2 次要項

<ジャパンマスターズスプリント 2026　EAST>
第 13 回日本マスターズ水泳スプリント選手権大会　EAST
2026 年 11 月 28 日（土）～ 29 日（日）　千葉県国際総合水泳場

「ジャパンマスターズスプリント 2026　EAST」は参加者 2,707 名となりました。多数のお申し込みありがとうございました。
参加されるすべての皆さまが本案内の内容を必ずご確認のうえ、円滑な競技会運営にご協力いただきますようよろしくお願いします。
※　大会期間中にテクニカルミーティングは実施しませんので、必ず本案内をご確認ください。

1. 大会会場 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 2
2. 大会日程／競技予定時間 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 3
3. 会場案内図 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 4
4. ＡＤカード ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 5
5. 競技方法 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 5
6. ウォーミングアップ／公式スタート練習 ・・・・・・・・・・・・ 6
7. 招　　集 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 6
8. リレー種目 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 6
9. 表彰／記録 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 7
10. 申告／異議申し立て ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 7
11. 施設使用上の注意 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 8
12. 健康管理 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 8
13. そ　の　他 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 9

＊　リレーオーダー変更届
＊　出場申告用紙
＊　有料ロッカー使用申込書
＊　レース前の安全確認
＊　バックプレート付スタート台／バックストロークレッジの使用方法

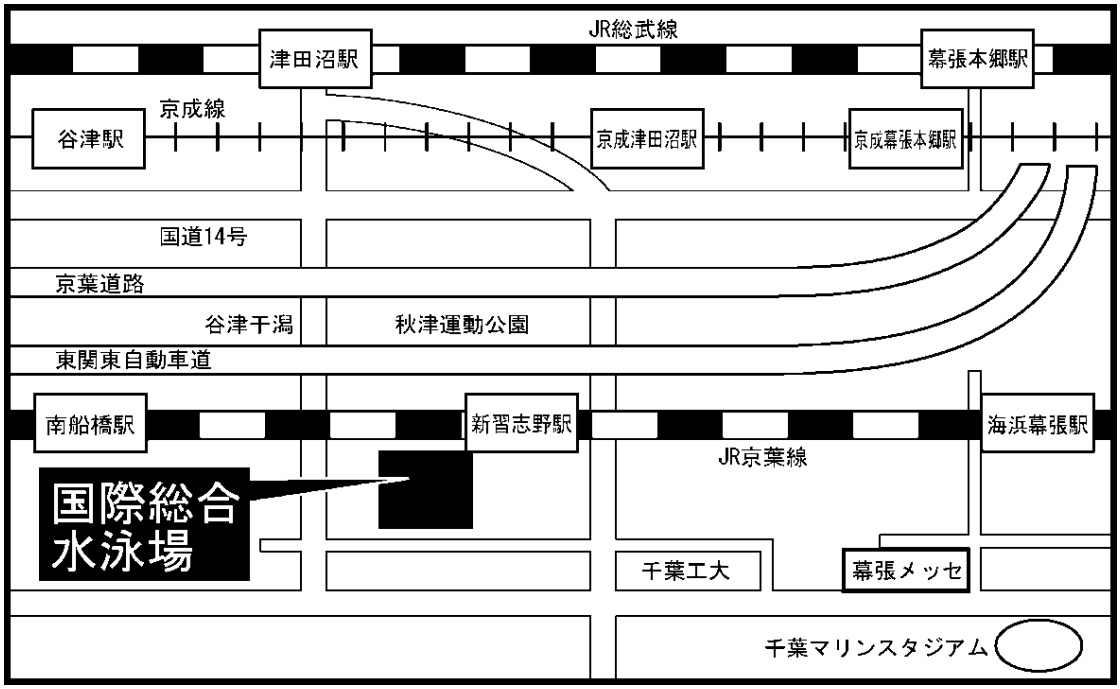
1. 大会会場

「　千葉県国際総合水泳場　」（公認 25m × 8 レーン）　　千葉県習志野市茜浜 2-3-3

＜アクセス＞
- JR 京葉線「新習志野駅」南口徒歩 1 分
- JR 総武線「津田沼駅」より新習志野駅行きバスにて約 20 分
- JR 総武線「幕張本郷駅」より新習志野駅行きバスにて約 20 分
- 京成線「幕張本郷駅」より新習志野駅行きバスにて約 20 分

