

日本マスターズ水泳短水路大会仙台会場 2 次要項

日本マスターズ水泳短水路大会仙台会場にお申し込みいただき誠にありがとうございます。
お陰様をもちまして、本年は参加人数 593 人、973 種目、114 チームの
エントリーをいただき開催できる運びとなりました。

本年も昨年の地震の影響によりメインプールが使用出来ない為、サブプールでの開催となつております。また、新型コロナウイルス感染拡大防止のために引き続き選手・チーム責任者、競技役員の皆様のご協力をお願い致します。

本案内の内容をご確認の上、競技会運営にご協力をお願いします。また、参加選手一人一人にも本注意事項を周知の上ご参加頂きます様ご案内をお願い申し上げます。

会 場 宮城県宮城郡利府町菅谷 40-1
セントラルスポーツ宮城 G21 プール / サブプール
TEL : 022-356-1122

開 催 日 2023年4月16日 (日)

開 場 6 : 45 受付開始

※ID カード・健康チェック表必須

日本マスターズ水泳協会指定の健康チェックシートではなく

2次要項同封の健康チェック表に必要事項をご記入の上ご持参ください。

朝ウォーミングアップ No.1~12 7 : 10 ~ 8 : 00
No.13以降 8 : 10 ~ 9 : 00

スタート練習 (1~3レーン)

No.1~12 7 : 40 ~ 8 : 00

No.13以降 8 : 40 ~ 9 : 00

競技時間 開始式 9 : 15
競技開始 9 : 30
競技終了 17 : 01 予定

- ※ 開会式は行わず、開始式として宮城県水泳連盟会長・マスターズ協会理事挨拶および審判長からの注意のみ行います。選手宣誓は行いません。
- ※ 各種目の日本新記録・世界新記録の表彰式は実施の予定です。
- ※ 今回 シャトルバスの運行は行いません。

競技順序 ※競技番号はプログラムに対応しています。

競技番号	競技種目	組数	予定時間
1	女子200m個人メドレー	2	9:30
2	男子200m個人メドレー	3	9:39
3	女子 4×25mメドレーリレー	3	9:50
4	男子 4×25mメドレーリレー	4	10:01

休憩 12分

5	女子 25m自由形	11	10:25
6	男子 25m自由形	9	10:35
7	女子 25m背泳ぎ	8	10:41
8	男子 25m背泳ぎ	4	10:57
9	女子 25m平泳ぎ	4	11:04
10	男子 25m平泳ぎ	4	11:08
11	女子 25mバタフライ	8	11:11
12	男子 25mバタフライ	7	11:18

休憩 16分

13	女子 50m自由形	13	11:40
14	男子 50m自由形	18	11:56
15	女子 50m背泳ぎ	6	12:16
16	男子 50m背泳ぎ	6	12:31
17	女子 50m平泳ぎ	8	12:45
18	男子 50m平泳ぎ	8	12:58
19	女子 50mバタフライ	5	13:08
20	男子 50mバタフライ	7	13:15

休憩 47分

21	混合 4×25mメドレーリレー	3	14:10
22	女子 100m個人メドレー	6	14:20
23	男子 100m個人メドレー	6	14:35
24	女子 200m自由形	5	14:48
25	男子 200m自由形	4	15:07

休憩 16分

26	女子 100m自由形	3	15:35
27	男子 100m自由形	5	15:42
28	女子 100m背泳ぎ	3	15:51
29	男子 100m背泳ぎ	3	16:02
30	女子 100m平泳ぎ	2	16:12
31	男子 100m平泳ぎ	4	16:18
32	女子 100mバタフライ	1	16:26
33	男子 100mバタフライ	2	16:29
34	混合 4×25mフリーリレー	3	16:33

休憩 10分

35	女子 4×25mフリーリレー	2	16:50
36	男子 4×25mフリーリレー	4	16:54

競技終了予定

17:01

主催者・主管からの連絡事項

■ (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ていなければならない。(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)

■競技進行上の注意

1. 競技時間・プログラム順について

- ※ 一次要項でお知らせした順番での開催となります。尚レースレーンは6レーンで行います。
ご自分の出場する競技が終わった時点で速やかにお帰りいただきますよう、ご協力をお願い致します。
但し、チームからの競技役員およびチーム引率・介助の方・会場の後片付けの方は引き続きご協力をお願い致します。

