

技術審判ポイント

●全体

- ルール
JTU HPの「JTU認定記録会開催マニュアル」
JTU競技規則（2018.12.26）修正版

●スイム

- ルールは、2018年度 日本水泳連盟競技規則に則る
 - フライングの場合は・・・
 - FINAの水着が基本。ウェットスーツは禁止。
 - ・スイムキャップは着用
- 競技
 - 基本的に8名/組をA面、B面で15秒ほど差でスタート
 - ・オーバーヘッド方式。フィニッシュしたらすぐにプールから上がらずに、次の組がスタートするまで水中で待ってください。
 - 最終周回ビート板で知らせる
- アップ、ダウン
 - ・ウォーミングアップは、メインは8:45、サブは8:30まで。
 - ダイビングプールは競技中も可能。
 - 安全に十分配慮するとともに、アップのプールはアップのためなので、遊ばないように。
- 終了後
 - ・終了後の再集合はありません。順次 陸上競技場へ移動してください。
 - 12:30まで競技場内にはいることはできません。
 - フィールドには入ることができません。
- 注意事項:
 - ・相模原市短水路ディスタンス大会の中で実施。
 - ・プールサイドは素足。上履きは禁止。
 - 更衣は、大会参加者利用エリア内で。ロッカーの利用は不可。
 - 女子専用荷物置き場はあり。

●ラン

- ルール
 - ・ランシューズ（長距離用スパイクは、ギオンフィールドの競技用赤タータンのうえでのみ使用可能）
更衣室やフィールド内人工芝上は不可。
- 競技
 - ・最終周回で鐘
 - ラップ表示
- アップ、ダウン
- 終了後
- 注意事項: