

2017年度日本マスターズ水泳長距離大会のご案内

《 愛知会場／東京会場 》

本年度の2017年度日本マスターズ水泳長距離大会は、参加者数738名（愛知会場205名、東京会場533名）になりました。多数のお申し込みありがとうございました。

本大会の全競技を円滑に終了するためには、参加者の皆様のご協力が不可欠です。

つきましては、参加者一人一人の皆様に、下記の事項についての周知徹底をよろしくお願いいたします。

1. 大会会場	2
2. 大会日程／競技スケジュール	3
3. IDカード・帯同計時票／受付／出場確認	5
4. 競技について	6
5. 招 集	6
6. リレー種目	7
7. 帯同計時	8
8. 表彰／記録	8
9. 申 告	9
10. 施設利用上の注意	10
11. 健康管理	10
12. そ の 他	11

* 撮影許可申請書の提出について

* リレーオーダー変更届

* 個人申込書（当日申込用）

* 出場申告用紙

* レース前の安全確認

1. 大会会場

< 愛知会場 > 10月29日(日)

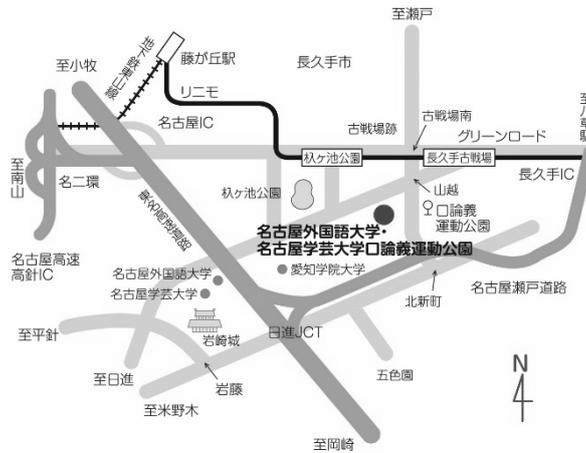
「名古屋外国語大学・名古屋学芸大学口論義運動公園屋内温水プール」

(公認50m×8レーン)

愛知県日進市北新町西口論義323-8

交通機関

- 地下鉄東山線「藤が丘駅」から、リニモ「長久手古戦場駅」下車 3番出口 徒歩10分



< 東京会場 > 11月4日(土)・5日(日)

「町田市立室内プール」 (公認50m×8レーン)

東京都町田市関師町199-1

交通機関

- 小田急線/JR横浜線「町田駅」からバス約20~30分
町田バスセンター 14番のりば
「室内プール経由野津田車庫行」または「室内プール行」 「室内プール」下車すぐ
- JR横浜線「淵野辺駅」からタクシー約10~15分



2. 大会日程／競技スケジュール

愛知会場		
10月29日(日)		
開	場	8:15
メインプールアップ		8:20 ~ 9:15
サブプールアップ		8:20 ~ 競技終了
公式スタート練習		8:45 ~ 9:15
競技開始		9:30
競技終了		15:02
メダル受け渡し終了時間		15:25
閉	館	15:35
No	種目	予定時間
1	女子 1500m自由形	
	1・2組	9:30
	3・4組	10:09
2	男子4×100mフリーリレー	
	1組	10:40
3	女子4×100mフリーリレー	
	1組	10:47
4	男子 1500m自由形	
	1・2組	10:56
	3・4組	11:31
	5・6組	11:59
5	混合4×100mメドレーリレー	
	1組	12:25
6	女子 800m自由形	
	1・2組	12:33
	3・4組	12:53
7	男子 800m自由形	
	1・2組	13:08
	3・4組	13:26
	5・6組	13:41
8	混合4×200mフリーリレー	
	1組	13:55
9	女子 400m個人メドレー	
	1組	14:09
	2組	14:19
10	男子 400m個人メドレー	
	1組	14:27
	2組	14:39
	3組	14:48
	4組	14:56
	終了予定	15:02

※ ウォーミングアップ時のメインプールのA側（更衣室出口右側）1・2レーンはダッシュレーン（スタート専用）とします。

※ サブプールでは飛び込み練習はできません。

※ 公式スタート練習は、メインプールの1・2レーンで行います。なお、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。

