第５回 SWANS CUP

NOWS 石垣島 OWS 大会 2023　二次要項

★会場：石垣市 南ぬ浜（ぱいぬはま）町　人工ビーチ

◎石垣空港より国道309号線、また県道87号線より約28分。

https://painuhama.com/access/

※ 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いたします。
FACEBOOK 登録していない方でも閲覧できます。

www.facebook.com/nows.jp

【重要】NOWSスタッフは、現地での準備中には、直前の一斉メール送信などが困難となります。天候等が心配される状況下では、必ずNOWS公式FACEBOOKページでご確認をお願い致します。

★新型コロナウイルス感染拡大防止対策★

◎体調管理に充分ご留意いただき、当日の体温が 37.5 度以上の選手や同行者は、会場への入場をご遠慮ください。

◎マスク着用については、参加者個人の判断でお願い致します。

◎政府や自治体からの自粛要請ならびに、感染状況の悪化などにより施設の使用不可など、事前に開催中止を余儀なくされた場合には、特例として、お支払いいただいた参加費から必要経費を差し引いた金額を返金いたします。ただし、中止決定が大会期日直前などの場合、返金できないこともありますのでご承知おきください。

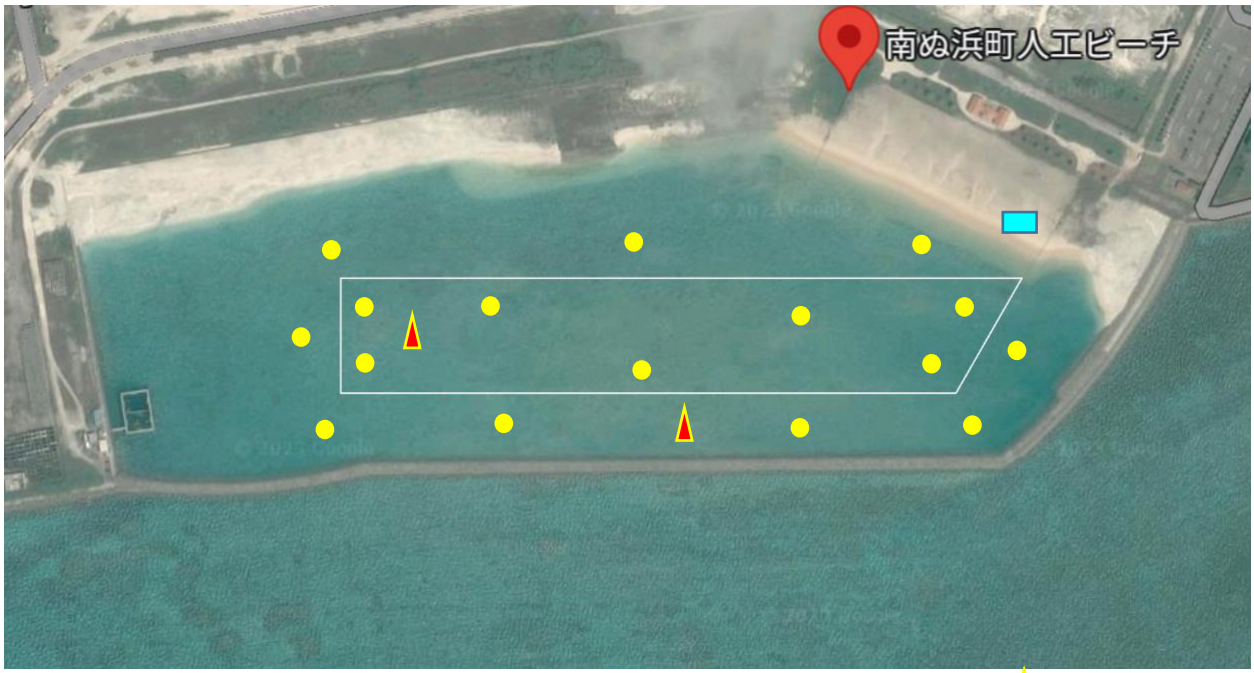
【受付時間（予定）】	**11月18日（土）**
2.5km、5km	9:30 ～10:30
500m、1km	12:00 ～13:00
500m×4リレー	13:00 ～14:00