（JR 京葉線東京駅より約 35 分、新木場駅より約 25 分）

※　参加者用駐車場の用意はありません。必ず公共交通機関でお越しください。



2. 大会日程／競技予定時間

※　入場時に会場内を走るのは大変危険です。転倒事故等につながる恐れがありますのでおやめください。
※　競技スケジュールは予定のため、競技の進行状況により前後します。オンタイム進行を基本としますが、進行が早まった場合 20 分までは繰り上げます。

入場口整列開始時間	7：00
引率責任者先行入場	7：30
選　手　入　場	7：40
応援者・付添者入場	8：15
メインプールアップ	7：40　～　8：45
公式スタート練習	8：15　～　8：45

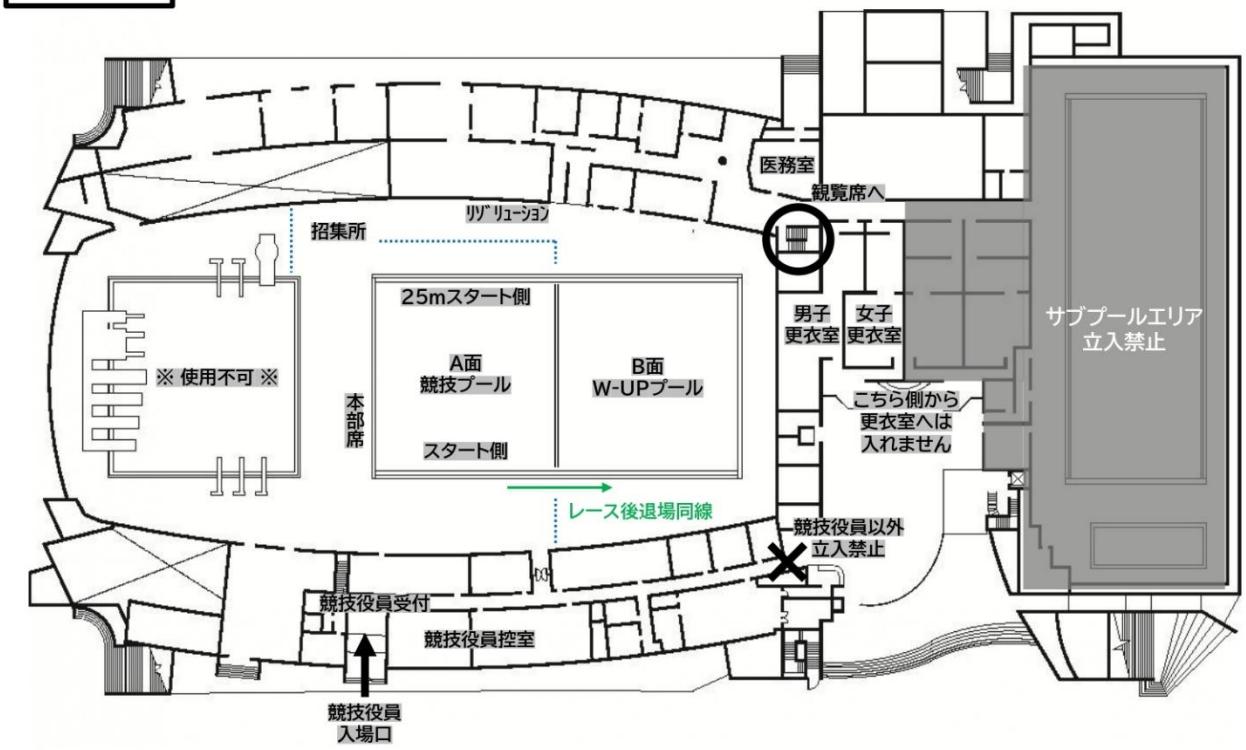
1日目　11月28日（土）				
No		種　目	組数	時間
1	女子	50m平泳ぎ	20組	9：00
2	男子	50m平泳ぎ	32組	9：28
3	女子	50m自由形	35組	10：07
4	男子	50m自由形	57組	10：48
5	女子	100m個人メドレー	27組	11：48
6	男子	100m個人メドレー	38組	12：55
7	混合	4× 25mフリーリレー	7組	14：12
8	女子	25m背泳ぎ	19組	14：27
9	男子	25m背泳ぎ	15組	14：48
10	女子	25mバタフライ	22組	15：04
11	男子	25mバタフライ	24組	15：23
12	女子	4× 25mメドレーリレー	6組	15：43
13	男子	4× 25mメドレーリレー	8組	15：58
14	女子	100m背泳ぎ	13組	16：16
15	男子	100m背泳ぎ	12組	16：50
16	女子	100mバタフライ	8組	17：17
17	男子	100mバタフライ	15組	17：43
		競技終了		18：12
		表彰引換終了		18：30
		最終退館		18：40

