500m【40分でレースを終了する：50m1分20秒平均】**
 1) 中学生以上で定期的に水泳の練習を行い1000m以上続けて泳ぐ泳力のある者
 - 1000m【40分でレースを終了する：50m2分平均 1500mと同時レース】**
 1) 小学5年生以上で定期的に水泳のトレーニングをしている者
 - 500m【16分でレースを終了する：50m1分36秒平均】**
 1) 小学3年生以上で定期的に水泳のトレーニングをしている者。
 - リレー種目【4周=約400m、1名1周×4名時間差スタート採用】**
 1) 4名での申し込み
 2) 所属別・男女別・年齢別の区分は問わない。
 - スプリント競技【1ブイを回り、フラッグを掴む：勝ち抜き戦】**
 1) 個人種目出場者

- 競技方法
- (公財)日本水泳連盟OWS競技規則を参考に行う
 - レースは全て、制限時間になったところで止める
 時間内にゴールできなかった者は、途中退水となり記録は残らない
 - 申し込み状況により、時間は変動する。
 - 周回チェックを行う。(役員以外の各自帯同者のチェックを推奨)
 - リレー競技は、申告タイム合計によるハンデ付きスタートとする

競技順序	種目	組数	開始時刻
1	リレー種目		PM 1:00
2	スプリント競技		PM 1:20
3	500m	2組	PM 2:00 (ウエット可)
4	一般 1000m・1500m	1組	PM 2:40 (ウエット可)
5	3000m	1組	PM 3:30
6	エリート1000m・1500m	1組	PM 4:30
7	終了予定		PM 5:30

* 申込が、予定を上回り組数が増えた場合、時間変更があります

申込み金 500mレース 2500円
 1000m・1500m・3000m 各3000円
 リレー(4名) 無料 (当日12:30まで申込みも可)
 スプリント競技 無料 (当日受付)

申込方法 メール、またはウェブミスのエントリー画面にて申し込む。

【メールにて申し込む場合：下記の必要事項を明記すること】。

1. 個人種目 記入事項 「エリート」か「一般」 を選択し記載する
 - 1) エントリー種目と「エリート」「一般」を記載(3000mの場合、エリートのみ)
 - 2) 氏名・年齢・学年・所属クラブ
 - 3) 50m自由形のベストタイム
 - 4) 周回チェック者の氏名(間違いを無くするため周回チェック者の帯同を推奨する)
 - 5) 申込金額

* チェック者がいない場合は、出来るだけこちらで準備する。尚、要望が多い場合、チェックする選手が複数名になるので、その旨、同意して申し出ること。
2. リレー種目 記入事項 (当日も12:30まで受け付けます)
 - 1) エントリーチーム名 (好きな名前) 1所属：何チームでも可
 - 2) エントリー者4名で4周(1人1周、1周約100m弱)の予想タイム
3. 種目費振込の期日
4. 連絡先メールアドレス・連絡先電話番号

【ウェブスミスのエントリー画面より申し込む場合】

1. 画面上のチェックは以下の通りとする
 - 1) 5000m申し込み 50mにチェック、50自由形のベストタイムを記入
 - 2) 10000m申し込み 100mにチェック、50自由形のベストタイムを記入
 - 3) 15000m申し込み 800mにチェック、50mベストタイムを記入
 - 4) 30000m申し込み 1500mにチェック、50mのベストタイムを記入
 - 5) リレーのみ申し込む場合は、リレーにチェック
2. 集計画面にて各申し込み数を記入
3. 下記の書類をメールに添付して申し込んでください
 - 1) 集計した競技会申し込み明細表
 - 2) 申し込み(エントリータイム)データ一覧表
 - 3) 振込受領書の写し
 - 4) リレー種目の名前、4名の予想合計タイム

申込み先 ows.gunma@gmail.com OWS委員会 青木
申込み受付後、同意書・健康申告書をメールにて送付いたします
(大会当日にサインして提出：事前提出は受け付けません)

振込先 種目参加費を下記の口座に振り込む。必ず所属名または個人名で振り込むこと。

群馬銀行あずま支店 普通・0307355 群馬県水泳連盟OWS委員会
(OWS オーダブルエス) 青木和子

締切 1、**4月5日(木)**
* 振込・メール必着(メールでの申込みは3月1日より受け付けます)
* 申込が少なかった場合、延長することがあります

必要事項 1、必ず練習を積んで参加してください。前日の飲酒・寝不足は、避けること。
2、健康申告書は、必ず当日記入し提出すること。
3、足の爪・手の爪は、必ず切ること。(手のひら側から見て爪が見えないこと)
4、締め切り後は、いかなる理由でも棄権となり返金はしません。

* ウエットスーツ無しのレースを薦める理由：自己の泳力を知った上で自己の基礎泳力を上げ、海や湖でも安全に楽しんで競技してもらいたいため。