

主催者・主管からのお願い

【重要】

- ※ 選手・責任者の入館後、観客の入館になります。選手・責任者の方は入館時にADカードを見えるように提示してください。介助者が必要な場合は、事前に「出場申告用紙」に記載の上、介助者ADカードを申請してください。
- ※ 競技スケジュールをご確認の上、早い時間に招集へ来るようお願いいたします。
- ※ 競技終了後速やかにご退館ください。必要な時以外はプールサイドへ下りないようお願いします。

■ 競技進行上の注意

1 競技方法について

- (1) 競技は、(一社)日本マスターズ水泳協会競技規則に則り行います。
- (2) 競技は、すべて男女別・年齢別のタイムレース決勝とします。
- (3) 年齢は、暦年齢(2026年12月31日現在の満年齢)とします。
- (4) 競技は、観覧席から向かって右側のA面(25m×8レーン)と左側のB面(25m×8レーン)の二面で同時に行います。B面では800m・1500mの長距離種目のみを行い、招集場所もそれぞれに分かれておりますので自分の泳ぐ種目がA面かB面かをご確認の上、招集所へお越しく下さい。
- (5) 25m・50m・100m種目及びリレー種目は、エントリーに従い男女別・年齢区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。ただし、競技進行の理由により、一部複数の年齢区分で組み分けを行う組もあります。

(6) リレーについて

- ① リレーオーダーの変更は、指定の用紙に必要事項を全て記入の上(プログラムNo、組、レーンも記入)変更締切時間までに、大会受付へご提出ください。変更のない場合は提出の必要はありません。

No.11. 12	混合メドレーリレー	10時 00分まで
No.21. 22. 23. 24	男女メドレーリレー	11時 00分まで
No.35. 36	混合フリーリレー	13時 00分まで
No.47. 48. 49. 50	男女フリーリレー	14時 00分まで

- ② 変更は1度のみとなり、年齢区分の変更はできません。
- ③ 同一リレー種目は、年齢区分にかかわらず1人1回しか出場できません。
- ④ リレー種目の招集は、4名が揃わないと招集受付できません。
- ⑤ 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、必ず大会受付にて「出場申告用紙」で申告が必要です。許可なく水中からスタートするためにプールに入った場合、失格となります。なお、世界記録に挑戦するリレーチームはWORLD AQUATICSのルールが適用されるため、第2泳者以降が水中からスタートした場合、世界記録は認められません。

2 テクニカルミーティング(チームリーダーミーティング)は行いません

競技上の注意事項や規則改定について変更があった場合は、(一社)日本マスターズ水泳協会のホームページで案内します。

3 ウォーミングアップについて

- (1) 時間は1頁をご覧ください。
- (2) メインプール(A面・B面)の水深は、1.4mです。右側通行を厳守し、お互い気を付けて行ってください。サブプールは水深1.2mです。
- (3) A面・B面とも、ウォーミングアップ(公式スタート練習を含む)終了まで、1～3レーンを女性専用とします。
- (4) A面はウォーミングアップ開始時より、スタートダッシュレーンといたします。いずれもスタート側から一方通行とします。
- (5) 飛び込みの技術練習や安全な知識の指導については参加チームで行い、特に、初めての出場者は十分な配慮のうえご参加ください。

4 招集

- (1) 招集では、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、A Dカードを提示してください。
- (2) 25m・50m・100m・200m・400m種目の招集はA面の招集所で、招集用の掲示板上により競技開始の20分前から行います。また、800m・1500mの長距離種目の招集はB面の招集所で行いますので自分の出場する種目の2レース前までにお越しください。競技の進行をご確認のうえ、招集遅れのないように注意してください。
- (3) 招集所では「第〇組」と組が呼ばれます。ご自分の出場する組であれば招集員に「組・レーン・名前」を自己申告し、招集受付を済ませ、指示に従い並んでください。
ご自分の組とレーンは、忘れないように、また、間違わないように申告してください。
- (4) リレー種目は、出場者4人が揃わないと招集受付できません。4名揃ったら、泳ぐ順に各人が自己申告し、招集受付をしてください。
- (5) 招集受付を済ませないと如何なる理由であれ棄権となり出場ができません。
- (6) 組み分けした種目で棄権者が多数出た場合は、前後の組と合同で競技を行う場合があります。
- (7) A Dカードやマスク・服などの荷物は袋に入れ脱衣籠に、25m種目は指定された手荷物置き場に置いてください。レース終了後、自身の手荷物を確認しお持ち帰りください。取り違いのないように袋に名前を大きく書くなど工夫をお願いします。