東京会場

11月 4日 (土)

11月 5日 (日)

開	場	8:15
メインプールアップ		8:20 ~ 9:15
サブプールアップ		8:20 ~ 競技終了
公式スタート練習		8:45 ~ 9:15
競技開始		9:30
競技終了		18:46
メダル受け渡し終了時間		19:05
閉	館	19:15

開	場	8:15
メインプールアップ		8:20 ~ 9:15
サブプールアップ		8:20 ~ 競技終了
公式スタート練習		8:45 ~ 9:15
競技開始		9:30
競技終了		14:43
メダル受け渡し終了時間		15:05
閉	館	15:15

No	種 目	予定時間	No	種 目	予定時間				
1	女子 1500m自由形		5	女子 800m自由形					
		1・2組			9:30	1・2組	9:30		
		3・4組			10:11	3・4組	9:56		
		5・6組			10:45	5・6組	10:14		
		7・8組			11:17	7・8組	10:31		
		9・10組			11:47	9・10組	10:48		
		11・12組			12:15	11・12組	11:03		
2	男子4×200mフリーリレー		6	男子4×100mメドレーリレー					
		1組			12:41	1組	11:18		
3	女子4×200mフリーリレー		7	女子4×100mメドレーリレー					
		1組			12:57	1組	11:24		
4	男子 1500m自由形		8	男子 800m自由形					
		1・2組			13:16	1・2組	11:32		
		3・4組			14:00	3・4組	11:52		
		5・6組			14:33	5・6組	12:08		
		7・8組			15:03	7・8組	12:23		
		9・10組			15:38	9・10組	12:37		
		11・12組			16:08	9	混合4×100mフリーリレー		
		13・14組			16:35			1組	12:50
		15・16組			17:01	10	女子 400m個人メドレー		
		17・18組			17:33			1組	12:58
		19・20組			18:01			2組	13:11
		21・22組			18:25			3組	13:21
								4組	13:31
		5組	13:40						
		11	男子 400m個人メドレー						
				1組	13:48				
				2組	14:03				
				3組	14:12				
				4組	14:21				
				5組	14:30				
		6組	14:37						
	終了予定	18:46			終了予定	14:43			

※ ウォーミングアップ時のメインプールのA側（サブプール側）1・2レーンはダッシュレーン（スタート専用）とします。

※ サブプールでは飛び込み練習はできません。

※ 公式スタート練習は、メインプールの1・2レーンで行います。なお、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。

3. IDカード・帯同計時票／受付／出場確認

< IDカード・帯同計時票 >

- (1) 参加選手は、2次要項と一緒に届くIDカードと帯同計時票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）。
IDカードは、2017年度日本マスターズ水泳長距離大会の参加選手であることを証明する大切なものです。出場確認、招集受付、メダルの受け取りの際など、大会期間中必要となりますので、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。
帯同計時票は、帯同計時を行う種目・組・レーンが記載されており、招集時に必要となります。
- (2) IDカードには以下の項目があり、1つでも未貼付・未記入があると参加できません。
 - 顔写真（表面）
選手の顔が判別できる写真（3cm×4cm）を必ず貼付してください。
 - 誓約書（表面）
誓約項目を確認のうえ、署名をしてください。
 - 大会当日緊急時の連絡先（裏面）
参加選手のご家族に緊急の連絡を要する場合に連絡の取れる連絡先を記入してください。
- (3) 「IDカード」「顔写真」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。再発行料として各500円が必要となります。

< 受付 >

参加賞・プログラム（予約分）は下記の手順で、大会期間中に大会受付にてお引き換えください。大会終了後の引き換えや引換券のない場合の引き換えは行えません。

- 参加賞
同封の「参加賞引換券」を代表者が大会受付に提出し、参加人数分とお引き換えください。
- プログラム（予約分）
同封の「プログラム引換券」は予約冊数分の枚数が同封されていますので、購入者本人または代表者1名がまとめて大会受付に提出し、お引き換えください。

プログラムに記載されている氏名・種目等を必ず確認してください。プログラムの印刷ミスがあった場合は、チーム責任者が指定用紙に記入のうえ、該当競技の開始2時間前までに、インフォメーションデスクに提出してください。

