

in FORESTA HILLS

#### 大 会 実 施 要

# アクアスロンとは?

スイムとランを1人で連続して行う複合競技。水着とラン ニングシューズがあればOK!体への負担が少なく、小学生 から大人まで幅広く楽しめる手軽なスポーツです。

今年も人気のクラブ対抗戦を行います。各部門の上位入 賞(1~6位)ポイント、及び参加ポイント合計で競います。

## キッズから大人、初級者から上級者まで!

本大会は、子供から大人からまで、初級者から上級者まで 楽しめるアクアスロン10種目を開催します。

#### ■参加資格

①参加競技距離を安全に完泳、完走するのに支障のない体力を有する者。 ②誓約書に同意、署名と押印のある者。

(18歳以下は、保護者の同意署名が必要です。)

## 個人+リレーのダブルエントリー可能!

今年も個人の部に加え、チームで楽しめるリレーの部も 開催。小学生以上(3名)から参加可能な一般の部と、親子リ レーにエントリーして、仲間で、親子で、アクアスロンを楽し もう!個人の部とのダブルエントリーも可能!

	競技部門	競技距離	参加規程	エントリー費	定員
	小学1·2学年	S 50m + R 1km	小学1・2年生	3,500円	60名
	小学3·4学年	S 100m + R 1km	小学3・4年生	3, 500円	60名
古	小学5·6学年	S 200m + R 2km	小学5•6年生	3, 500円	60名
募	ビギナー	S 200m + R 2km	中学生以上	3, 500円	60名
集	チャレンジ	S 600m + R 4km (*Sは150m毎に一旦上陸+R50m)	中学生以上	5, 500円	60名
種 目	スプリント	S 150m + R 1km ×3t-ト (*予選・準決・決勝)	小学生以上	3, 500円	30名
詳	ペアチャレンジ	S 600m → R 4km (*Sは150m毎に一旦上陸+R50m)	中学生以上	7,000円/組	20組
細	一般リレー	S 150m + R 1km /3区間	小学生以上	9,000円/組	60組
小川	親子リレー	子S 50m → 親S150 → 子R 1km →親R1km	子:中学生以下	6,000円/組	30組
	体験アクアスロン	S 25m + R 500m (*ビート板可・保護者によるサポート可)	幼~小2年生	1,500円/組 (*計測·表彰対象外)	20名

### ■種目補足説明

- ①スプリント: 予選、準決、決勝の3ヒート制(勝ち残り制)です。
- ②ペアチャレンジ:中学生以上の二人で、一人がスイム600m、もう一人がラ ン4kmをリレー形式で行います。
- ③一般リレー: 小学生以上の三人で、3区間をリレーします。
- ④親子リレー:子がスイム50m、続いて親がスイム150m、子がラン1km、親 がラン1kmと親子二人で交互にリレーします。
- ⑤体験アクアスロン: アクアスロン体験ができます。スイム25mでは、ビート 板の使用、保護者による水中・プールサイドでのサポートを認めます。ラン 500mでは、保護者による伴走、及び、同伴ゴールを認めます。 (※計測・表彰対象外)

### ■表彰

- 個人種目★男女1~3位(小学生は学年ごとに男女1~3位)
- (\*体験アクアスロンは、表彰対象外ですが完走した方お子様にはお菓子のお 楽しみプレゼントがあります)

## リレー種目★総合1~3位

クラブ対抗戦★1~3位(ポイントの合計が高い順:ポイントは各部門1~6位の 順に15p, 10p, 12p, 10p, 8p, 6p, 参加1p)

## ■競技環境

- ●スイムコースは、流水プール(1周約200m)を使用しますが、大会当日は水 の流れはありません。
- プールの水深は1mです。脚をついてもOKですが、イルカ飛び(プールの底を 蹴って進む)での前進は禁止します。
- ●ランコースは、坂道や階段、芝生がある変化に富んだ1周1kmのコースで す。(\*体験アクアスロンは500m)

	選手受付	07:00~08:15			
	開会式	08:00~08:30			
<del>*</del>	競技説明				
	体験アクアスロン	08:45~09:00			
大会	スプリント(予選)	09:00~09:15			
え	ビギナー	09:15~09:40			
$\sim$	チャレンジ	09:40~10:30			
ケ	ペアチャレンジ	09.40** 10.30			
ジ	小学5・6学年	10:30~10:45			
Ĺ	小学3・4学年	10:45~11:00			
	小学1・2学年	11:00~11:15			
	スプリント(準決)	11:15~11:30			
ル	一般リレー	11:30~12:15			
עו	親子リレー	12:15~12:45			
	スプリント(決勝)	13:00~13:15			
	開会式・表彰式	13:15~14:00			
- In t- S - 1					

### ■お知らせ

- ●JTU競技規則、及び大会ローカルルールを適用します(最終要項に掲
- ●荒天などにより、競技を短縮・変更・中止する場合がございますが、参加費 の返金はできません。
- ●スイム競技ではウェットスーツは不可とします。ラン競技では上半身を覆 うようにしてください。ワンピースタイプの水着の場合、上着の必要はあり ません。前ファスナーのウェアは使用可能です。
- ●会場のフォレスタヒルズには、ホテル・スポーツクラブがございます。宿泊 は、ホテルフォレスタ(0565)58-3500までお問い合わせください。