5 スタートについて

- (1) 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、そのバケツで行ってください。
- (2) 前の組がスタートしたらスタート台の後ろに立ち、自分のレーンを確認してください。組・レーンを間違えると失格になります。
- (3) 新型スタート台を採用していますので、速やかにバックプレートの調整を行ってください。
- (4) 公式スタート練習は、8:30~9:00に行います。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。
- (5) 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致します。
- (6) 背泳ぎのスタート時は、バックストロークレッジを使用します。

6 プールの上がり方

- (1) 個人種目の場合、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てから横退水（1~4レーンは1レーン側、5~8レーンは8レーン側）してください。（自分のレーンからも可能）
- (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) リレー種目は、ゴールタッチした選手は競技役員の指示に従い、他の選手の妨げにならないよう、また、タッチ板に触れないように注意してプールから上がってください。

7 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、事前に「出場申告用紙」にて大会受付へ申告が必要です。審判長が確認し、判断します。

① テープ等される方

※ 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。競技規則上、その他のテープは認められません。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。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は申告を行っても許可できませんので注意してください。

② 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

※ 申告内容を確認し、許可の判断を行います。なお、診断書や障がい者手帳の提示を求める場合が

あります。

② 出場に介助が必要な方

※ 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（スタート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 リレーの第2泳者以降が水中からスタートするチーム

8 世界記録・日本新記録の注意点

(1) 世界記録・日本記録の公認には、WORLD AQUATICS(世界水泳連盟)承認水着の着用が必要です。

水着の規定は(一社)日本マスターズ水泳協会ホームページで確認ください。

(2) 世界記録・日本記録樹立者は泳者の生年月日を証明する以下書類のコピーが必要になりますのでご用意ください。なお、過去に世界記録・日本記録を樹立し(一社)日本マスターズ水泳協会へ提出履歴のある方は不要です。

世界記録樹立者:パスポート、住民票

日本記録樹立者:パスポート、住民票、運転免許証、マイナンバーカード

9 表彰について

(1) 出場選手全員に参加賞および(一社)日本マスターズ水泳協会公認記録証を授与します。(公認記録証は日本マスターズ水泳協会ホームページより会員ログインし、チーム責任者または本人が出力してください。)

(2) 個人種目1位から8位、リレー種目1位から3位までに賞状を授与します。入賞者は、賞状受渡所にて各自賞状を受け取ってください。

その際、ADカードを提示してください。

(3) マスターズ世界記録・日本記録を突破した選手には世界新記録証・日本新記録証を授与します。表彰は競技終了後、改めてプールサイドで行います。

(4) チームの代表者の方が、出場者の賞状を代わりに受け取ることはできません。

(5) 参加賞については、受付でADカードを提示して各自で受け取ってください。

10 異議申し立て

競技開始前に判明した異議は、そのレースの出発の合図の前までに、審判長に文章にして提出してください。競技の失格内容や状況等に異議がある時は、そのランキング発表後30分以内に抗議書に内容を記入し、抗議料50,000円を添えて大会受付に提出してください。抗議書の内容を審判長ならびに大会総務で検討し裁定いたします。

なお、抗議の申請は、チームの責任者に限られます。(一般選手からの抗議の申請は出来ません。)

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は返金しません。なお、チーム等により撮影された映像を裁定に使用することはできかねますのでご理解の程お願いします。

