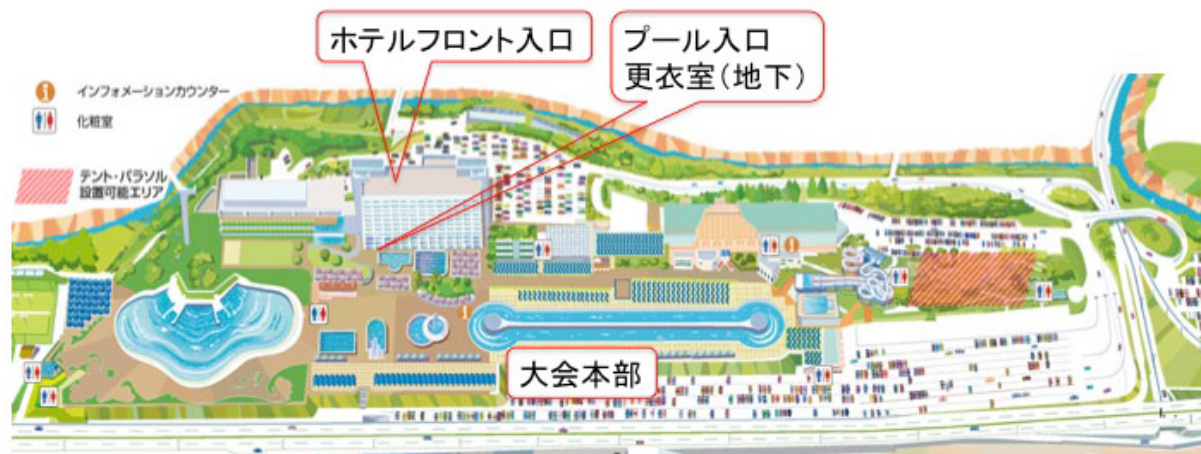


★ 会場★ 大磯ロングビーチ

〒259-0111 神奈川県中郡大磯町国府本郷546 Tel : 0463-61-1111



- 駐車場はホテル宿泊者用駐車場をご利用いただけます。
- 満車の場合には大磯ロングビーチ駐車場をご利用ください。
- 会場へはホテルフロント入口より入り、専用入場口（地下）を通ってお入りください。

電車でお越しの方

■東海道本線大磯駅からタクシーで7分(約¥1,400)

■二宮駅からタクシーで5分(約¥1,100)

JR 大磯駅から路線バスも運行されています。

大磯プリンスホテル入口で降りて徒歩約5分

車でお越しの方

■東名高速厚木 I.C. 経由で小田原厚木道路大磯 I.C. から 2 km(平常時 5分)

■西湘バイパス大磯西 I.C. から 1分

※大会当日、悪天候等による大幅なスケジュール変更が見込まれる場合、また中止決定の場合に限り、NOWS 公式 FACEBOOK ページにてお知らせ致します。FACEBOOK 登録していない方でも閲覧できます。

www.facebook.com/nows.jp



【受付時間(予定)】 6月30日(日)

10km・5km	10:30 ~11:30
3km・1km・ジュニア500m	12:30 ~13:30
500m家族リレー	14:00 ~15:00
250m×4 トーナメントリレー	14:00 ~15:00

◎天候等、当日の状況により変更になることもあります。時間に余裕を持って会場へお越しください。

◎受付をしていない選手は、事故防止等、安全上の観点から、レースにご出場いただけませんのでご注意ください。

★表彰規程★

- (1) 個人種目は男女別総合 1~6 位までを表彰する。
- (2) 個人種目は総合入賞者を除き、男女別 10 歳刻みの年齢区分毎に 1~3 位までを表彰する。
- (3) 個人種目のウェットスーツ着用はオープン参加とし、入賞対象にしない。
- (4) 招待選手はオープン参加とし、入賞対象にしない。
- (5) リレーは総合 3 位までのチームを表彰する。
- (6) 規程に記載が無い事項については実行委員会で協議し実行委員長と審判長が合議の上、決定する。