2日目　11月29日（日）				
No		種　目	組数	時間
18	女子	50m背泳ぎ	18組	9：00
19	男子	50m背泳ぎ	19組	9：26
20	女子	50mバタフライ	19組	9：53
21	男子	50mバタフライ	34組	10：20
22	女子	4× 25mフリーリレー	6組	10：57
23	男子	4× 25mフリーリレー	7組	11：09
24	女子	25m平泳ぎ	23組	11：23
25	男子	25m平泳ぎ	25組	11：46
26	女子	25m自由形	35組	12：08
27	男子	25m自由形	39組	12：37
28	混合	4× 25mメドレーリレー	10組	13：08
29	女子	100m平泳ぎ	17組	13：30
30	男子	100m平泳ぎ	24組	14：13
31	女子	100m自由形	21組	15：03
32	男子	100m自由形	35組	15：47
		競技終了		16：48
		表彰引換終了		17：10
		最終閉館		17：20

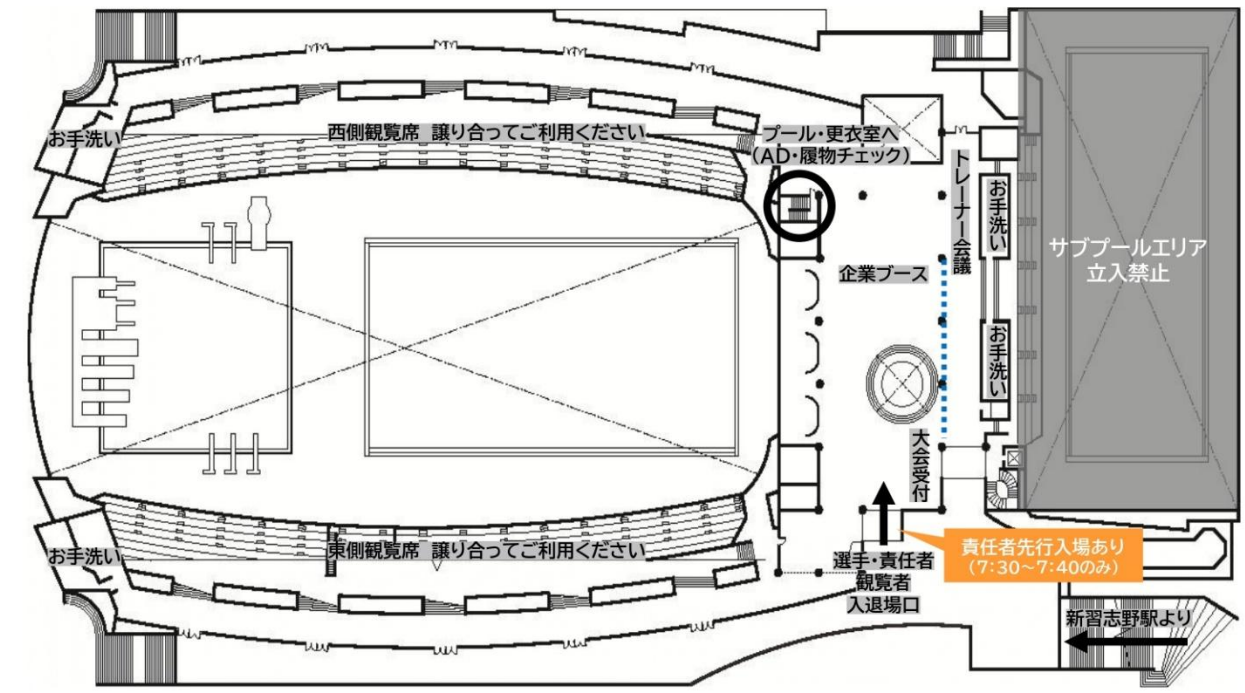
リレーオーダー変更届　提出締め切り時間							
7	混合	4× 25mフリーリレー	12：45	22	女子	4× 25mフリーリレー	9：30
12	女子	4× 25mメドレーリレー	14：15	23	男子	4× 25mフリーリレー	9：30
13	男子	4× 25mメドレーリレー	14：15	28	混合	4× 25mメドレーリレー	11：30