※ 指定用紙はインフォメーションデスクにあります。

< 出場確認 >

ご自分の出場する競技の開始予定時間1時間前までにインフォメーションデスクで出場確認を行ってください。出場確認は、IDカードに印刷されているQRコードをインフォメーションデスクに設置の機械にかざします。

なお、リレー種目の場合は同封の「リレーエントリー確認票」に印刷されているQRコードで出場確認を行ってください。

出場確認を行わない場合は棄権の扱いとなり、プログラムに名前が記載されていても出場できません。

4. 競技について

< 競技方法 >

- (1) 本大会は2017年（一社）日本マスターズ水泳協会競泳競技規則に則り行います。
- (2) デッキシーディング（出場確認者のみによる当日組み分け）は行わず、事前に泳ぐ組・レーンを決定しています。
- (3) 800m・1500m自由形は、同一レーンで2名が泳ぎます。奇数組はA側、偶数組はB側よりスタートし、スタートした側から見たレーンの右半分を使います。



- (4) 同一レーンで2名が泳ぐため、お互いルールを守って泳いでください。レーンの中央線を越え他の泳者の進路を妨害した場合は、インターフェア行為と見なされ失格となります。なお、進路妨害のあった場合の再レースは、原則行いません。
- (5) 400m個人メドレーおよびリレー種目はすべての組がA側からスタートします。
- (6) 競技時間はあくまで予定です。競技時間は競技の進行状況により前後します。大会受付前のスクリーンに招集状況を表示していますので、確認し、遅れることのないよう招集所へお越しください。スタートリスト・競技予定時間は、本協会ホームページで公開しています。

< スタート >

- (1) 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願いします。
- (2) 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、そちらを利用してください。

< プールからの退水方法 >

競技役員の指示に従い、他のレーンの泳者、次の組の泳者を妨害することのないよう、またタッチ板に触れることのないよう注意し、退水します。1～4レーンの泳者は1レーン側、5～8レーンの泳者は8レーン側プールサイドから退水してください。

5. 招 集

- (1) 招集所は、A側の1か所です。
※ A側 愛知会場：更衣室出口右側、東京会場：サブプール側

- (2) 招集では、競技における注意事項の説明がありますので必ず聞いてください。
- (3) 招集所では、IDカードを提示してください。また、リレー種目は「リレーエントリー確認票」も忘れずにお持ちのうえ、4名揃って集合してください。
※ IDカードの誓約書欄に署名のないもの、緊急時の連絡先の記入がないもの、写真の貼付がないものは無効です。
- (4) 800m・1500m自由形は、同一レーンを2名で泳ぐため、奇数組と偶数組を同時に行います。このため、出場する種目・組により招集時間が変則になりますので注意してください。
※ 800m・1500m自由形は1レース前（前奇数組と前偶数組）がスタートするまでに招集所へ集合してください。
例 11組または12組に出場の場合、9・10組がスタートするまでに集合。
※ 400m個人メドレーは2レース前がスタートするまでに招集所へ集合してください。
例 7組に出場の場合、5組がスタートするまでに集合。
- (5) 招集受付を済ませないといかなる理由であれ棄権となり出場ができません。
- (6) 帯同計時にあたられている方も選手と同じ時間に招集を受ける必要がありますので、必ず集合してください。

6. リレー種目

- (1) リレーオーダーを変更する場合（競技当日締切時間までに1回のみ）は、「リレーオーダー変更届」に必要事項を記入し、「リレーエントリー確認票」とともにインフォメーションデスクへ提出してください。
※ 種目、年齢区分の変更はできません。
※ 同一リレー種目には、年齢区分にかかわらず1人1回しか出場できません。
※ オーダー変更締め切り後の泳者および泳者順序の変更は認められません。
※ 大会出場登録を行っていない方がリレーメンバーになる場合は、登録者シールを貼付した「個人申込書」に大会出場登録費1,000円を添えて、提出してください。
- (2) 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、出場申告用紙に記入のうえ、インフォメーションデスクへ申告してください。申告がなく水中からスタートした場合は、失格になります。
※ 世界記録の突破を目指しているチームの第2泳者以降は、台上またはプールデッキからスタートを行ってください。
- (3) 「リレーエントリー確認票」を紛失および忘れた場合は、インフォメーションデスクにて再発行を受けてください。再発行料として500円が必要となります。
- (4) リレーオーダー変更届提出締切時間