	記録証	メダル	副賞
個人総合 1~6 位	○	×	○
個人年代別 1~3 位	○	○	×
リレー総合 1~3 位	○	×	○

★その他★

- ◎ 大会会場は禁煙です。喫煙は大磯ロングビーチ指定の喫煙所をご利用ください。
- ◎ 手荷物や貴重品は、大会本部ではお預かりできません。各自で管理をお願いします。
- ◎ 他の泳者に怪我をさせる可能性があるため、下記事項は禁止いたします。
 - ★長い爪での参加
 - ★固いネイルアートをしての参加
 - ★腕時計や腕時計型計測機器の着用
- ◎ 競技中、各役員への個別のお問い合わせは業務の支障になることがありますのでお控えください。質問等は受付にて一括してお受け致します。
- ◎ 大会時に撮影した映像・写真等は、広報・宣伝活動などのため、主催者・主管がインターネット・各種メディアに掲載する権利を有しますのでご了承ください。
- ◎ 日頃から健康に充分注意し、当日は体調を万全に整えて臨んでください。
- ◎ 大会期間中、医師により出場停止の勧告がされた場合には、その指示に従ってください。
- ◎ 水中でも水分は失われます。各自、水、スポーツドリンク、補給食などを、充分にご準備の上、会場へお越しください。

※ 参加賞として水(500mL)をお1人に1本お渡しします。

◎ 刺青・タトゥー（シール等も含む）の入った人は大磯ロングビーチへ入場できませんので、大会にもご参加いただけません。

● 副賞やジャンケン大会などの賞品として授与された利用券やチケット類の転売を禁止致します。転売されたことが判明した場合には、今後、すべてのNOWS大会にご参加いただけません。なお、チケット類は、番号から追跡可能です。

★大磯ロングビーチ大会のレースについて★

1. NOWS公式ホームページに公開するスタートリストを必ずご確認ください。記載事項(名前、出場種目、ゼッケン番号、年齢区分、Tシャツサイズ)に間違いなどありましたら、速やかにNOWS事務局宛ご連絡ください。
2. 受付時に提出する健康チェック表・誓約書(両面)は受付にも準備してありますが、HP上からダウンロードも可能です。事前にご記入頂くとスムーズな受付が可能です。
3. ウェットスーツを着用する方は受付時および招集時にお申し出ください。

★大会当日:受付★

4. 会場へはフロント入口からホテルへ入り、地下のプール専用入場口を通過して大会本部受付へお越しください。
5. 選手は健康チェック表・誓約書(表・裏)を熟読の上、必要事項を記入し、受付に提出してください。
6. レース時に着用するキャップを受け取り、チップ配布所へお進みください。
7. ゼッケン番号と同じ番号のチップを受け取ったら、ナンバリングへお進みください。担当者がゼッケン番号を両腕にマジックで記載します。

※ ナンバリング前は、上腕部または手の甲に日焼け止めを塗らないでください。

8. 参加賞をお受け取りください。

★招集★

9. 招集は各種目スタートの約30分前です。招集のアナウンスがありましたら、受付で受け取ったキャップと計測チップを着用し、指定の場所へお集まりください。
10. 招集前にトイレ、給水等はお済ませください。招集後、スタートまでの間、招集エリアへの入場、退場はできません。どうしても必要な場合には、招集役員にお申し出ください。
11. 全員で体操をし、ウォームアップ(試泳)を行います。必ず水の中に入り、自分の体調を確認してください。少しでも体調が普段と違うと感じたら、躊躇せずに招集役員に棄権を申し出てください。
12. ウォームアップ後に競技説明を行います。安全上の注意等よく聞いて、自分の体は自分で守る気持ちで臨んでください。
13. 説明終了後、スタート場所への移動時に人数の最終確認を行います。ゼッケン番号順にお進みください。
14. スタート1分前より入水を開始します。10秒前よりカウントダウンが始まり、合図が鳴ったらスタートになります。スタートラインは、コースロープの内側(中央側)、コースロープの終点が目印です。

★競技★

15. 距離に応じた周回数を泳いでいただきます。追い抜きをする人はコースの外壁側から抜くようにしてください。

16. 着順判定は水中にて着順判定員が行います。
17. タイム計測は計測チップによりゴールラインにて行います。周回担当に番号付きのキャップ、計測チップを返却してゼッケン番号の申告をしてください。ゼッケン申告、キャップと計測チップの返却をした時点でゴールとなります。泳ぎ終わったら終了ではありませんので、ご注意ください。
18. 250m×4リレーは水中にて引き継ぎを行います。最終泳者の方が個人種目同様にゼッケンの申告、チップの返却をした時点でゴールとなります。
19. 各種目とも参加標準タイムが定められています。参加標準タイムを超えた場合、また参加標準タイムまでに明らかにゴールできない速度で競技をしている場合には、基準をもとに退水を指示することがあります。