その他、違反内容の問い合わせについては、規定の用紙に記入のうえ、大会受付に申し出てください。

11 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下さい。

(2) 各チームは所属する参加者について次のことを確かめてください。

a. 医師の健康診断または自己申告に基づいて健康に異常がないこと。

b. 競技会当日より前1ヶ月間、週1回以上の水泳練習を行っていること。

c. 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。(応急処置は行います。)

d. 「マスターズ水泳キーワード9」をよくご理解のうえ、参加してください。

(3) 大会期間中、医師・看護師・ライフガード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。

12 貴重品の管理

貴重品は、個人またはチームで管理してください。選手控え室・観覧席・プールサイドに小銭入れ

・カードケース・携帯電話を入れた袋を放置したままウォーミングアップを行い、その間に盗難に遭うケースがよくあります。仲間同士で管理しあうようにお願いします。

13 ADカードについて

- (1) 参加選手は各チームへ送付するADカード（1人1枚）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。

ADカードは2026年度日本マスターズ水泳短水路大会北海道（札幌）の参加選手であることを証明する大切なものです。

入場、招集受付、参加賞・賞状を受け取る際など、大会期間中必要になりますので、**必ず持参し**、会場では首から下げるなど見える位置に必ず携帯してください。

- (2) 「ADカード」を紛失および忘れた場合は大会受付にて再発行を受けてください。再発行料として500円が必要です。なお、開場時にお忘れの場合、出場確認・AD再発行にお時間をいただきますのでご了承ください。

14 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いたします。なお、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ご注意ください。

また、観覧席での撮影は自由としますが、競技役員より指示を受けた場合はその指示に従ってください。プールサイドでの撮影は禁止とします。不審な人物を確認した場合は、警備員・競技役員へお知らせください。

15 施設利用の注意事項

- (1) 更衣室・選手席

会場の出入口は、正面玄関のみとなります。選手席は2階観覧席のみで、更衣室は1階となり、アリーナへの出入りは更衣室からとなります。観覧席からアリーナへ降りることはできません。ロッカーの使用は、**1回毎に50円硬貨が必要**です。**50円硬貨は戻りません。**

- (2) **施設内は土足禁止**です。履物は各自袋に入れてご利用ください。

- (3) 会場内での飲食は観覧席でお願いします。アリーナ内および更衣室内の飲食は禁止です。

- (4) 指定された場所以外への立ち入り、付属施設・備品などを無断で使用しないでください。

- (5) ゴミは、各チームで持ち帰ってください。**必ずゴミ袋を持参してください。**

- (6) **施設及びプール敷地内は、全て喫煙禁止となっております。**

- (7) **参加者用の駐車場はありません。お車でのご来場は禁止**します。

- 16 プログラムの引き換えは、各チームの代表者が行ってください。正面玄関受付にてプログラム（予約クラブのみ）をまとめて渡します。

- 17 競技結果は、東洋電子システムのホームページで確認してください。

<https://tdsystem.co.jp/JMSA/SCM2026.html>

公式掲示板の設置はありません。



18 大会当日緊急時の連絡先について

申込時に申告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。チームの責任者の方も下記のとおり、準備をお願いします。

※ 緊急時連絡先とは、選手のご家族等に急を要する連絡の取れる電話番号のことです。

- (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しない場合

大会当日、緊急時に選手のご家族等に連絡が取れるよう準備してください。

■ そ の 他

- ① ランキングを申し込まれた方は、後日申し込みのチームへ送ります。
- ② 館内には閲覧用のプログラムはありません。プログラム1部 1,200円で販売します。
- ③ リレーオーダー変更用紙・棄権の申出用紙は、コピーしてご利用ください。
- ④ 大会当日、天変地異や天候条件等によりやむを得ず大会が中止となった場合は、「参加賞(キーホルダー)」「プログラム(申込分)」はチームへお渡しいたしますが、エントリー料は返金できません。

■ 個人情報の取扱について

本競技会にあたり取得する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使用します。
- (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。
 - ・マスターズ水泳の普及活動のために各種媒体に使用します。
 - ・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者・主管団体に帰属します。

■ (一社) 日本マスターズ水泳協会競泳競技規則 (抜粋) (カッコ内：競技規則条項)

- (1) 出発について (背泳ぎを除く)
 - a. 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)
 - b. 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)
 - c. 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)
 - d. 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、両足のつま先の少なくともそれぞれ一本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
 - a. 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)
 - b. 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
 - a. 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)
 - b. 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、折り返しの後、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)