◎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。

◎複数種目にエントリーされた場合の受付は柔軟に対応いたします。

★予定コースイメージ（1周1.25kmの場合）★



：救護所　：ライフガード（レスキューボードもしくはSUP）　：PWC

※あくまでイメージです。当日の状況により、コースは変更になることがあります。

※種目ごとに距離を調整して１周、または周回となります。

★表彰規程★

(1) 完泳者全員に記録証を授与。

(2) 個人種目は男女別総合 1～6 位を表彰する。

(3) 個人種目は総合入賞者を除き、男女別 10 歳刻み各年齢区分 1～3 位を表彰する。

(4) リレーは総合 1～3 位のチームを表彰する。

(5) 年齢区分は大会開催年の 12 月 31 日の年齢を利用する。

(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。

(7) 下記の条件のもと、全種目で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合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

(8) 招待選手はオープン参加とし、入賞対象にしない。

	記録証	メダル	副賞
個人総合　　１～３位	○	○	○
個人総合　　４～６位	○	×	○
個人年代別　１～３位	○	○	×
リレー総合　１～３位	○	×	○

★その他★

◎荒天等やむを得ない理由により、当日大会が中止になる場合があります。その際、参加費の返還は致しません。

◎大会会場は禁煙です。喫煙所は設置致しません。

◎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。

★腕時計や腕時計型計測機器の着用

★長い爪での参加

★固いネイルアートをしての参加

※受付時に手足の爪を確認させていただきます。上記に当てはまる場合には**爪切りで切っていただくこともあります**ので、ご注意ください。

◎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。

◎参加者・同伴者の方で会場において写真を撮られる方は、他の参加者や大会関係者の迷惑にならないよう配慮し、節度を持った撮影をお願い致します。実行委員会が不適切であると判断した場合は、会場から退出していただくこともあります。

◎競技中、各役員への個別の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。

◎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。

◎2.5km、5kmにエントリーし、大会当日、受付をした選手を対象に、キャッシュバック抽選会を行います。

※2.5kmと5kmの参加者から各２名、計４名の方に、エントリー費のキャッシュバックを行います。

※抽選会は各競技招集時に行う予定です。抽選時、会場で当選のアナウンスに応じられる方のみ、キャッシュバックを受けられます。

◎ゴミはすべてお持ち帰りをお願いします。

◎お帰りの際は忘れ物のないようにお願いします。本部に忘れ物が届いた場合、事務局でのお預かり期間は 1 週間です。その後は処分させていただきますのでご了承ください。

★石垣島OWS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、追加Tシャツの有無)に間違いなどありましたら、速やかにNOWS事務局（info@n-ows.jp）宛ご連絡ください。
2. OWS大会に出場した経験のない方、経験の少ない方、少しでも不安のある方は、受付時および招集時にお申し出ください。

★大会当日：受付★

3. 選手は健康チェック表・誓約書（受付に準備のものは両面印刷）を熟読の上、必要事

項を記入し、受付に提出してください。**ゼッケン番号を必ずご記入ください。**

※提出する健康チェック表・誓約書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。

4. 記入した書類を持って、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（袖の長いウエアを着用する場合は両手の甲）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等を塗らないでください。

5. ナンバリング後、書類を提示してドクターチェックを受けてください。
6. 受付でレース時に着用するキャップと個人種目の参加賞Tシャツ（お申し込み時のサイズ）をお受け取りください。
7. 水とプログラムをお受け取りください。

★招　集★

8. 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を着用し、指定の場所へお集まりください。
9. 招集前にトイレ、給水等はお済ませください。招集後はスタートまでの間、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。
10. 招集場所では、招集役員のチェックを受け、番号を呼ばれたらゼッケンと同じ番号の計測チップを受け取り、手首等に外れないように装着してください。この際、人数の最終確認を行います。
11. 計測チップ配布後、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。
12. 全員で体操をした後、スタート場所へ移動します。
13. レーススタート前にウォームアップ（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、躊躇せずに棄権を招集役員に申し出てください。
14. ウォームアップの後、スタート地点に戻り、合図があるまで水中で待機します。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です。
15. 個人種目の出場人数が多い場合、ウェーブスタートとすることがあります。