		種 目		締切時間	
愛知 会場	10月29日 (日)	No.2	男子	4×100mフリーリレー	9:45
		No.3	女子	4×100mフリーリレー	9:45
		No.5	混合	4×100mメドレーリレー	11:30
		No.8	混合	4×200mフリーリレー	13:00
東京 会場	11月4日 (土)	No.2	男子	4×200mフリーリレー	11:45
		No.3	女子	4×200mフリーリレー	11:45
	11月5日 (日)	No.6	男子	4×100mメドレーリレー	10:15
		No.7	女子	4×100mメドレーリレー	10:15
		No.9	混合	4×100mフリーリレー	11:45

7. 帯同計時

- (1) 帯同計時は基本的に泳者本人（リレーチームの場合はどなたか1名）が他泳者の計測を行うこととします。帯同計時を行わない場合は、泳者本人の記録は公認せず、順位にも組み入れません。ただし、以下の点が認められています。
 - ① 泳者の代わりの方が帯同計時を行う
他泳者の計時を、泳者本人に代わり代理の方が行うことができます。代理の方に「帯同計時票」をお渡してください。
 - ② 泳者が自分の帯同計時を伴う
招集時に申し出ることで、本来の帯同計時員と交代することができます。泳者と一緒に招集所へ集合してください。その際、本来の帯同計時員は招集員の指示に従ってください。ただし、割り当てられた他泳者の帯同計時は行わなければなりません。
- (2) 同封の「帯同計時票」に、計時を行う種目・組・レーンが記載されています。指定された種目・組・レーンの招集時間に帯同計時票を持参し、招集所へ集合してください。帯同計時票は招集所で回収します。
- (3) 8：30～8：45（東京会場は2日間とも）に招集所にて計時方法講習を行います。計時に不慣れな方・不安がある方はぜひご参加ください。

8. 表彰／記録

- (1) 出場選手全員に公認記録証および参加賞を授与します。
公認記録証は、レース終了後に大会受付で渡しますので、IDカードを提示し、受け取ってください。
※ 途中時間はあくまで参考記録であり、公認記録ではありません。
※ IDカードがない場合は授与できませんので、必ずIDカードを提示してください。
- (2) 各種目の年齢区分ごとに、個人種目1～3位、リレー種目1位にメダルを授与します。入賞された方は、メダル引換証を発行のうえ、受領サインをして受け取ってください。
メダルの受け渡し時間は各日とも、その日の競技終了20分後までとします。
- (3) 各種目の男女すべての組の競技終了後、約1時間後にその種目の男女別、年齢区分別のランキングを公式掲示板に掲示します。なお、本協会ホームページにも各種目の男女すべての組の終了後、その種目のランキングを掲載します。
- (4) 競技結果（レースタイム）が各々の参加標準記録を超過した場合は、表彰対象とならず、メダルの授与は行いません（記録は公認）。
- (5) エントリータイムと競技結果の差が、1500m自由形4分00秒、800m自由形3分00秒、400m個人メドレー2分00秒以上の場合も表彰対象とはなりません（記録は公認）。また、その差が前述の倍の場合は、インターフェア行為で失格となり、記録も公認されません。
- (6) 日本記録・世界記録の公認には、FINA承認水着の着用が必須です。世界記録を突破された場合、競技終了後、水着着用の写真を撮影します。また、泳者の生年月日を証明する「パスポートのコピー」または「住民票のコピー（3ヶ月以内のもの）」が必要になりますので準備してください。
※ 水着の規定については、本協会ホームページで確認してください。
- (7) マスターズ水泳日本記録を突破した選手およびリレーチームには「日本新記録樹立証」を、国際水泳連盟（FINA）認定のマスターズ水泳世界記録を突破した選手およびリレーチームには「世界記録突破証」を表彰式にて授与します。競技役員の指示に従ってください。