3. 会場案内図

１Ｆ


医務室
観覧席へ
リゾリューション
招集所
25mスタート側
A面
競技プール
B面
W-UPプール
スタート側
※ 使用不可 ※
本部席
男子
更衣室
女子
更衣室
サブプールエリア
立入禁止
こちら側から
更衣室へは
入れません
レース後退場同線
競技役員以外
立入禁止
競技役員受付
競技役員控室
競技役員
入場口

２Ｆ


お手洗い
西側観覧席 譲り合ってご利用ください
プール・更衣室へ
(AD・履物チェック)
トレーナー会議
お手洗い
サブプールエリア
立入禁止
企業ブース
お手洗い
大会受付
お手洗い
東側観覧席 譲り合ってご利用ください
選手・責任者
観覧者
入退場口
責任者先行入場あり
(7:30~7:40のみ)
新習志野駅より

4. AD カード

(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、本大会の参加選手であることを証明する大切なものです。プールエリアへの入場、招集受付、メダル・賞状受け取りの際など、大会期間中必要ですので、**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。
※ AD カードは顔写真が掲載されている面が表です。AD カードの提示を求められた際には表面を提示してください。また、AD カードケースは各自でご準備ください。

(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：500 円

(3) 各チームへ「引率責任者 AD カード」を 1 枚送付します。朝の先行入場、プールエリアへの入場、抗議の提出は引率責任者 AD カードをお持ちの方に限ります。なお、引率責任者 AD カードの再発行は行えませんので紛失等にはご注意ください。
※ 引率責任者は、18 歳以上のチーム関係者に限ります。競技会当日に主催者とチームの窓口となれる方としてください。

(4) エントリー時に介助者の申請のあったチームには「介助者 AD カード」を送付します。障がいをお持ちの方などの介助者としてプールエリアまで同行できるのは介助者票をお持ちの方に限ります。なお、介助者 AD カードの再発行は行えませんので紛失等にはご注意ください。
※ エントリー時に介助者の申請をお忘れの方は、11 月 20 日（金）までにメールにて介助の理由を添えて本協会宛に連絡してください。それ以降は受け付けできません。

(5) 応援者・付添者・観覧者の入場受付はありません。2 階観覧席への入場は 8：15 以降随時可能です。
（観覧席へのみ入場可能です。プールエリアには入場できません）

