

令和5年度 仙台市中学校体育連盟水泳専門部 強化事業 スタート練習会2 実施要項【短水路用】

- 1 目的** 県総合プールにしかない大会で使用するステップ付のスタート台での練習の機会をもち、スタート技術向上と、大会での記録向上を図る。
- 2 主催** 仙台市中学校体育連盟
- 3 主管** 仙台市中学校体育連盟水泳専門部
- 4 期日** 令和5年10月14日(土) 8:30~14:00
- 5 会場** セントラルスポーツ宮城 G21 プール(宮城県総合プール)
サブプール(短水路 25m8 レーン)
〒981-0122 宮城郡利府町菅谷字館 40-1 TEL:022(356)1122

6 日程

(1)入場について

入場 1F 入り口：保護者の入館は不可とする。

(2)練習時間と割り振りについて

混雑防止のため、各学校を4つのグループに分け入場し、以下のように時間指定する。

本スタート練習会では、第1回、2回練習会のグループを入れ替えて実施する。

Aグループ 学校番号 1~15番

Bグループ 学校番号 16~30番 私立, 県立, 国立中学校

Cグループ 学校番号 31~45番, 長町中学校, 富沢中学校

Dグループ 学校番号 45番~

※グループ分けは、例年の仙台市中総体の参加人数を元に、なるべく人数が均等になるように分けました。長町中学校・富沢中学校はCグループで御協力をお願いします。

会場設営	8:00~8:30
CDグループ入場	8:30~8:40
CDグループスイム練習	8:40~9:30 公式スタート 9:30~10:00
CDグループ退館完了時刻	10:15
Bグループ入場	10:15~10:25
Bグループスイム練習	10:25~11:15 公式スタート 11:15~11:45
Bグループ退館完了時刻	12:00
Aグループ入場	12:00~12:10
Aグループスイム練習	12:10~13:00 公式スタート 13:00~13:30
Aグループ退館完了時刻	13:45
会場撤去	13:30~14:00

※各グループスイム練習50分, 公式スタート練習を30分とする。

※混乱防止のため, 担当専門委員の指示のもと, 上記時間通りに入場する。

7 練習方法

- (1) スタート台は3～8レーンに設置をする。
 - ① スイム練習時は, 1～7レーンをスイムレーン, 8レーンをスタート練習レーンとする。
 - ② 公式スタート練習時は, 3～8レーンをスタート練習レーンとする。
 - ③ 背泳ぎスタート用に8レーンのみタッチ板とバックストロークレッジを設置する。
 - ④ 危険防止のため, スタート後止まらずに25m泳ぎきること。
 - ⑤ リレーの引き継ぎ練習レーンは設置しない。

8 その他

- (1) 提出書類 「仙台市強化事業参加申込書」
提出先 南小泉中学校 小野 雄祐 宛(メール便で提出 ×FAX)
提出〆切 9月21日(木)
- (2) 生徒のみの参加は認めない。顧問(教員)引率のみ参加を認める。また, 顧問はプールサイドで指導すること(裸足か上靴持参のこと)。
- (3) スタートは危険が伴う。長時間のスタート練習は避け, 選手の集中力や体調をしっかりと確認しながらスタート練習を行うこと。集中力が欠如している状態や, 疲労がある場合はスタート練習をしないように指導すること。
- (4) 貴重品の管理や, 感染症対策, 施設の使用について, 各校顧問で指導しておくこと。
- (5) 盗難や取り違え防止のため, ロッカーに荷物を置かず, プールサイドの赤い台に荷物を置くこととする。下足入れを必ず持ってくること。また, 水着は事前に着てくること。