

# 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3 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6年2月17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
Bグループ入場	8:30~8:40
Bグループスイム練習	8:40~9:30 公式スタート 9:30~10:00
Bグループ退館完了時刻	10:15
Aグループ入場	10:15~10:25
Aグループスイム練習	10:25~11:15 公式スタート 11:15~11:45
Aグループ退館完了時刻	12:00
C・Dグループ入場	12:00~12:10
C・Dグループスイム練	12:10~13:00 公式スタート 13:00~13:30
C・Dグループ退館完了	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30分を基本とする。

※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 背泳ぎスタート練習用に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25m泳ぎ切る。
- 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 仙台市立南小泉中学校 小野 雄祐 宛(メール便で提出 ×FAX)

提出〆切 令和6年1月19日(金)

(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、プールサイドの赤台に置くこととする。

下足入れを必ず持ってくる。また、水着は事前に着てくること。