2. 健康チェックシート・IDカード・参加賞引換

<健康チェックシート>

(重要) 仙台会場は健康チェック表が必要です。

日本マスターズ水泳協会指定の書式ではなく、2次要項に同封の書式に3日前(4月14日)からの検温他必要事項をご記入いただき、ご持参頂きます様、お願い致します。

※引率、介護の方も同様にご協力をお願い致します。

<IDカード>

- (1) IDカードは2023年度日本マスターズ水泳短水路大会仙台会場の参加選手であることを証明するものです。招集受付、会場の出入りの際など、大会期間中必要になりますので、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。
- (2) 「IDカード」を紛失や忘れた場合はリゾリューション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。
- (3) 引率・介助の方には受付で専用のIDカードをお渡しします。
- (4) お持ち帰りの際、IDカードや、タオル・ジャージ等を他の方のものと取り違えるケースが多発していますので、ご注意願います。
- (5) IDカードを間違えて持っていかれてしまった場合は、リゾリューションにて無料で再発行します。

<参加賞引換>

「チーム受付票」をチーム責任者または代表者が大会受付へ提出し、参加者分の参加賞・プログラム(申込分)とお引き換えください。大会終了後や「チーム受付票」がない場合は受け取れません。

3. テクニカルミーティング(チームリーダーミーティング)

8:45~9:00 記者室

競技についての詳細と変更事項をご連絡します。

必ずチームの代表者または代理の方が出席し、連絡事項を出場選手全員に連絡してください。

※ その他、変更事項・連絡事項がある場合は公式掲示板にてお知らせします。

4. 競技について

<競技方法>

- (1) 一般社団法人日本マスターズ水泳協会競泳競技規則に則り実施します。
- (2) 男女別(混合リレーを除く)および原則として、年齢区分別に高年齢から低年齢へ、タイムの遅い組から速い組への順に行います。
- (3) 組み分けされている種目で棄権者が多数出た場合、前後の組と合同で競技を行う場合があります。
- (4) 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。

<スタート>

- (1) 25m種目・背泳ぎ種目を除き、オーバー・ザ・トップ方式で行います。
- (2) マスターズ水泳では背泳ぎ以外の種目は、①スタート台上、②プールデッキ、③水中から、スタートすることができます。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、安全上の理由により、プールデッキや水中からのスタートをお願いします。
- (3) 前の組がスタートしたら直ちにスタート台の後ろに並び、計時員(役員)にIDカードを提示し、レーン

を確認してください。

- (4) プールでの水浴びは禁止です。水浴びはプールサイドに用意されている「水浴び用バケツ」をご使用ください。

<プールからの退水方法>

- (1) 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、横から退水します。
- (2) ゴール後は退水側のレーンロープにつかまり水中で待機し、次の組がスタートしてから退水してください。ただし、25m種目は競技終了後、速やかに退水してください。
- (3) 1～3レーンの泳者は1レーン側、4～6レーンの泳者は6レーン側へ移動して退水してください。競技役員から指示があった場合は、その指示に従ってください。

5. ウォーミングアップ・公式スタート練習

大会期間中のウォーミングアップは、入場制限のため、競技順で下表のとおり分けて行います。

ウォーミングアップ	公式スタート練習	対象者
7：10～8：00 及び 競技間の休憩時間	7：40～8：00	競技 No. 1～12
8：10～9：00 及び 競技間の休憩時間	8：40～9：00	競技 No. 13 以降

※ 開始式（9：00～9：30）の間は利用できません。

※ ウォーミングアップは3レーンをダッシュレーンとして設定します。

監督、コーチの立会いで行ってください。

入場制限・ダッシュレーンについて、選手への周知徹底をお願い致します。

※ ダッシュレーン以外での飛び込みは厳禁とします。

※ 1～3レーンを公式スタート練習と致します。希望者が多い場合は順次レーンを増やす予定です。

※ 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。

※ レース中のウォーミングアップ・ダウン専用レーンはありません。

※ 競技間の休憩時間はウォーミングアップ・クールダウン可能ですが、競技開始5分前に退水となります。

※ 安全上、パドル・フィン・キックボード・シュノーケル等の用具の使用はできません。

※ プールサイドへの飲食物、特にペットボトル等の飲み物は持ち込まないでください。

※ ウォーミングアップ・クールダウンは必要最低限でお願いします。各選手は出場競技終了後、直ちに帰宅し身体を休める様心がけてください。

6. 招集

(1) 招集は、サブプール入口、観覧窓側になります。招集ではIDカードが必要です。

(2) 招集は以下の手順で受け付けをします。

① 「種目名・組・選手名」がスクリーンに表示されます。

② 自身の出場する組が表示されたら、直ちに招集員にIDカードを提示ください。

③ 水着の確認を受けて、指示に従い並んでください。

※ 自身の組・レーンは忘れないように、また、間違いのないように申告ください。組・レーンを間違えて泳いだ場合は失格となります。

(3) 招集所へは、自身の出場する種目、組の

25m種目 → 10レース前

50m種目以上 → 5レース前

リレー種目 → 3レース前

休憩直後のレース → 5分前 までに招集所にお越しください。

電光表示板には現在行われている競技種目と組が表示されますので、必ず確認のうえ、遅れないようにご注意ください（最初の種目の招集は9：15より開始します）。

- (4) 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。
- (5) レース終了後必ず荷物入れを確認し、自身の ID カードを確認しお持ち帰りください。取り違いによるトラブルが多く発生するため、他の選手の ID カードと間違わないようご注意ください。
- (6) 競技直前にレーンに入るまでマスクをご着用ください。マスクは各自で用意したビニール袋等にて保管ください。