★その他★

20. 設置された給水ポイントでは、給水を行うことができます(受付時に配布するミネラルウォーターだけでなく、ご自身でスポーツ飲料などの補給飲料を準備しても構いません)。
21. 複数のレースにご出場の場合、レース毎にゼッケン番号が変わりますので、次のレースの招集までに必ずゼッケンを書き直してください。
22. レース途中で棄権をする場合、怪我や体調不良の有無にかかわらず、必ず本部にて申告をしてください。泳者の人数把握にかかわりますので、必ず守るようお願いいたします。
23. 各レース終了後、30分を目処に結果速報が受付場所付近に掲示されます。ご自分のタイム、着順等をご確認ください。疑問点等がありましたら結果の確定前(掲示後30分以内を目処)に大会本部までお伝えください。
24. 表彰式は準備ができ次第行います。記録証につきましては、結果確定後受付にてお渡し致します。記録証・副賞などは郵送致しません。ご希望の方は受付にて郵送を受け付けますが、送料はご負担ください。
25. 全種目、当日エントリーはできません。

★NOWSでは下記保険に加入しています。

- 団体総合補償制度費用保険(往復途上不担保)
 - ・ 死亡、後遺障害 1,000 万円
 - ・ 入院(日額) 5,000 円
 - ・ 通院(日額) 3,000 円

※団体総合補償制度費用保険(WIZ)は、死亡・後遺障害、入院、通院の補償があり、傷害及び特定疾病を補償します。

入院限度日数は、180日以内の180日間、通院限度日数は、180日以内の90日間となります。

【参加資格】

- OWS は危険で過酷な競技であることを了承していること。
- 参加種目の距離を制限時間内で完泳できる泳力があること。
- 定期的に水泳練習を行っていること。
- 既往症(内臓疾患・心臓疾患・呼吸器疾患等)のある人は医師の許可を得ること。
- 未成年者は親権者直筆の日付ならびに署名入りの参加同意書を提出すること。
(19歳までの全選手が対象となります。)
- その他大会実行委員会が不相当と認める人は出場をお断りすることがあります。

【水着】

- 着用水着については、制限は設けない。
- ウェットスーツを含む浮具の着用は着順除外とする(オープン参加)。
- レース当日の水温が22℃以下のときには、下記の条件のもと、保温性のあるウェットスーツの着用を認め着順除外をしない。
 - OWSの大会、海練習等で着慣れている体格にあったウェットスーツであること
 - ウェットスーツ無しでも出場する種目を完泳する泳力があること

【競技予定順】6月30日(日)

★当日の天候等の状況によって変更になる可能性があります。参考としてください。

(1) 10kmの部(制限時間：3時間30分)

10時30分～11時30分	競技受付(大会会場受付デスク・時間厳守)
12時00分～12時20分	体操・ウォームアップ・競技説明
12時30分	競技スタート(一斉スタート)

(2) 5kmの部(制限時間：2時間00分)

10時30分～11時30分	競技受付(大会会場受付デスク・時間厳守)
12時00分～12時20分	体操・ウォームアップ・競技説明
12時30分	競技スタート(一斉スタート)

(3) 3kmの部(制限時間：80分)

12時30分～13時30分	競技受付(大会会場受付デスク・時間厳守)
14時00分～14時20分	体操・ウォームアップ・競技説明
14時30分	競技スタート(一斉スタート)

(4) 1kmの部(制限時間：30分)

12時30分～13時30分	競技受付(大会会場受付デスク・時間厳守)
14時00分～14時20分	体操・ウォームアップ・競技説明
14時30分	競技スタート(一斉スタート)

(5) ジュニア500mの部(制限時間：15分)

12時30分～13時30分	競技受付(大会会場受付デスク・時間厳守)
---------------	----------------------

14 時 00 分～14 時 20 分 体操・ウォームアップ・競技説明
14 時 30 分 競技スタート（一斉スタート）

(6) 500m 家族リレーの部(制限時間：15 分)

14 時 00 分～15 時 00 分 競技受付(大会会場受付デスク・時間厳守)
15 時 30 分～15 時 50 分 体操・ウォームアップ・競技説明
16 時 00 分 競技スタート（一斉スタート）

(7) 250m×4 トーナメントリレーの部(制限時間：30 分)

14 時 00 分～15 時 00 分 競技受付(大会会場受付デスク・時間厳守)
15 時 30 分～15 時 50 分 体操・ウォームアップ・競技説明
16 時 15 分 予選スタート（一斉スタート）
17 時 00 分 決勝スタート（一斉スタート）