★競　技★

16. 指定されたブイを順番に回ってゴール地点まで戻ってきてください。
17. 着順判定は水中にて着順判定員が行い、ゴールした選手に着順札を渡します。陸地で

他の選手を抜くことは認められません。

18.タイム計測は陸上の通路部分のゴールラインにて行います。通路に沿って進み、計測担当にチップと着順札を返却してください。この2点を返却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。

19.リレー種目は陸上のタッチゾーンで引き継ぎを行います。泳ぎ終わった選手は次の泳者にハンドタッチした後、必ず指定の通路を通り、計測担当にチップと着順札を返却してください。この２点を返却した時点で引き継ぎ完了となります。最終泳者も同様に通路を通り、チップと着順札を返却してください。2点を返却した時点でゴールとなります。

20.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、また時間内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★

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や、ジェット等で浜に搬送された場合は、怪我や体調不良の有無にかかわらず、必ず本部に申告し、計測チップを返却してください。また、医師もしくは看護師の問診を受けてください。泳者の人数把握にかかわりますので、必ず守るようにお願いします。

23.各レース終了の30分後を目処に結果速報が受付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。記録証は、結果確定後、受付にてお渡し致します。記録証・副賞等は郵送致しませんので、可能な限り会場でお受け取りください。
※ご希望の方は受付にて郵送を受付けますが、送料はご負担ください。
※宛先を記入したレターパックをご準備いただくと、速やかに発送することができます。ただし、レターパックで送れない副賞などがある場合は、宅急便着払いでの発送となりますので、ご承知おきください。

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事前に了解すること。
- 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。
- 既住症（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。
  （17 歳までの全選手が対象となります。）
- 中学生以下の選手は、保護者または監督者同伴を原則とする。
- その他大会実行委員会が不適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。
- 下記条件のもと、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

【競技日程と予定順】

11 月 18 日（土）

★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) 5km の部（制限時間：120 分）　　募集定員　100 名

9 時 30 分～10 時 30 分	競技受付（大会会場受付デスク・時間厳守）
11 時 00 分～	競技説明・体操・ウォームアップ
11 時 30 分	競技スタート（一斉またはウェーブスタート）

13 時 30 分　　競技終了予定

(2) 2.5km の部（制限時間：80 分）　　募集定員　100 名

9 時 30 分～10 時 30 分　　競技受付（大会会場受付デスク・時間厳守）

11 時 00 分～　　競技説明・体操・ウォームアップ

11 時 35 分　　競技スタート（一斉またはウェーブスタート）

12 時 55 分　　競技終了予定

(3) 1km の部（制限時間：45 分）　　募集定員　500m の部と合わせて 150 名

12 時 00 分～13 時 00 分　　競技受付（大会会場受付デスク・時間厳守）

13 時 30 分～　　競技説明・体操・ウォームアップ

14 時 00 分　　競技スタート（一斉またはウェーブスタート）

14 時 45 分　　競技終了予定

(4) 500m の部（制限時間：25 分）　　募集定員　1km の部と合わせて 150 名

12 時 00 分～13 時 00 分　　競技受付（大会会場受付デスク・時間厳守）

13 時 30 分～　　競技説明・体操・ウォームアップ

14 時 05 分　　競技スタート（一斉またはウェーブスタート）

14 時 30 分　　競技終了予定

(5) 500m×4 リレーの部（制限時間：60 分）　　募集定員　4 名のチーム　25 組

13 時 00 分～14 時 00 分　　競技受付（大会会場受付デスク・時間厳守）

14 時 30 分～　　競技説明・体操・ウォームアップ

15 時 00 分　　競技スタート（一斉スタート）

16 時 00 分　　競技終了予定

【競技規則】

- ＮＯＷＳ競技ルールにて実施する。

【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。

- ライフガードによる監視体制を取ります
- 医師または看護師 1 名を本部に配置します。

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（18 歳未満）は親権者直筆の日付ならびに署名入りの参加同意書(誓約書の保護者または親族署名欄)を提出することで大会に参加することができる。
7. 参加者はレース前に実施する体操とウォームアップ（試泳など）に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て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. 水温が 18℃以下または 32℃以上の場合は大会を実施しない。水温が 22℃以下の場合には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あ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。

    ※日本選手権トライアルは対象外。

【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、消防等の行政組織より中断・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。