

狛江市民水泳大会

主催	狛江市教育委員会		主管	スポレク実行委員会	
運営	狛江市水泳協会 http://araiss.swim.sc/komafra.htm				
日程	8月18日(土) ※悪天候等の場合は25日(土)に延期 ●雨天の場合はどうするの? 悪天候の場合は25日(土)に延期します。延期かどうかは、午前8:00に決定し、HPにてお知らせします。25日(土)も悪天候の場合は中止となります。				
会場	狛江市民プール「狛江市総合体育館内」(東京都狛江市和泉本町3-25-1) ●どんなプールなの? 25m×7コースの屋外プールです。水深は120~140cm。飛び込み台は使用せずフロアからの飛び込みとなります。 ●日よけになるテントがプールサイドに少しだけありますが日焼け対策として日傘等ご用意ください。 また、熱中症対策として飲み物を各自ご用意ください。(受付前に飲み物の自販機有り)				
受付	9:00~				
ウォーミングアップ	9:10~9:45				
飛び込み練習会	9:30~9:45				
開会式	9:50~				
競技開始・終了	10:00~ 12:30終了予定				
出場資格	小学1年生以上の健康な男女 小学校低学年(小学3年生まで)は保護者の付き添いまたは送迎をお願いします。 ●何歳から何歳まで出られるの? 小学1年生以上。毎年80歳以上の方もご参加いただいております! ●狛江市民ではないのですが出られますか? 基本的に市民大会なので、狛江市に「在住・在勤・在学」の方が対象となりますが、市外の方は別料金で参加できます!				
参加費	(狛江市在住・在勤・在学) 一般500円 中学生・小学生200円 (狛江市外の方) 一般1000円 中学生・小学生400円 ●参加費はいつ払うの?? 参加費は当日受付にて徴収します。キャンセルされてもキャンセル料はかかりません。 ●何種目出られるの?? 一人2種目まで出場できます。1種目でも2種目でも参加費は同じです。				
区分	小:小学生、中:中学生、20:29歳以下、30:39歳以下、40:49歳以下、50:59歳以下、60:69歳以下、70:79歳以下、80:80歳以上				
競技種目および順序	1 25m自由形 2 25m平泳ぎ 3 25m背泳ぎ 4 25mバタフライ	5 100m個人メドレー 6 50m自由形 7 50m平泳ぎ 8 50m背泳ぎ	9 50mバタフライ 10 100m自由形 11 ※全員リレー		
全員リレーについて	競技終了後に全員でリレーを行います。その場でチーム分けをして、7チームでリレーを行います。優勝チームには賞品あり!自分の種目が終わっても残っててください!!				
注意事項	●選手の保護者、付き添いの方はプールサイドでは水着を着用しなくても結構です。但し裸足をお願いします。ゴミは各自お持ち帰りください。 ●プールの水深が浅い為、無理な飛び込みスタートは大変危険です。十分注意して行って下さい。自信の無い方は水中スタートをお願いします。				
エントリー受付期間	7月13日~8月3日				
エントリー方法 (●のいずれかで)	●狛江市体育協会事務所(体育館2階) 月~金9:00~17:00、それ以外の時間は体育館受付(1階)に預けて下さい。 ●メール(以下参照)				
メールでのエントリー	こちらのアドレスに komae08@yahoo.co.jp 下記の項目を記入し、送信してください。返信がきた時点でエントリー完了です! ①氏名(ふりがなも) ②『狛江市民』(在住・在勤・在学)か『市外』か ③住所 ④電話番号 ⑤年齢・区分 ⑥性別 ⑦エントリー種目(2つまで)				
	記入例		① 狛江太郎 こまえたろう ② 市民 ③ 狛江市和泉多摩川10-10-10 ④ 03-x x x x-x x x x ⑤ 38歳 30 ⑥ 男 ⑦ 100m自由形 25mバタフライ		

* エントリーについてご不明な点は 090-3814-1402 狛江市水泳協会 高橋まで

----- きりと -----

フリガナ	性別	区分	どちらかに○をつけてください		
なまえ	男・女	才	狛江市在住・在勤・在学		狛江市外
連絡先					
エントリー1 (○をつけてください)			エントリー2 (○をつけてください)		
25m 50m 100m	自由形 背泳ぎ 平泳ぎ		25m 50m 100m	自由形 背泳ぎ 平泳ぎ	
	バタフライ 個人メドレー			バタフライ 個人メドレー	