★大磯ロングビーチ大会特別ルール★

- ◎いずれの距離においても、給水ポイントでの給水回数を制限しない。
- ◎手や足が壁や床についても失格としないが、その場から歩かずに泳ぐこととする。
- ◎トイレ休憩の場合には指定された場所で入退水をする事。

250m × 4 トーナメントリレー

- ◎NOWS 競技ルールにて実施し、以下の大磯大会特別ルールを適用します。
- ◎予選を行い、各組上位チームが決勝進出、決勝は 6 チームで行います。

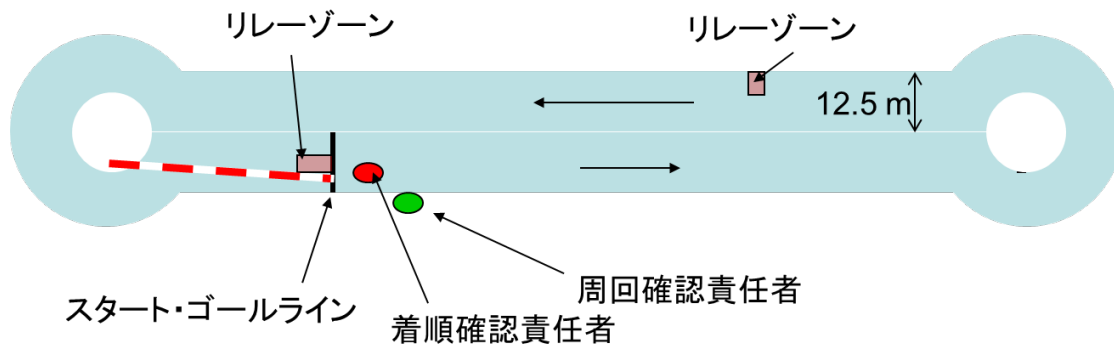
家族リレー

- ◎高校生以下の学生(下限は設けない)と大人(大学生以上)からなる家族 2 名で 1 チームとします。
- ◎2 人で協力して 1 周 500m を泳いで頂きます。それぞれが泳ぐ距離の割合は問いません。また、2 人で一緒に 500m を泳いで頂いてもかまいません。
- ◎完泳したすべての家族を表彰します。着順、タイムでの表彰は行いません。
- ◎参加されたチームには抽選にて副賞が当たります。

ジャンケン大会

- ◎ 大会参加者（応援者を含む）全員に参加する権利があります。

コースイメージ図



【競技規則】

- | NOWS 競技ルールにて実施し、上記の大磯大会特別ルールを適用する。
- | ドルフィンスルーは禁止です！注意を受けてもやめない場合には失格とします。

【安全対策】

- | NOWS 安全マニュアルに従い、安全対策を実施します。
- | 大磯ロングビーチ所属ライフガードによる監視体制を取る。
- | 医師 1 名、看護師 1 名を本部に配置する。

【NOWS 競技ルール】

1. FINA の OWS ルールを基本とし、以下の独自ルールを適用する。
2. 個人種目は男女別総合 6 位までを表彰する。
3. 各大会において事前申し込み参加者総数が 300 名を超える場合には、個人種目の年代別表彰を 5 歳刻みで行う。
4. 300 名に達しない大会は 10 歳刻みで年代別表彰を行う。
5. 参加者は本人直筆の日付ならびに署名入りの参加誓約書を提出しなければならない。
6. 未成年者は親権者直筆の日付ならびに署名入りの参加同意書(様式自由)を提出することで大会に参加することができる。
7. OWS 初参加者は集団泳または事前練習会へ参加しなければならない。
8. 大会の特徴に応じて、大会特別ルールを適用することがある。特別ルールは大会要項に明記する。
9. 大会要項で特に指定の無い限り、着順レースとする。ゴールを陸上に設置した場合には、ゴール前にあらかじめ設けられた範囲において足が付き、上半身が水面よりも上がった時点で着順が判断され、それ以降の追い抜きは失格とする。
10. 着用する水着に制限をしない。浮力のあるウェットスーツは原則として非推奨とする。
11. 安全面の配慮からブイやライフガード等へつかまっの一時的な休憩を認めるが、ほぼ全身が水面から上がる形での休憩は失格とする。
12. 制限時間はあらかじめ大会要項で定められた時間とする。
13. 今大会のローカルルールに限り、以下の条件で保温性のあるウェットスーツの着用を認める。ただし、OWS の大会または海練習等で着慣れている体格に合ったウェットスーツであること、及びウェットスーツ無しでも出場する種目の距離を完泳する泳力があることを条件とする。