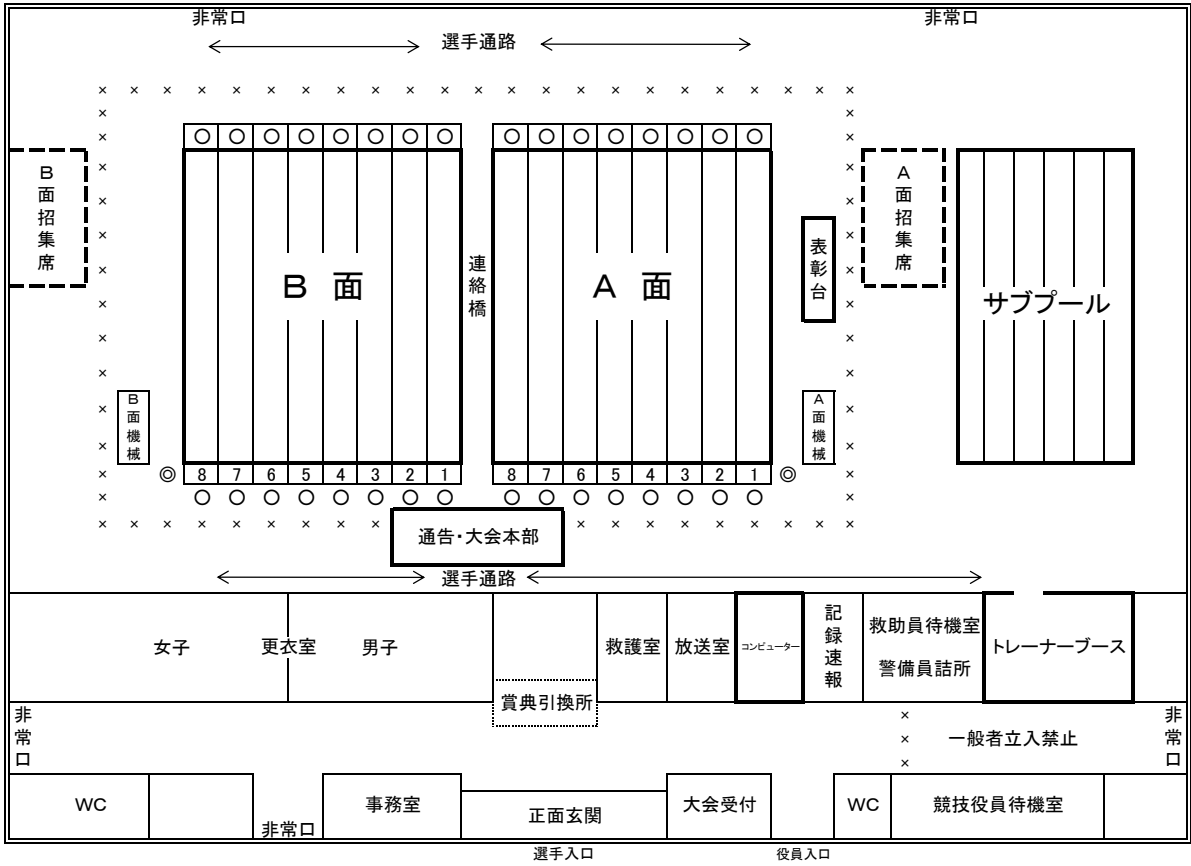
(8) リレー競技の第1泳者の記録について

4×25mのリレー競技を除き、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)