7. リレー種目

- (1) リレーオーダーを変更するチームは、競技当日の締切時間までに「リレーオーダー変更届」をリゾリューションへご提出ください。変更用紙はリゾリューションにあります。
 ※ 変更は1回のみとなります。
 ※ 種目・年齢区分の変更はできません。
 ※ 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。
- (2) 招集所へは「ID カード」を持参し、4名揃ってお越しください。4名揃わないと招集を受けることができません。招集時不在の場合は棄権扱いになります。ご注意ください。
- (3) 第2泳者以降が水中からのスタートを希望するチームは、「8. 申告」に従い、リゾリューションへ申告ください。
- (4) リレーオーダー変更届提出締切時間

No. 3. 4 男女4×25mメドレーリレー	8 : 4 5
No. 2 1 混合4×25mメドレーリレー	1 2 : 0 0
No. 3 4 ~ 3 6 4×25mフリーリレー	1 4 : 0 0

8. 表彰・記録

- (1) 出場選手全員に参加賞を授与します。
- (2) 公認された記録は、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選手本人が公認記録証として出力できます。
- (3) 各種目・各年齢区分の個人種目：1~8位、リレー種目：1位~3位に賞状を授与します。
 リゾリューションまで、チーム代表者の方が受け取りにきてください。
 なお、後日送付をご希望の方はご連絡ください。着払いにて送付させていただきます。
 今回はメダルの授与はありません。
- (4) 男女別・年齢区分別のランキングを速報板に掲示する他
 日本マスターズ水泳協会のホームページに掲載の予定です。
- (5) 日本記録・世界記録の公認には、WORLD AQUATICS 承認水着の着用が必須です。
 日本記録を突破された場合、泳者の生年月日を証明する下記
 「パスポート」「運転免許証」「マイナンバーカード」「住民票（3か月以内のもの）」
 世界記録を突破された場合、泳者の生年月日を証明する下記
 「パスポート」「住民票（3か月以内のもの）」
 のいずれかのコピーが必要になりますのでご用意ください。
- (6) 日本記録・世界記録を樹立した選手およびチームには「日本新記録証」「世界新記録証」を授与します。

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の1時間前までにリゾリューションへ申告ください。

- (1) テープ等をされる方
 提出書類：出場申告用紙 ＜審判長の許可が必要です＞
 ※ 競技規則上、テープ等は認められません。
 ※ やむを得ず使用の承認が必要な場合は使用状況を確認します。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（指や関節を固定するテーピング、筋肉を補強するテープ等を基本的に許可できません）。
- (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のある方

提出書類：出場申告用紙 ＜審判長の許可が必要です＞

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

※ 申し込み時に申告した方も当日の確認が必要です。

(3) 出場に介助が必要な方

提出書類：出場申告用紙

※ 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（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。

(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

提出書類：出場申告用紙

※ 申告がなく水中からスタートした場合は失格となります。

※ 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、世界記録を樹立しても世界記録の公認はされません。挑戦するチームの第2泳者以降は、台上またはプールデッキからスタートしてください。

(5) 世界記録に挑戦される方およびチームのうち、レース中の挑戦コールを希望する方

世界記録に挑戦する際、レース中の挑戦コールを希望する場合のみ事前にリゾリユーションへ申請してください。

※リレー種目の第1泳者として挑戦される方も同様となります。

<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ときはそのランキング発表後30分以内に抗議書に内容を記載し、抗議料10,000円を添えてリゾリユーション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。また、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、リゾリユーションにお申し出ください。

