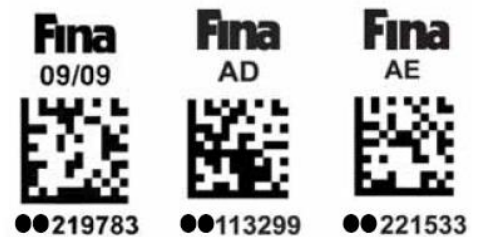


連絡

- ① ウォーミングアップ中のフィンの使用を許可する。

【注意事項】（昨年の反省から）

- ① 中学校の代表として出場する大会であるので、プールサイドでは学校や部で指定されたジャージや水着を着用する。スイミングスクール名の入ったものや大きなメーカーのロゴの入ったものを着用するとアマチュア規定に違反し、失格となる場合がある。
- ② 水着はFinaマークのついたものを着用する。日本水泳連盟の規定による。貸し出ししようも準備しているが、もっていない生徒が多く、不足している。



- ③ 泳法の確認。特に下記の事項。
- (ア) 平泳ぎの水中動作について：スタート、折り返し後の水中での一かきの前、途中、後のいずれのタイミングでも、平泳ぎの蹴りの前であれば、1回のバタフライキックが許される。2回以上のバタフライキックは失格となる。ターン、ゴールのタッチは両手同時に行う。
- (イ) 背泳ぎのターンについて：背泳ぎのターンの際に、うつぶせになってのクイックターンは許される。ターンの一連動作として、足が動くことはかまわないが、壁に届かないからといって、キックを打つことは背泳ぎから逸脱するため、許されない。また、うつ伏せになってからのタッチターンも禁止されている。