9. 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してください。

「出場申告用紙」が必要な申告

- テープ等をされる方
 - ※ 競技規則上、テープ等は認められません。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許可できません。
 - ※ やむを得ず使用の承認を受ける必要のある方は実際に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。
- 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のある方
 - ※ 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。
- 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すが、スタートの介助はできません（一緒に水中に入ることは不可）。ゴール後は競技役員の指示を優先し介助してください。
- リレーの第2泳者以降が水中からスタートするチーム
 - ※ 世界記録に挑戦するチームの第2泳者以降が水中からスタートした場合、世界記録を突破しても世界記録の公認はされません。詳細は、P7「6. リレー種目（2）」を確認してください。

「世界記録申請用紙」が必要な申告

- 世界記録に挑戦される方およびチーム
 - ※ 「世界記録申請用紙」に必要事項を記入のうえ、申告してください。なお、リレー種目の第1泳者として挑戦される方も必ず申告してください。

< 異議申し立てについて >

異議申し立て（抗議書の提出）は、チーム責任者が行ってください。

競技開始前にわかった事柄についてはその競技の出発合図の前までに、競技の失格内容や状況等に異議のある時はそのレース終了後30分以内に抗議書に内容を記入し、**抗議料5,000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裁定します。なお、チーム等により撮影された映像等は審議の資料として採用できかねます。

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を返金しません。その他、違反内容の問合せについては選手本人からでも可能です。指定用紙に記入のうえ、インフォメーションデスクにお申し出ください。

10. 施設利用上の注意

- (1) 貴重品は各自で管理してください。盗難等については一切責任を負えません。
- (2) 大会受付より先、更衣室入口周辺からプールサイドは履物禁止です。
- (3) プールサイドおよびロッカールームへの飲食物・ビン類の持ち込みは禁止です。
- (4) 喫煙は指定場所のみで可能です。
- (5) プールサイドは水に濡れると滑りやすくなります。十分注意してください。
- (6) マスターズスイマーとして、マナーを守り館内をきれいに利用しましょう。ごみ等は各自でお持ち帰りください。
- (7) アリーナ内での写真撮影は禁止です（報道関係は除く）。

11. 健康管理

- (1) 大会中の健康管理は本人の責任とし、ご自分の体調には十分留意してください。水分不足には十分注意し、こまめに水分補給をしてください。
- (2) 会場内で体調不良や怪我をした場合は、医務室にて応急処置を行います。
愛知会場 医務室：B側スタートサイド本部席側、救護席：本部席横
東京会場 医務室：本部席後ろ、救護席：本部席横
- (3) 当日、ご自分の体調に不安を感じたら棄権してください。また、仲間の方も棄権を勧めてください。特にリレー種目では1人の選手が体調不良の場合、仲間が棄権を勧めることが大切です。
- (4) 本大会は長距離種目かつ長水路プールでの競技のため、体調不良や練習不足が思わぬ事故を招く場合がありますので、十分注意してください。
- (5) 別紙「レース前の安全確認」は必ず選手全員が確認してください。
- (6) 「マスターズ水泳キーワード9」の実践をお願いします。
- (7) 大会期間中、大会医務委員に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。

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
(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	あつてこそ	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

公益財団法人 日本水泳連盟医事委員会
日本水泳ドクター会議
一般社団法人 日本マスターズ水泳協会

12. その他

- (1) 大会期間中は忘れ物のないように毎日確認してください。忘れ物は、大会受付にて大会期間中は保管していますが、**大会終了後1週間で廃棄処分します。**
- (2) お申し込み時およびIDカードに記入の大会当日緊急時の連絡先については、事故・怪我の発生など万一の際に実行委員会で使用します。これらの目的以外で使用することはありません。チーム責任者の方も下記のとおり、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持参してください。
 - ② 責任者が会場へ同行されない場合
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。
- ※ 緊急時の連絡先とは、選手のご家族等に急を要する連絡の取れる電話番号です。
- (3) 大会会場内にて、主催者の許可なく営利活動や販促物等の配布、集客活動等を行うことは禁止します。
- (4) 大会当日、社会情勢ならびに天変地異等の不可抗力により中止になった場合は、「参加賞（メッシュキャップ）」「プログラム（申し込み分）」はチームへお渡ししますが、申込料は返金できません。
- (5) 個人情報ならびに肖像の取り扱いについて
本大会にあたり取得した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会運営に使用します。
 - ・ 競技結果としてホームページ、マスターズニュース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、マスターズニュース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本協会に帰属します。
- (6) 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します。また、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注意してください。撮影許可証は会場内での撮影を許可するものであり、これらの権利を許諾するものではありません。

