

NSP高知スイミングスクール チャレンジフェスティバル 参加要項

期 日 2024年3月3日(日)

会 場 高知学園屋内プール

集 合 選手 / 保護者 開門8:45 保護者9:00

ウォーミング
アップ 8:45~9:45

開 会 式 10:00

競 技 開 始 10:10(予定)

競 技 終 了 14:00(予定)

競 技 順 序

| NO | 性別 | 種目 |
|------|----|-------------|
| 1 | 女男 | 25m クロール |
| 2 | 女男 | 100m クロール |
| 3 | 女男 | 25m バタフライ |
| 4 | 女男 | 100m バタフライ |
| 5 | 女男 | 25m 背泳ぎ |
| 6 | 女男 | 100m 背泳ぎ |
| 7 | 女男 | 25m 平泳ぎ |
| 8 | 女男 | 100m 平泳ぎ |
| 9 | 女男 | 200m 個人メドレー |
| お昼休憩 | | |

| NO | 性別 | 種目 |
|----|----|-------------|
| 10 | 女男 | 100m 個人メドレー |
| 11 | 女男 | 50m クロール |
| 12 | 女男 | 50m バタフライ |
| 13 | 女男 | 50m 背泳ぎ |
| 14 | 女男 | 50m 平泳ぎ |
| 15 | 女男 | 200m クロール |

解 散 競技途中で帰る方は必ずコーチに伝えて下さい。

招 集 プログラムの競技時間はあくまでも予定です。
実際の競技進行時間に注意して下さい。
※レース開始時間の15分前には招集所で待機すること。

持 ち 物 水着・スイムキャップ・ゴーグル・防寒具・ソックスの替え・Tシャツの替え

注 意 事 項 ・体調をしっかり管理して下さい。
・5分前または10分前行動を心がけて下さい。
・持ち物(着るものも含む)全てに名前を記入下さい。

競 技 方 法 ・全種目タイムレース決勝とする。
・男女別で行う。ただし参加者の少ない種目は同時に行う場合がある。

- 申込規定
- ・定められた距離を全力で泳げる幼児から高校生までと、やる気のある方。
 - ・種目エントリー:何種目でもOK
 - ・参加料:1人500円
 - ・申込期間:2024年1月4日(木) ~ 2月10日(土)

- そ の 他
- ・競技終了予定は14:00です。
タイムスケジュールはプログラムが出来次第発表します。
 - ・1・2レーンはウォーミングアップとクールダウンに開放します。
飛び込みは禁止となります。
 - ・保護者の応援・観覧についてはプールサイドも開放します。
 - ・当日は小休憩と昼休憩(60分程度)を予定しています。
(お昼ご飯はプールサイドか2F観覧席)

- 運営側より
- ・観覧席は譲り合って使用して下さい
 - ・プールサイドは室内用シューズ許可いたします。
保護者の方は、館内スリッパに限りがありますので、ご持参下さい。
 - ・靴は、ビニール袋に入れるなり、間違いがないようにお願いします。
 - ・各自ゴミは持ち帰って下さい。
 - ・駐車場は台数が限られるため、乗り合わせ等でお越しく下さい。
お子様と来られる場合は、目を離さないようにしてください。
 - ・貴重品の管理は各自で管理して下さい。