

## 開催要項

- 開催日 2023年11月23日（木・祝） ○対象 25M完泳できる小学生以上
- 集合 9時00分(アップ時間 9時05分～9時30分)
- 開会式 9時45分（競技開始 10時00分 終了予定 13時00分）
- 参加費 1種目 500円（1人3種目まで/保険料込/プログラム無料配布）
- 開催場所 鷺宮スポーツ・コミュニティプラザプール

### 競技順序

- |              |                             |
|--------------|-----------------------------|
| 開会式          | ⑦ 25m平泳ぎ                    |
| ① 100m個人メドレー | ⑧ 50mバタフライ                  |
| ② 板キック 25    | ⑨ 25m背泳ぎ                    |
| ③ 25m自由形     | ⑩ 50m自由形                    |
| ④ 25mバタフライ   | ⑪ 全員リレー&アクア<br>(参加者全員対象・無料) |
| ⑤ 50m平泳ぎ     | 閉会式                         |
| ⑥ 50m背泳ぎ     |                             |

- ・参加者全員に記録証を配布いたします。
- ・安全管理上、飛び込み台は設置いたしません。  
(プールの縁からの飛び込み、または水中スタートです。)
- ・競技中、1レーンをウォーミングアップ専用レーンとします。
- ・25m板キックのみの出場も可能です。
- ・写真、及び動画撮影は地下1階プールギャラリーとプールサイドのみ可能です。(SNS, Youtube等への掲載は不可。)
- ・競技の進行上、終了時間が変動する可能性がございますのでご了承ください。

#### ・申込み方法

必要事項を記入した申込用紙と参加費を併せて申込期間内にお持ちください。

#### ・申込み期間

10月14日(土)～22日(日) 10:00～21:00

#### ・申込み場所

鷺宮スポーツ・コミュニティプラザ1階受付