

平成23年度 調布市民体育祭 水泳競技大会参加者へのご案内

- 開催日時 平成23年9月4日(日) 午前10時00分競技開始(雨天決行)
- リレー申込チームへのご案内  
大会当日、リレーオーダー用紙(泳者順序登録)の提出が必要になります。(本部受付)  
提出締切時間～メドレーリレー10:00、フリーリレー13:30  
リレーオーダー用紙の提出が無いチームは棄権と見なしますのでご注意ください。
- 当日タイムテーブル
  - 8:30 受付開始(記録証・プログラム配布)
  - 9:00 ウォーミングアップ開始
  - 9:45 ウォーミングアップ終了
  - 9:50 開会式・競技規則説明
  
  - 10:00 競技開始
    - 200m 個人メドレー
  - 10:25 50m 自由形
  - 11:25 表彰式(200個メ、50自由形 小・中学生)
  - 11:40 50m 背泳ぎ
  - 11:55 表彰式(50自由形 高校・成人)
  - 12:10 200m メドレーリレー
  - 12:40 表彰式(50背泳ぎ)
  - 12:50 昼休み ※全コース練習用に開放いたします。
  - 13:30 50m 平泳ぎ
  - 14:20 50m バタフライ
  - 15:10 表彰式(200メドレーリレー、50平泳ぎ)
  - 15:30 200m フリーリレー
  - 16:00 表彰式(50バタフライ、200フリーリレー)  
閉会式(16:20終了予定)
- 上記時間はあくまでも目安です。表彰式の時間変更(当日アナウンスあり)や競技進行状況により早くなる場合もありますので余裕をもって集合してください。
- 各競技種目開始時間のおよそ20分前に召集します。随時、場内アナウンスを致します。
- 参加当日の体調管理は自己責任(未成年者は保護者判断)において行ってください。
- 参加にあたっては決して無理をせず、体調のすぐれない時は休みましょう。
- 競技前後の水分補給を適切に行ってください。(ペットボトル等の持込み可)
- 競技前には、必ずウォーミングアップを行ってください。
- 当日のゴミは各自持ち帰りにご協力ください。