10. 施設使用上の注意

<開場時の注意>

(1) 選手および関係者の入退場は、1F 正面玄関口より行います。

入場を待つ間は、列を詰めすぎず、間隔をあけて並んでください。

(2) 入場の際、次のチェックを行います。

- ①体温測定（37.5度ある場合は、入場できません）
- ②IDカード・健康チェック表確認
- ③手指のアルコール消毒

(3) ご家族・応援の方の入場はできません。入場は選手・コーチ等引率の他 介助の方に限られます。

また、引率の方も1チームにつき最大4名様まで

選手が5名以下のチームは1名、10名以下は2名、15名以下は3名、16名以上の場合は4名となります。

二次要項に同封の健康チェック表をコピーし、3日前より検温結果をご記入の上、玄関口にてご提示ください。IDカードをお渡ししますので、身につけてご入場ください。

(4) 開場時にチーム関係者が場所取りのために会場内を走るのは大変危険です。思わぬ転倒事故につながる恐れがありますので、絶対におやめください。

(5) 大会当日朝6時以前の入場口整列は禁止します。

<施設使用上の注意>

- (1) 観覧席等は使用禁止となります。控え所は2F フロア・メインプールスタンド裏コンコースをお使いください。会場係・競技役員の指示に従ってください。
- (2) 館内での食事は出来る限り控え、会場外で行ってください。また、ソーシャルディスタンスを心掛け、向かい合わせにならない様に工夫しましょう。
- (3) 更衣は必ず更衣室を使用してください。また、プールサイド・更衣室以外を水着で通行することはお控えください。メイン・サブプールの更衣室が使用できます。
- (4) 更衣室は更衣のみの利用とし、更衣後の荷物は各自で管理をお願いします。盗難等については一切責任を負えません。最近特に、競技場における盗難事故が多発していますのでご注意ください。
- (5) 貴重品は、チームおよび個人で管理してください。但し、少人数の参加で貴重品の管理が難しい方は、リゾリユーションにお声がけください。
- (6) 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。また、不審な人物を確認した場合は、会場係・競技役員へお知らせください。
- (7) 館内の通路は水にぬれると滑りやすくなります。十分に注意してください。
- (8) 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。ごみ及びマスク等は、各自でお持ち帰りください。
- (9) 以下のことは禁止します。
 - ① 火気の使用
 - ② 喫煙（喫煙は正面玄関横・道路側にございます）
 - ③ 会場内外でのテープ類、くぎ、画びょう等の使用
 - ④ ビン類、カン類、アルコール類およびチューインガム等の会場内への持ち込み
 - ⑤ 会場内電源の使用

11. 健康管理

- (1) 大会中の健康管理は本人の責任とし、自身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。医務室は大会議室向かいです。何かありましたらリゾリユーションもしくは記録室前までお越しください。
- (3) 当日、自身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) マスターズ水泳キーワード9の実践をお願いします。

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 日本マスター水泳協会

- (5) 大会期間中、大会医務委員（医師・看護師）により出場停止の勧告がされた場合は、その指示に従ってください。

12. その他

- (1) お申し込み時に申告の大会当日緊急時の連絡先（選手のご家族等に急を要する連絡の取れる電話番号）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。
- (2) 大会会場内にて、主催者の許可なく営利活動や販促物の配布、集客活動等を行うことは禁止します。
- (3) 大会当日、社会情勢ならびに天変地異の不可抗力により中止になった場合は「参加賞」「プログラム（申込分）」はチームへお渡ししますが、一切の返金はいりません。
- (4) 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団体・主管団体に帰属します。
- (5) 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。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。

13. 補足事項

- (1) お弁当を注文されたチームには引換券を当日受付時にお渡しします。
お弁当は 11:30 以降に届きますので、リゾリューションで引換えとなります。
- (2) 駐車場は、第 2 駐車場と、駐車場 A が利用できます。
- (3) 第 2 駐車場右側は県水泳連盟競技役員専用ですので、駐車しない様お願いします。
- (4) バスを運転してお越しのチームは、駐車場 A へお願いします。
- (5) マスク着用は 3 月 13 日より個人の判断に委ねられておりますが、高齢者も参加する大会になっております。感染対策の為にマスク着用ご協力をお願い致します。
- (6) 25m 競技で、誤って前後組みのレースに出てしまう人がいます。
自分の出場する組・レーン・横の人をしっかりと確認してください。
組を間違えて競技に出てしまった場合は、失格になります。
- (7) 25m 種目はプールに入場した際、監視室前の荷物入れに ID カード・荷物等を入れてから自レーンに向かってください。
- (8) 25m 種目の退水後、6 レーン側を歩いて監視室前にある ID カード・荷物等を忘れずに回収し、更衣室にお戻りください。
- (9) 審判長の笛が鳴ったらお静かにお願いします。
- (10) バックストロークレッジを使用しない場合は、役員に申し出てください。
- (11) バックストロークレッジ使用時・足をかける際は、カベ部分に足先が触れている様をお願いします。

調整する場合は、速やかにお願いします。

(12) 質問・問合せ等は1Fリゾリューションまでお願い致します。

プログラム間違いやレースを棄権する場合は必ず事前にお申し出ください。

何か不明な事があった場合、異議申し立てを行う場合などはすべてリゾリューションにお申し出ください。

(13) タクシーをご利用の際は、各時で手配する様にしてください。大会側ではお呼びできません。

(14) ごみは各チームでお持ち帰り頂きますようお願い致します。

(15) 忘れ物をした場合、当日以外は会場の受付ではなく、「りらいぶ」へご連絡ください。

フィットネスクラブりらいぶ 担当 佐藤太郎

〒981-3217

仙台市泉区実沢中山南2-5-5 仙台ヒルズホテル3F

TEL: 022-355-7710