

令和6年度 仙台市中学校体育連盟水泳専門部 強化事業 1

スタート練習会 実施要項

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持ち、スタート技術向上と大会での記録向上を図る。

2 期 日 令和6年10月12日(土) 9:00～14:00

3 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)
メインプール(50m10レーン)
〒981-0122 宮城郡利府町菅谷字館40-1 TEL:022(356)1122

4 日 程

(1) 開 場 9:00

(2) 練習時間 9:05～14:00

※スタート練習は9:30過ぎに許可をする。それまでは全レーンスイム練習とする。ただし、混雑の状況により、スタートレーンや時間について変更することもある。

5 練習方法

(1) 時間は拘束せず、時間内の自由参加とする。

(2) スタート台は10レーン中、0～4レーンに設置をする。

① 0～4レーンをスタート練習レーンとし、一方通行とする。

② 背泳ぎスタート用に0レーンのみタッチ板を設置する。

③ 危険防止のため、スタート後止まらずに25mは泳ぐようにすること。

④ リレーの引き継ぎ練習は、電光掲示板側スタート台で実施する(0～4レーン)。

引き継ぎ練習時は必ず顧問がついて実施すること。場所が限られているため、占有せず、順番に実施すること。

(3) 5～9レーンをスイム練習用レーンとする。

(4) 10:30～11:15と13:00～13:45の2回、競技役員の出発合図員のピストルによる公式スタート練習を行う。

6 その他

(1) 経費は強化費から支出するので参加料は徴収しない。

(2) 顧問(教員)引率の場合のみ参加を認める。顧問はプールサイドで指導することとする。

(3) スタート練習は集中して実施すること。顧問は必ずスタート台付近で生徒の安全を確認すること。

(4) 貴重品の管理や施設の使用について、各校顧問で指導しておくこと。

(5) 1階入り口付近に名簿を置くので、参加校・顧問名・参加人数を記載し、練習を行うこと。

(6) スタート台の設置と撤去は、会場設営校の生徒と教員が実施する。

準備 8:00～ 8:45

撤去 14:00～14:45

(7) 更衣室に荷物を置かずに、プールサイド赤台に置く。靴は下足入れに入れて保管する。水着は着用してくること。

(8) 参加申込書提出締め切り: 10月4日(金) 仙台市中体連水泳専門部 委員長

仙台市立富沢中学校 佐藤瞬 宛

メール便か郵送で提出すること