

第4回群馬OWSインドアレース2018

【2次要項】

開 場	11:45
競技開始	リレー・スプリント 12:30 / インドアレース 14:00
競技終了予定	17:20
競技予定時間	今年度、リレー・スプリント競技を30分早め、その後に正式に開会いたします。

選手受付			11:45~16:00
アップ・リレー受付			12:00~12:20
リレー・スプリント競技説明			12:25
*	リレー		12:30
*	スプリント		
アップ・ダウン			13:00~13:30
開会式・競技説明・招待選手紹介			13:40
No	種目	人数	※招集は、スタートの10分前に行います
1	500m	9	14:00
表彰（出場全選手ゴール後、直ちに行う）			
2	一般1000m 一般1500m	3 16	14:30（制限50分に延長）
表彰（出場全選手ゴール後、直ちに行う）			
3	3000m	16	15:30
表彰（出場全選手ゴール後、直ちに行う）			
4	エリート1000m エリート1500m	8 13	16:30
表彰（出場全選手ゴール後、直ちに行う）			
競技終了予定			17:20

【選手受付の流れ】 ※必ず出場レース30分前までに受付を済ませてください

- 1) プールサイド受付場所にて、同意書・健康申告書を提出
- 2) 参加賞・Noカードを受け取る/Noの入ったレース用キャップは、招集時にお渡しします
- 3) ナンバリング（左の肩・背中）・爪の検査 *水着チェック 3000m出場者のみ
※爪：手のひら側から見て見えない長さ 足の爪も短く切ってくる
- 4) リレー競技に出場希望の場合、当日申込用紙に記入
- 5) スプリントは、レース直前に参加者を募ります

【連絡事項】

- 1) 健康申告書は、必ずレース当日に記入してください。
- 2) 受付していない場合、棄権と致しますので必ず受付を行ってください
- 3) 肩と背中のナンバリングは、マジックで記入しますのでレース後に化粧落としなどで落としてください
- 4) 競技説明は、プールサイドにも張り出します
- 5) Noの入ったレース用キャップは、各レースで使用するため、ゴール後に必ず返却カゴへ返してください
- 6) 前日までの棄権連絡はメール ows.gunma@gmail.com まで
当日の棄権は、13:00以降 敷島水泳場 027-232-7871 まで
- 7) 保護者の方もプールサイドで応援できます
- 8) レースが早く終わった場合、短時間ですがアップ・ダウン用にプールを開放します（通告にて案内）

次ページの追加要項も必ずお読みください

周回チェックの仕方

◇紙や画用紙などにマジックで周回を記入し、選手に見えるようにかざす

周回の仕方は、決まりはありません。泳者とチェック者でしっかり打ち合わせをしておくこと。

◇大会開催側で準備したチェック者は、決められた数字のみ提示予定（招集時に顔合わせします）

◎1500m 14（残り14周・・・1周目途中）→10（残り10周・・・5周目途中）
→5（残り5周・・・10周目途中）→1（残り1周・・・14周目途中）→0（ゴールへ）

◎1000m 9→（残り9周・・・1週目途中）→5（残り5周・・・5週目途中）
→1（残り1周・・・9週目途中）→0（ゴールへ）

◎500m 4（残り4周・・・1週目途中）→1（残り1周・・・4週目途中）→0（ゴールへ）

◇3000mは、各自、必ずチェック者を決めておくこと

◇チェック者のいない方は、チェック者を得る代わりに、他の方のチェックをしていただくことがあります

間違いの無いように、できる限り1人に1人のチェックで対応したいと思います

ご協力お願いいたします。時間的にどうしてもできない場合は、事前に申し出てください

◇チェック者の方は、周回チェック競技役員に周回数を確認して周回表示を行ってください

◇スイミングクラブの小・中・高校生選手は、保護者・または別レースに出場する選手に周回チェックを依頼してください

駐車場について

◇15日は、ザスパの試合が午後から行われるため、陸上競技場駐車場などは規制がございます。

◇プール前の駐車場は、競技役員・競技参加者のみ、ご利用いただけます。11:30～14:00入場可能。

入り口にて役員名・選手名を伝え、入場してください。14:00以降は、入り口を旋錠いたしますのでご注意ください。

なお、詰め込み式になるため、競技終了まで出られませんのでご承知おきください。

リレー競技について

◇1人1周100m×4名 1チームとする

◇100m予想タイム合計の差を元に、タイム差スタートとし遅い順にスタートする

◇手のひらタッチにて引き継ぎとする

スプリント競技

◇1個のブイを回って、浮いている小さなビート板に挿してあるホースを掴み取った者が勝ち

◇勝ち抜き戦で行う

【同意書】

私は、第3回群馬 OWS インドアレース 2018に参加するにあたり、下記事項に同意いたします。

1. 私は、レースに参加するふさわしい身体状況であることを認めます。
2. 私は、運動中に起こる事故や怪我の可能性を理解し、自分で最大限の安全管理を行った上で参加いたします。
3. 私は、緊急の際には家族・保護者への連絡なしに、医師の診断の元応急処置が行われることに同意いたします。

ふりがな

選手氏名 男・女 (自筆)

保護者氏名 (18歳以下の場合) (自筆)

生年月日 年 月 日 歳

血液型

住所

電話 携帯

緊急連絡先電話 続柄