<大会期間中の問い合わせ先>

080-7943-4321（受付時間：各日とも開場時間～閉館時間）

※ 大会期間中（10月29日／11月4・5日）のみ有効な電話番号です。

※ 大会開催前・終了後は日本マスターズ水泳協会（03-3512-8221）まで。

※ 本大会について大会会場へ問い合わせを行うことはおやめください。

MEMO

撮影許可申請書の提出について

各大会におきまして選手を不当な目的で盗撮する事件が頻繁におきています。特に最近はマスコミでも報道されているように赤外線カメラを使用するなど手口も巧妙かつ悪質となっているケースが多くみられます。こうした不祥事を防止するために、本大会におきましては撮影許可の申請を行わない者はビデオ、カメラ、携帯電話等での撮影を禁止することにしました。

つきましては貴チームの関係者で、本来の目的による撮影を希望する方は、下記事項を了承のうえ、撮影許可申請書に必要事項を記入し、大会受付に提出してください。

記

＜確認事項＞

- ・ 本来の目的による撮影以外には発行することはできない。
- ・ 撮影許可を証明するゼッケンを着用して撮影することを条件とする。
- ・ 撮影許可申請書と引き換えに許可を証明するゼッケンを貸し出す。
- ・ 撮影許可申請書は、大会実行委員会発行のものを各チームでコピーして使用すること。
- ・ 各チームで撮影許可申請書発行簿を作成し、申請状況を把握すること。（書式は各チームによる）
- ・ 撮影許可申請書を提出した場合であっても、アリーナ内での撮影は禁止する。
また、赤外線フィルター・赤外線装置を使用しての撮影は禁止する。なお、機材や映像の点検をさせていただきますことを撮影許可の条件とする。
- ・ ゼッケンは大会受付に大会終了までに返却すること。
- ・ 返却の際、返却確認書を受け取り、大会終了後1ヶ月の間保管すること。
- ・ 返却なき場合、紛失・破損・汚損等の場合は、実費として2,000円を徴収する。
- ・ ゼッケンの申請者以外への貸し借りは固く禁止する。必ず申請者本人が返却すること。
- ・ 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必要がある。また、会場BGMをそのまま使用すると著作権侵害となるので注意すること。

以上

きりとり

＜2017年度日本マスターズ水泳長距離大会＞

No. _____

撮影許可申請書

使用日：2017年 月 日

氏 名			
	関係	コーチ・選手・家族・親戚・その他（ ）	
チームNo	—	チーム名	
住 所			
電 話 番 号			
機 種	ビデオ・カメラ・携帯電話・その他	機 種 名	

使用後は、大会終了日までに必ず返却します。

責任者署名

コピーして使用してください

※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

リレーオーダー変更届

大会名	2017年度日本マスターズ水泳長距離大会		
期日	2017. .	会場	愛知会場 ・ 東京会場

チームNo.	0	チーム略称	
申込責任者		エントリー タイム	分 秒

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

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

リレー区分	119歳 以下	120～ 159歳	160～ 199歳	200～ 239歳	240～ 279歳	280～ 319歳	320～ 359歳	360～ 399歳
-------	------------	--------------	--------------	--------------	--------------	--------------	--------------	--------------

自動計時	分	秒
手動計時	分	秒
記録	分	秒

※網掛け箇所以外全て記入してください。

(一社)日本マスターズ水泳協会

※ 下記事項に該当する方のみ提出が必要です。該当しない方は提出の必要はありません！ ※

申告日： 2017 年 月 日

出場申告用紙

大会名	2017年度日本マスターズ水泳長距離大会				会場名	愛知会場・東京会場			
チーム名					登録番号				
カガナ		年齢	チームID			個人ID			
氏名	女・男	歳	0						