【異議】

競技の失格内容や成績等に異議のあるときは、そのレース終了後 30 分以内に抗議書(指定書式、受付に常備)に疑義内容を記載し、抗議料 5,000 円を添えて受付に提出のこと。抗議書の内容は大会実行委員会で裁定する。また、抗議内容が承認された場合は抗議料を返金するが、抗議内容が却下された場合は抗議料を返金しない。その他、問い合わせについては受付に申し出ること。

NOWS 大会中止・中断基準

1. 競技開始前に基準条件下であった場合には競技をスタートしない。
2. 大会開催中に基準条件下になった場合には実行委員長の判断でレースを中断する。
3. 基準に該当しない場合であっても参加者の安全確保に重大な支障が生じると実行委員長が判断した場合にはレースを中断する。
4. 中断の基準となる事象が解消された場合、競技再開は実行委員長が判断する。
5. 中断から1時間経過後、中断基準が解消されない場合は、実行委員長判断により以後の競技は中止する。
6. 大会前日18時の時点で、大会開催中に大会中断基準に該当することが明白である場合は、実行委員長の判断により大会を中止する。

《NOWS 大会中止・中断判断基準》

- イ) 風速8m/秒以上の場合
- ロ) 波高1m 以上の場合
- ハ) 水温18度以下の場合
- ニ) 視界2km 以下の場合
- ホ) 地震、津波、波浪、暴風等警報が発令された場合
- ヘ) 雷鳴、閃光いずれかを感知した場合
- ト) 鮫や、毒を持つくらげ・エイなど、危険生物が出現した場合
- チ) 警察、消防等の行政機関より中断・中止の指示があった場合

(参考) 自然環境下で実施する NOWS 主催 OWS 大会での アドバイス・退水勧告・退水指示・退水命令に関するルール

個々の選手の生命を守るとともに、選手全体の安全を守るため、自然環境下で実施する OWS 大会では下記の基準でアドバイス・退水勧告・退水指示・退水命令を行います。

(1) アドバイス

ライフガードが下記のいずれかの状態にある選手を認識したら、該当選手の泳ぎを止めてアドバイスと体調確認を行います。

- ◎ 明らかにコースを外れた方向に泳いでしまっている。
- ◎ 明らかに標準時間でゴールできないペースで泳いでいる。
- ◎ 泳ぎ方が不自然である。
- ◎ 泳ぎ方・ペース・泳ぐ方向のいずれかが急に変わった。
- ◎ 苦しそうに泳いでいる。
- ◎ 他の選手を妨害し、他の選手の安全に支障がおきている。

(2) 退水勧告

アドバイスを複数回受けても改善が見られない場合、ライフガードは退水勧告をし、途中棄権の要請を行います。選手はご自身で継続か棄権かの判断ができますが、二度目の勧告を受けても継続を選択すると下記にある退水命令が出される可能性があります。

(3) 退水指示

アドバイス時に目がうつろである、声掛けへの応答が鈍いなど、生命に影響がありそうな反応であった場合には、ライフガードがそのまま確保し、審判長の許可を得て退水措置を行います。選手は必ず指示に従ってください。

- ◎ 標準時間の半分の時間を過ぎた時点より、半分の距離まで到達できていない選手に対しては後方の選手より順次退水指示をされ最寄りのブイまで泳ぐか、その場で退水するかを判断して頂きます。ただし、最寄りのブイが後方の場合には、その場で退水を指示し、審判長の許可を得て退水措置を実施します。選手は必ず指示に従ってください。
- ◎ 標準時間の 15 分前より、標準時間以内にゲートブイに到達できる見込みが無いと判断される選手に対しては、後方の選手より順次退水指示を出して、退水措置の手続きを進めていきます。選手は必ず指示に従ってください。標準時間内に、または退水指示を受けるより前に、ゲートブイに到達できればそのままゴールまで泳ぐことを認めます。

(4) 退水命令

ライフガードの退水指示に従わない・暴言・暴力・威嚇など、大会運営全体に支障が出る行為を行った場合には、審判長から出される強制退水命令のもと、選手の意図に反する強制退水を実施することがあります。なお、該当競技者は強制退水命令時点で大会出場資格停止処分となり、NOWS 理事会での承認が下りるまで NOWS 主催の大会に出場できません。