5. 競技方法

(1) 本大会は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行います。

2026 年 6 月 22 日より、競技規則が一部改定になっていますのでご注意ください。
■ 変更点
1) 第 5 条　自由形　4 項　（追加：ゴールタッチの際の水没の許可）
選手の頭部の一部が 5m地点を通過した後、ゴールタッチの直前には、体は完全に水没してもよい。
2) 第 8 条　バタフライ　6 項　（追加：ゴールタッチの際の水没の許可、項数変更）
競技中、泳者の体の少なくとも一部は水面上に出ていなければならない。泳者は、スタート後、折り返し後は、水面に浮きあがるため、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、折り返し後は、体は完全に水没していてもよいが、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。ゴールタッチで壁に手を伸ばす際、頭が 5mラインを通過した後は、体が完全に水没してもよい。

---

(2) 組み分けは、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、エントリータイムの遅い順に行います。

(3) 競技は、すべて A 面（ダイビングプール側）で行います。
① 50m以上の個人種目ならびにリレー種目は、東側観覧席側から行います。
② 25m種目は、西側観覧席側から行います。

(4) バックプレート付スタート台ならびにバックストロークレッジを使用します。
バックプレートならびにバックストロークレッジの調整は、レーンに入った後、速やかに行ってください。
また、バックストロークレッジを使用しない場合は、折返監察員に申し出てください。

(5) メインプールの水深は 2.0mです。各レーンへの水深台の設置はありませんのでご注意ください。

＜ 水着の規定 ＞

(1) 本協会が公表している水着規定（水着の取り扱いについて）に則り行います。マスターズ水泳では、ウェアや水着への商業ロゴマーク等の規定はありません。

(2) 日本新記録・世界新記録の公認には、World Aquatics 承認水着の着用が必要です。

(3) ネックレス、ブレスレットおよび鼻栓は使用・着用できますが、パワーバンドと判断されるもの（ファイテンやパワーバランス）は使用・着用できません。また、デザイン等で危険が想定される装飾品（石が付いているものなど）については安全上の理由で使用を控えてください。

< スタート >

(1) オーバー・ザ・トップ方式で行います。必ず競技役員の指示に従ってください。
(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) 折返監察員による名前の確認は行いませんので、間違いのないようにレーンへお入りください。
(4) 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ながら、横から退水してください。
(2) 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。
(3) 退水後、荷物を取る際には、他の人の荷物と取り間違えないようにご注意ください。特に 25m種目終了後に AD カードの取り間違いが多く発生します。必ず氏名をご確認ください。

6. ウォーミングアップ／公式スタート練習

	ウォーミングアップ	公式スタート練習
メインプール A 面	**7：40 ～ 8：45** ダッシュ専用：7・8 レーン	**8：15 ～ 8：45** 全レーン
メインプール B 面	**7：40 ～ 競技終了**	ダッシュ専用レーンあり 女性専用レーンあり

※ 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禁止します。
※ ダッシュレーン（飛び込みレーン）ならびに公式スタート練習は東側観覧席側からの一方通行とします。指定レーン変更の場合は、当日通告より発表します。なお、飛び込みに不慣れな方が公式スタート練習で初めて飛び込み練習をすることはおやめください。

7. 招　　集

(1) AD カードをお持ちのうえ、自身の出場する種目・組の 6 組前まで（25m種目は 8 組前まで）を目安にお越しください。混雑を避けるため、指定組数より早く集まることはお控えください。
各日の最初の種目の招集は 8：45 より開始します。
(2) 招集では、以下の手順で受付をします。
① 「種目名・組・選手名」がスクリーンに表示されます。
② 自身の組が表示されたら直ちに招集員に AD カードを提示し、QR コードをかざして出場チェックを受けてください。
③ 水着の確認を受けて、指示に従い並んでください。
※ 組・レーンを間違えて泳いだ場合は失格となりますので、忘れないようにご注意ください。
(3) 出場チェックを済ませていない場合はいかなる理由であれ棄権となり出場ができません。
(4) 25m種目出場者が招集に持ち込めるのは AD カードのみです。衣類は必ず脱いでからお越しください。