① 出場にあたって申告が必要な項目（□にチェックをしてください）

- テープ等を使用する（大会当日審判長の許可が必要です）
- 障がいをお持ちの部位による泳法違反を回避したい（大会当日審判長の許可が必要です）
- 障がい等により招集後も介助者の同行もしくは補助具の使用が必要
- リレーの第2泳者以降が水中スタートする
- その他

※ 詳細な申告内容は ②申告内容 に記入すること。

② 申告内容

③ 出場種目

	プログラムNo.	種目	組・レーン	
1	No.	m	組	レーン
2	No.	m	組	レーン
3	No.	m	組	レーン
4	No.	m	組	レーン
5	No.	m	組	レーン
6	No.	m	組	レーン

※ 競技会申し込みの際に申告する方は組・レーンは空白で提出してください。

※ 競技会当日申告する方は組・レーンまで記入のうえ、提出してください。

※ 競技会当日、審判長による許可が必要です。

受付者		審判長			
-----	--	-----	--	--	--

◆参加者の皆様へ必ずお渡しいただき、下記「安全確認」の実践をお願いします。

(公財)日本水泳連盟医事委員会
日本水泳ドクター会議
(一社)日本マスターズ水泳協会安全委員会

事故が起こってからでは遅すぎる・・

「レース前の安全確認」

近年、マスターズ水泳での重大事故が見られます。原因は、選手の過信や無理だと思われます。健康な人でも、体調は日によって違うものです。睡眠不足、二日酔い、風邪ひきなどがあるとなおさら。泳ぐ前には身体の調子を自分で確かめましょう。そして、ちょっとでもおかしいと感じたら、迷わず棄権しましょう。以下の項目に1つでも当てはまる場合は、事故が起こってもおかしくありません。棄権をお勧めします。マスターズ人生を長く続けるために！

<近年起こった重大事故例>

1. 65歳男性
レース出場前に背中に凝りがあり痛みも少しあるので、医務室にてドクターに相談した。診断の結果、緊急性の高い疾病が疑われ、直ちに病院へ救急搬送され、大動脈解離で入院となった。
2. 55歳女性
レース後、気分が悪くなり動けなくなった。ドクターの呼びかけにも朦朧としているため病院へ救急搬送された。高血圧の既往があり、睡眠不足のうえに朝食を摂取しないまま競技に臨むというコンディション不良が原因だった。

<大会までの体調は大丈夫ですか？>

1. 定期的な練習を必ず行いましょう。練習をせずにいきなり大会に出場すると思わぬ事故が待っています。日頃の練習があつてこそ楽しいレースができます。
2. 特に風邪、睡眠不足、二日酔い、疲労には気をつけて規則正しい生活を心がけてください。

<レース前に守っていただきたいこと！>

1. アルコールは禁物。前日に飲み過ぎると血液の濃度が高くなり、レース中の心拍数と血圧が普段よりも上がります。また、血液が濃くなる時には障害や事故が起こりやすくなります。
2. 睡眠不足も同じこと。まずはベストの体調で出場してこそ、楽しくそしてベストタイムにつながります。
3. 事故予防標語「マスターズ水泳キーワード9」の実践をお願いします。

<レース当日の体調確認>

1. 準備体操・ウォーミングアップは、十分に行いましょう。
2. タイム、順位にこだわらず、マイペースで無理せず泳ぎましょう。
3. もし体調が悪いときは、棄権しましょう。
4. レースが終わった後も、必ずクーリングダウン。水に体を浮かせ、ゆっくり泳ぎましょう。
5. 水分不足に注意。長い時間屋内プールにいと、結構汗をかいているものです。こまめに水分をとりましょう。

<こんな時は要注意！>

- ◎ 呼吸が苦しい、胸が苦しい・痛い、疲労感（体がだるい）、めまい・吐き気、筋肉・関節の痛み等がある時は、レース前に必ず医務室でドクターに相談してください。

「 医務室」は、(愛知会場) B側スタートサイド本部席側
(東京会場) 本部席うしろ にあります。

ドクターおよび看護師が待機しています。当日の体調相談もOKです。