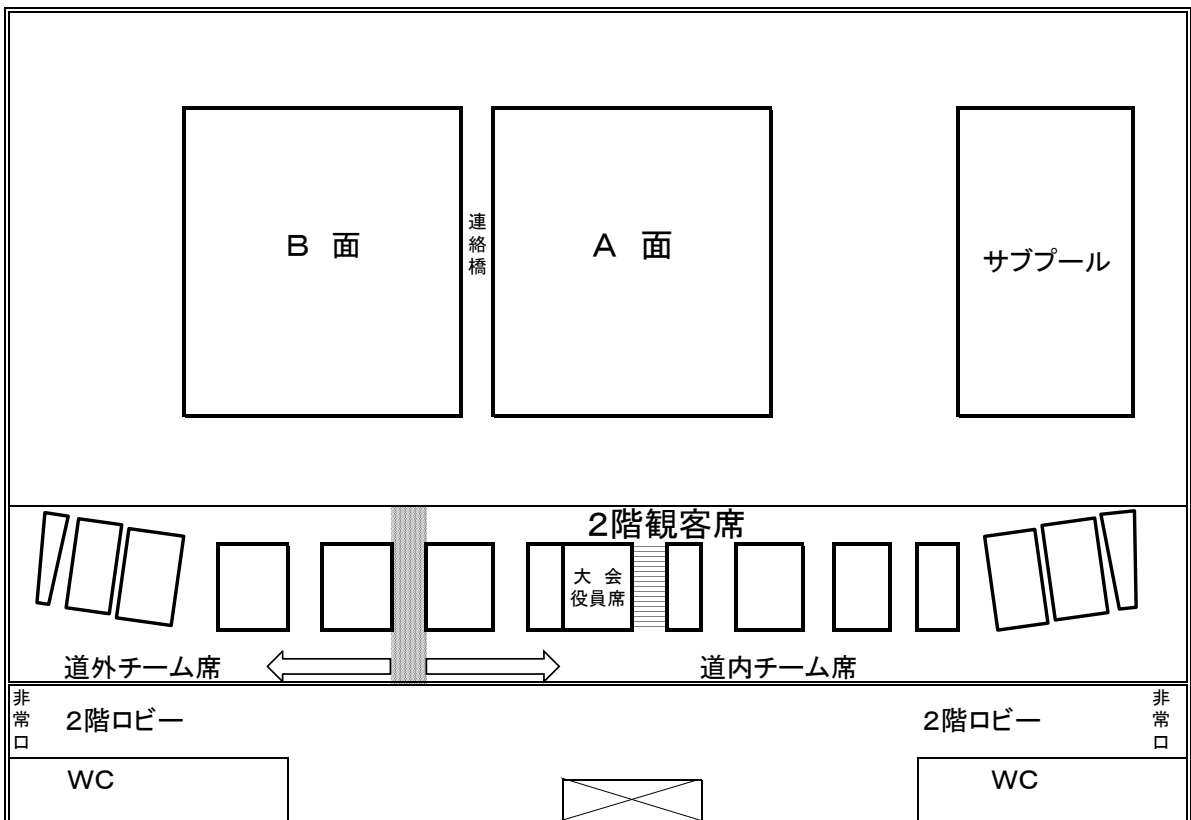
(9) 水着の規定について

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)

ア リ ー ナ 全 景



2 階 観 客 席



※ コピーして使用してください (A4サイズ 白統一 裏紙不可)

変更

※ 登録者シールの貼付または手書きが可能です ※

2026年度 日本マスターズ水泳短水路大会 札幌会場 リレーオーダー変更届

(この会場の個人種目に全員が申し込みをしていなければなりません)

チームID							申込責任者
チーム略称							

《オーダー変更》

- ◎ オーダーを変更する種目のプログラムNo・組・レーンを記入し、性別・距離・種目に○印を付けてください。
- ◎ 1種目につき、1枚使用してください。
- ◎ エントリータイムは変更できません。

プログラムNo.	組	レーン	競技種目			
			女子	4 × 25m	4 × 100m	フリーリレー
			男子			
			混合	4 × 50m	4 × 200m	メドレーリレー

《オーダー》

第1泳者	ID					女・男
	氏名	<登録者シール貼付可>				<暦年齢>
第2泳者	ID					女・男
	氏名	<登録者シール貼付可>				<暦年齢>
第3泳者	ID					女・男
	氏名	<登録者シール貼付可>				<暦年齢>
第4泳者	ID					女・男
	氏名	<登録者シール貼付可>				<暦年齢>

《区分》

72～119歳	120～159歳	160～199歳	200～239歳
240～279歳	280～319歳	320～359歳	360～399歳
合計年齢			歳

受付時間	受付者	コンピュータ	記録