

【スケジュール】

開場・受付はB1階	8時50分
ウォーミングアップ(25mプール)	9時30分～9時50分
(幼児プール)	9時30分～競技終了
開会式	10時～
競技開始	10時20分～
競技終了(予定)	12時30分

※各競技予定時刻は別紙をご参照下さい(但し諸事情により変更になる場合有り)
ウォーミングアップレーン】(25mプール)

更衣室側

6	個人参加・ススムAS	
5	東京DC桜台・SSC大泉	混雑時は
4	Rond上北台・イトマン富士見台	譲り合って
3	Rond東村山・SSC平和台	行ってください
2	南光SS・イトマン東伏見	
1	Rond成増・SSC谷原	

テラス側

【受付】 地下1階受付で参加賞、記録賞、事前申込した方はプログラムを受け取って下さい
プログラムは受付付近に掲示してありますが、1部1000円で販売しています。
引率許可証を発行しますので着用して下さい。競技終了後は受付へご返却下さい
(朝の受付終了後は、受付は地下2階に移動します。)
プログラムの名前等の訂正がある場合は、所定の用紙に記入の上、招集に提出して下さい
※『記録証』のタイムは速報を見て各自記入して下さい

【リレーについて】

リレーに参加するチームはリレーオーダー用紙を招集所に提出して下さい
リレーオーダー用紙はHPからのダウンロード又は受付にございます

リレーオーダー用紙 提出締切時間	フリーリレー・板キックリレー	9時50分まで
	メドレーリレー	11時00分まで

【競技進行の確認】

競技進行が早まったり、遅くなったりする場合があります
アナウンスを聞き・招集所の掲示板の種目の表示を確認の上、遅れないようにして下さい

- 【招集】
1. 招集場所は幼児用プール側です
 2. 自分の出る種目と組・コースを覚えておいて下さい
 3. 自分の出場する種目の10組前までに来て下さい
 4. 棄権者が多い場合は他の組と合同で競技を実施する場合があります
 5. 引率の方は、第2招集、名前を呼ばれ招集員に引き渡すまで付き添いをお願いします

【競技上の注意事項】 危険な場合は補助します 補助した場合は参考タイムとなります

- スタート
 1. スタート台、スタート台サイド、水中から選んで下さい
 2. 審判長の笛の合図で立ち、スタートの準備をして足の指をかけて下さい
(水中スタートの場合は水に入り、体の一部を壁に付けて下さい)
 3. ヨーイの合図でしっかり静止して下さい
 4. 水深は1.2mですが、両サイドはプールフロアーにより0.8mになっています
- ゴール
 1. ゴールタッチ後、競技役員の指示に従ってプールから上がって下さい
 2. 両サイドから入退水が出来ます
- 背面キック 進むために手の動作が入った場合背泳ぎとみなし、参考タイムとなります

【忘れ物について】

大会中の忘れ物は、競技開催中はプール受付にて保管します
競技終了後は体育館で1ヶ月保管後処分させていただきます

【写真・ビデオ撮影について】

プール内の撮影は区条例により原則禁止されています
特定個人写真の撮影については許可制とします
撮影を希望される方は、地下1階で申請し撮影許可証(リストバンド)を受取り
見える所に着用して下さい
撮影場所は観覧場所からお願いいたします
記念写真は地下2階プール受付前に設けますので各自写真をお撮り頂けます

【速報】 速報は地下2階受付付近に貼り出します

【プール利用・観覧方法について】

- ・ プール利用については原則、区の条例に則します
- ・ 開場前の入場(場所取り・トイレ等)は一切出来ません
- ・ 地下1階ギャラリーの他、地下2階芝生テラスも開放します
- ・ プールサイドへは引率許可証をお持ちの方及び個人参加の保護者は入場できます
- ・ 『引率許可証』は見える所に着用して下さい(引率者以外の方は更衣室までは入れます)
- ・ プールサイドは内履きの靴・サンダル等の着用可です(無い場合は裸足)
- ・ 個人参加で引率できない方は、待機所までお連れ下さい 担当競技役員が引率いたします
お子様の競技が終了後は、待機場所へお迎えに来てください
- ・ 更衣室以外での着替え、水着でプールゲートからの退出は出来ません
- ・ 団体参加の保護者からの引率コーチの呼び出しは応じられません
- ・ 貴重品は各自で保管してください(ロッカーは施錠して下さい)
- ・ ゴミは必ず各自でお持ち帰り下さい
- ・ 発熱等の体調不良が認められる場合は参加をお控え下さい
- ・ 棄権させた場合の参加費の返金はございませんので予めご了承下さい