

## 令和6年度 仙台市中学校体育連盟水泳専門部 強化事業2

### 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11月 2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(25m10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) 10:30~11:00, 11:30~12:00, 13:00~13:30の3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。水着は着用してこること。
  - (8) 参加申込書提出締め切り: 10月25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