

第一回インクルーシブスイミング チャレンジカップ ルール案内

本イベントは、安全面に配慮しながら、
参加者一人ひとりの「挑戦したい」という気持ちを大切に実施します。

また、通常レッスン内で実施するため、
公共プール利用者の方への配慮を行いながら実施いたします。

■ 使用できるもの

- ・水着
- ・ラッシュガード
- ・スイムキャップ
- ・ゴーグル
- ・必要に応じた補助具

■ スタートについて

- ・壁に手をつけた状態からスタートします
- ・飛び込みは禁止です
- ・必要に応じて補助付きスタートを認めます

■ 完泳チャレンジについて

【種目】

- ・水中歩行 12.5m
- ・浮き具使用競技 12.5m／25m
- ・ビート板使用競技 12.5m／25m
- ・補助あり自由形 12.5m／25m
- ・補助なし自由形 12.5m／25m

【共通ルール】

- ・安全面に配慮しながら実施します
- ・講師は、参加者の前・後ろ・横のいずれかの位置についてサポートすることが可能です
- ・講師が参加者の身体に触れる行為は、安全確保を目的とする場合のみ行います
- ・途中で立ち止まった場合も、その位置から続けて進むことが可能です
- ・チャレンジ途中に立ち止まった場合、講師の声掛け等を行っても継続が難しいと判断した際は、最初からやり直していただく場合があります。
- ・タイム測定は施設内のペースクロックを使用するため、0.1秒単位での計測は行いません
- ・危険行為がある場合は、担当講師判断により中止する場合があります

水中歩行 12.5m

- ・水中を歩いて進む競技です
- ・泳いで進むことは禁止です

浮き具使用競技 12.5m／25m

- ・泳ぎ方は自由です
- ・浮き具は複数使用可能です

ビート板使用競技 12.5m／25m

- ・泳ぎ方は自由です
- ・使用できる補助具はビート板のみとなります

補助あり自由形 12.5m／25m

※本大会における「補助あり」とは、講師が安全確保を目的として、必要に応じて身体に触れてサポートを行う場合を指します。

なお、参加者を進ませることを目的とした補助は行いません。

- ・泳ぎ方は自由です
- ・クロール以外の泳ぎ方でも参加可能です

補助なし自由形 12.5m／25m

- ・補助・介助なしで泳ぐ競技です
- ・泳ぎ方は自由です
- ・クロール以外の泳ぎ方でも参加可能です

■ タイムチャレンジについて

【種目】

- ・自由形 25m／50m
- ・背泳ぎ 25m／50m
- ・平泳ぎ 25m／50m
- ・バタフライ 25m／50m

【共通ルール】

- ・基本泳法に沿って泳ぎます
- ・競技中に足がプール底面につく行為は禁止です
- ・タイム測定は施設内のペースクロックを使用するため、0.1秒単位での計測は行いません
- ・安全面を優先し、担当講師判断により中止する場合があります
- ・講師は、スタート地点またはゴール地点で待機します。
なお、泳力や安全面、他の利用者様への配慮が必要と判断した場合は、参加者の後ろについてサポートを行うことが可能です

自由形

- ・泳ぎ方は自由です

背泳ぎ

- ・仰向け姿勢を基本とします
- ・一部の姿勢変化は認めます

平泳ぎ

- ・左右同時の動作を基本とします
- ・身体特性による動作差は考慮します

バタフライ

- ・左右同時の腕動作を基本とします
- ・身体特性による動作差は考慮します

■ 記録・表彰について

【完泳チャレンジ】

- ・順位付けは行いません
- ・「挑戦できたこと」を大切に記録します

【タイムチャレンジ】

- ・タイム測定を行います
- ・区分ごとに順位を決定します
- ・タイムチャレンジの順位集計は、大会期間終了後に行います

■ その他

- ・体調不良時は参加をお控えください
- ・安全面を優先し、担当講師判断により中止する場合があります
- ・本ルールは必要に応じて変更する場合があります