8. リレー種目

(1) リレーオーダーを変更するリレー出場チームは、競技当日に引率責任者またはリレーチーム代表者が、締切時間（P3 参照）までにリゾリューションデスクへ「リレーオーダー変更届」をご提出ください。
※ 変更は、競技当日に限り締切時間内に 1 回のみ受け付けます。締切後の変更は認められません。
※ 種目、年齢区分の変更はできません。

※　同一リレー種目には、年齢区分に関わらず 1 人 1 回しか出場できません。

(2) 招集へは、「AD カード」をお持ちのうえ 4 名揃ってご集合ください。4 名揃わないと招集を受けることができません。

(3) 第 2 泳者以降が水中からスタートするチームは、P7「10. 申告／異議申し立て」に従い、リゾリューションデスクへご申告ください。

9. 表彰／記録

(1) 出場選手全員に参加賞を授与します。大会期間中に大会受付にて AD カードを提示し、選手各自でお受け取りください（チームの受け付けはありません）。また、予約プログラムは、AD カードに同封して送付の「プログラム引換券」を大会受付に提出し、お引き換えください。
＊　プログラム当日販売　2,000 円
＊　参加賞ならびに予約プログラムの引き換えは大会期間中のみとし、後日送付は行いません。

(2) 公認された記録は、本協会会員ページより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・リレー種目 1～3 位にメダル・賞状、個人種目 4～8 位に賞状**を授与します。ランキング発表後、大会受付にて AD カードを提示してお受け取りください。

(4) 男女別・年齢区分別ランキングを各種目終了時に本協会ホームページにて発表します。
URL または QR コードよりアクセスください。速報掲示は行いません。
ランキングサイト ⇒ https://tdsystem.co.jp/JMSA/JMSP2026EAST.html

(5) マスターズ水泳日本新記録ならびに世界新記録樹立者には、プールサイドにて表彰式を行い、日本新記録証ならびに世界新記録証および記念品を授与します。表彰時間は、新記録樹立後に競技役員よりご案内します。

(6) 日本新記録・世界新記録樹立者は泳者の生年月日を証明する書類※のコピーが必要になりますのでご用意ください。なお、過去に日本新記録・世界新記録を樹立し、本協会へ提出履歴のある方は不要です。
※　世界新記録：パスポート、住民票（3 ヶ月以内のもの）
※　日本新記録：パスポート、運転免許証、マイナンバーカード、住民票（3 ヶ月以内のもの）

10. 申告／異議申し立て

＜ 申告 ＞

以下に該当する方は、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デスクへ申告ください。お申し込み時に申告された方で当日再確認の連絡を受けている方もリゾリューションデスクへお越しください。

(1) テープ等をされる方
提出書類：出場申告用紙　＜審判長の確認が必要です＞
※　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。
※　その他のテープ等は、競技規則上認められません。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リゾリューションデスクへお越しください（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は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　＜審判長の確認が必要です＞
※　申告内容を確認し、許可の判断を行います。なお、診断書や障がい者手帳の提示を求める場合があります。

(3) 出場に介助もしくは補助具（車椅子・杖等）の使用が必要な方
提出書類：出場申告用紙
※　チームにて介助者の対応をしてください。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（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）。ゴール後は競技役員の指示を優先し介助してください。
※　補助具の移動を競技役員が行うことはできません。必要な場合は、介助者を帯同してください。

(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。

(5) 世界記録挑戦時にレース中の挑戦コールを希望する方
提出書類：世界記録申請用紙

＜ **異議申し立て（抗議）** ＞

異議申し立ては、チームの責任者が行ってください。選手本人からの申し立ては受け付けられません。
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入し、**抗議料 50,000 円**を添えてリゾリューションデスクにご提出ください。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。**なお、チーム等により撮影された映像等を審議の資料として採用することはできません。
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、リゾリューションデスクにお申し出ください。

