

各チームの監督・コーチの皆様

長野県公認チャレンジ記録会について（連絡）

この度は、標記記録会にお申込みいただきありがとうございました。今年は、参加人数＝73名、種目数＝152種目となりました。春季JOC大会に向けての最後のチャンスとなりますので、ベストを尽くして全国大会出場権を獲得しましょう。

① スケジュールについて

選手・監督・コーチ入場	8:00
監督者会議・競技役員打合せ	8:30
観覧者入場	9:30
ウォーミングアップ終了	9:40
開会式（審判長注意）	9:45
競技開始	10:00
競技終了予定	14:30

② 競技について

- ・ 招集は、競技時間の10分前とします。
- ・ 選手紹介と競技結果を通告いたします。
- ・ 競技は3～6レーンの4つのレーンを使用いたします。（水深1.5m）
- ・ 1～2レーンと7～8レーンは水深が1.1mと浅くなっていますのでご注意ください。（飛込みは禁止です）
- ・ 1レーンは、競技中常時アップ又はダウンで使用できます。

③ 館内利用について

- ・ 全館土足禁止です。外履き用と館内用の分けをして下さい。
- ・ ゴミ箱の設置は致しません。ゴミは各自で必ずお持ち帰りください。
- ・ プールサイド及び1Fトレーニングルームを選手用控え場所とします。その他は、控え場所としての使用を禁止します。
- ・ 施設内は、駐車場も含めて禁煙です。

④ 競技役員について

- ・ 日本水泳連盟の競技役員ユニフォームを着用して下さい。
お持ちでない方は、ポロシャツを着用して下さい。（Tシャツは不可）

I S C 高森スイミングクラブ
Tel 0265-35-5537 (湯澤)

競 技 順 序

1	男子	4 × 50 m	メドレーリレー	1 組	10 : 00
2	男子	4 × 100 m	メドレーリレー	1 組	10 : 04
3	女子	4 × 100 m	メドレーリレー	1 組	10 : 09
休憩 (10:15~10:25)					
4	男子	50 m	自由形	4 組	10 : 25
5	女子	50 m	自由形	5 組	10 : 33
6	男子	400 m	個人メドレー	1 組	10 : 43
7	女子	400 m	個人メドレー	1 組	10 : 49
8	男子	100 m	平泳ぎ	2 組	10 : 54
9	女子	100 m	平泳ぎ	1 組	10 : 59
10	男子	100 m	バタフライ	2 組	11 : 02
11	女子	100 m	バタフライ	1 組	11 : 07
12	男子	100 m	背泳ぎ	1 組	11 : 10
13	女子	100 m	背泳ぎ	2 組	11 : 13
休憩 (11:15~11:25)					
14	男子	800 m	自由形	1 組	11 : 25
15	男子	200 m	自由形	1 組	11 : 35
16	女子	200 m	自由形	1 組	11 : 38
17	男子	200 m	個人メドレー	1 組	11 : 42
18	女子	200 m	個人メドレー	2 組	11 : 45
昼食休憩 (11:50~12:20)					
19	男子	100 m	自由形	3 組	12 : 20
20	女子	100 m	自由形	3 組	12 : 27
21	男子	200 m	平泳ぎ	1 組	12 : 34
22	女子	200 m	平泳ぎ	1 組	12 : 37
23	男子	200 m	バタフライ	1 組	12 : 41
24	女子	200 m	バタフライ	1 組	12 : 44
25	男子	200 m	背泳ぎ	1 組	12 : 48
26	女子	200 m	背泳ぎ	1 組	12 : 51
休憩 (12:55~13:05)					
27	男子	400 m	自由形	1 組	13 : 05
28	女子	400 m	自由形	1 組	13 : 11
29	男子	50 m	平泳ぎ	2 組	13 : 17
30	女子	50 m	平泳ぎ	1 組	13 : 21
31	男子	50 m	バタフライ	1 組	13 : 23
32	女子	50 m	バタフライ	2 組	13 : 25
33	男子	50 m	背泳ぎ	1 組	13 : 29
34	女子	50 m	背泳ぎ	1 組	13 : 31
休憩 (13:33~13:50)					
35	女子	4 × 50 m	フリーリレー	1 組	13 : 50
36	男子	4 × 100 m	フリーリレー	1 組	13 : 54
37	女子	4 × 100 m	フリーリレー	1 組	13 : 59

14 : 30 終了予定