11. 施設使用上の注意

（1） 会場内の動線・使用禁止エリアなどのルールを守ってご利用ください。
（2） プールサイドならびに更衣室は履物厳禁です。履物は各自で袋などに入れお持ちください。また、プールサイドは濡れると滑りやすくなるため足元には十分ご注意ください。
（3） プールサイドの壁に S 字フック等で荷物を掛けることはおやめください。
（4） プールサイドでの観覧はできません。ウォーミングアップやレース終了後は速やかにプールサイドより退出してください。
（5） 飲食は、観覧席・ロビーでお願いします。
（6） ごみは各自でお持ち帰りください。
（7） 会場内での盗難等については一切責任を負えません。
（8） 下記のことは禁止します。
　① 火気の使用
　② 喫煙（敷地内禁煙）
　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 会場内電源を使用しての電気機器の充電・使用

＜ **入場待機列について** ＞

同一チーム内であっても待機列への途中合流はおやめください。到着後の整列時に不在の方は、必ず列の最後尾に回ってください。
各競技会で途中合流による選手間トラブルが発生しています。マナーを守っての整列にご協力をお願いします。

＜ **観覧席・控え場所の利用について** ＞

（1） 観覧席は譲り合ってご利用ください。場所取り（イスの確保）は禁止とします。
イスの上に「チーム名入りの紙」「小荷物」等を置いている場合は、場所取りと判断し、競技役員がお声掛けしますので指示に従ってください。
（2） 控え場所の敷物可能エリアは各チームで譲り合ってご利用ください。その際、非常口や動線等の確保にご協力ください。また、敷物やチーム旗などの荷物は毎日お持ち帰りください。

＜ **更衣室の利用について** ＞

（1） 更衣は必ずメインプール更衣室で行ってください。サブ更衣室は使用できません。
（2） 更衣後の荷物は更衣室内に置かず、各自またはチームで管理してください。長時間置かれている荷物は競技役員が撤去します。
（3） 1 名での参加などやむを得ない場合に限り、更衣室内のロッカーを有料（1,000 円／1 回）で貸し出します。希望者は別紙「有料ロッカー申込書」を確認・記入のうえ、大会受付にてお手続きください。ロッカーの数には限りがあるため使用できない場合があることをご了承ください。

12. 健康管理

（1） 大会期間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。
水分不足には特に注意し、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、医務室またはプールサイド救護席にて応急処置を行います。
(3) 当日、自身の体調に不安を感じたときには来場をお控えください。到着後に体調に不安を感じることがないよう、来場前の判断は慎重にお願いします。
(4) 別紙**「マスターズ水泳キーワード 9」「レース前の安全確認」**は必ず選手全員が確認ください。
(5) 大会期間中、大会医務委員により出場停止を勧告された場合は、その指示に従ってください。

13. 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。**大会終了時に残った忘れ物は廃棄処分します。**
(2) 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（引率責任者）も自チームの出場選手の緊急連絡先の把握をお願いします。
(3) 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) 社会情勢ならびに天変地異等の不可抗力により中止となった場合、一切の返金は行いません。
(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。
・ 以降マスターズ水泳の普及活動のために使用します。
・ 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。
※ 本競技会では、YouTube にて競技会映像のライブ配信を行います。
(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。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や撮影した映像の提出を求められ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、競技役員へお知らせください。

＜お問い合わせ＞

一般社団法人日本マスターズ水泳協会内　ジャパンマスターズスプリント事務局
TEL：03-6240-0323（平日 11：00 ～ 15：00）　FAX：03-6240-0353
E-mail：japanmasters-sw@masters-swim.or.jp
公式サイト　https://www.masters-swim.or.jp/

公式サイト

大会期間中のお問い合わせ　03-3868-0288（受付時間：各日の開場時間～閉館時間）
※ 本大会について、千葉県国際総合水泳場へお問い合わせを行うことはお控えください。
※ 当日の棄権連絡をお電話いただく必要はありません。

＜競技会映像のライブ配信＞

日本マスターズ水泳協会公式 YouTube チャンネルにて競技会映像のライブ配信を行います。
下記のリンク先よりご視聴ください。

日本マスターズ水泳協会　公式 YouTube チャンネル
https://www.youtube.com/@user-dc8bg3rm3i