



# 水泳の日 in EHIME 2019

- 1 日 時 2019年12月22日(日) 10:00~16:00(開場9:00)
- 2 場 所 アクアパレットまつやま(愛媛県松山市市坪西町625-1)
- 3 主 催 (一社)愛媛県水泳連盟・(公財)松山市スポーツ協会
- 4 後 援 (公財)日本水泳連盟
- 5 特別協賛 東京海上日動火災保険株式会社
- 6 参加料 チャレンジリレー4,000円(1人1,000円)  
特別泳力検定会1種目1,000円(1人2種目以内)  
水泳教室1講座1,000円、泳法撮影会1,000円  
体験教室(日本泳法、AS、OWS、水球、障がい者)100円  
※参加料には、保険料が含まれます。(プログラムを400円で販売します)
- 7 送金先 伊予銀行 日吉支店 普通預金 1716002  
愛媛県水泳連盟 競技委員長 越智隼人  
※振込手数料は、参加者でご負担ください。  
※同一チームは、まとめて振り込んでください。
- 8 申込方法 参加申込書(後日掲載予定)に記入の上、以下の方法で申し込んでください。  
(1)各所属(スイミングクラブ、学校等)でまとめて申し込む。  
(2)各個人(チーム)で申し込む。  
※(公財)日本水泳連盟の選手登録をしていなくても参加できます。  
※金融機関が発行する「振込金受領書」のコピーを添付してください。  
なお、チャレンジリレー、特別泳力検定会に出場の方(チーム)は、専用 Excel フォームに入力の上、データでの申し込みもお願いいたします。  
「生涯スポーツ委員会」→「水泳の日」→「チャレンジリレー(特別泳力検定会)申込フォーム」(Excel ファイル)から取得してください。(後日掲載予定)
- 9 申込先 ① 申込書 〒799-1596 愛媛県今治市桜井2丁目9番1号  
(一社)愛媛県水泳連盟 水泳の日事務局 浅木 剛紀  
② チャレンジリレー、特別泳力検定会の Excel データ  
ehime.swimmingday@gmail.com (浅木宛)
- 10 参加者募集期間 2019年10月21日(月)~11月25日(月)必着
- 11 お問い合わせ 水泳の日 in EHIME 2019 実行委員会事務局  
MAIL: ehime.swimmingday@gmail.com TEL: 070-5685-1122(浅木)

**入場無料  
参加賞あり**

## 水泳の日 in EHIME 2019 タイムスケジュール

※ 9月28日(土)現在。多少、変更が生じる可能性もあります。

	25m メインプール	23m サブプール
10:00	オープニング	
10:30	オリンピックによる水泳教室 (初 級)	日本泳法 デモンストレーション&体験教室
11:00		
11:30	オリンピックによる水泳教室 (中 級)	アーティスティックスイミング デモンストレーション&体験教室
12:00		
12:30	チャレンジリレー (1人25m×4人リレー)	OWS デモンストレーション&体験教室
13:00		
13:30	二チレイチャレンジ  特別泳力検定会	水 球 デモンストレーション&体験教室
14:00		泳法撮影会
14:30		
15:00	トークショー サイン会	障がい者 ブラインドスイム体験
15:30		
16:00	フィナーレ	

○ オリンピアンゲスト

**星 奈津美 (ほし なつみ) 選手**

1990年8月21日生まれ。埼玉県出身。1歳半からベビースイミングに通い始め、競泳人生のスタートを切る。高校1、2年時にインターハイで2連覇を達成、3年時の日本選手権では高校新記録を出し、自身初となる2008年北京オリンピックに出場。その後も日本新記録を更新し続け、2012年ロンドンオリンピックで銅メダルを獲得。しかし、高校時に発症した持病のパセドウ病が悪化。一時的に競技から離れることを余儀なくされ、治療に専念し手術を決断。苦難を乗り



越え、2015年の世界水泳選手権200mバタフライで日本競泳女子選手として大会史上初の金メダルを獲得。翌2016年リオデジャネイロオリンピック代表に内定し、同オリンピックで日本女子選手見事2大会連続の銅メダルを獲得。同年10月に「全て出し切った」と引退を表明。現在は(公財)日本水泳連盟のアスリート委員、東京2020の活動や、メディア、イベント出演、水泳教室、講演会など幅広く活動し、新たなチャレンジを行っている。

○ 主な内容

オリンピックによる水泳教室 (初級)

-----

4泳法を今より上手に泳げるコツを教えますらおう!

実施時間 10:30~11:00  
場 所 25m メインプール  
定 員 50名  
参 加 料 1,000円  
参加資格 各泳法25m以上泳げる方  
※ 小学生以下の参加者には、保護者が同伴してください。

オリンピックによる水泳教室 (中級)

-----

より速く泳げるテクニックを教えてもらい、タイムアップを目指そう!

実施時間 11:10~11:40  
場 所 25m メインプール  
定 員 50名  
参 加 料 1,000円  
参加資格 各泳法50m以上泳げる方  
※ 主に大会に出場している中高生が対象です。

チャレンジリレー (1人25m×4人リレー)

-----

4人1組でのリレー! チームで決めたタイムに近づけるように力を合わせよう。泳法は自由。オリンピックと写真を撮り、その写真が掲載された記録証を全チームに贈呈します。上位チームにはプレゼントあり!

実施時間 12:00~12:40  
場 所 25m メインプール  
定 員 40チーム  
参 加 料 1チーム4,000円  
参加資格 25m以上泳げる方  
備 考 **エントリータイムの近い順で順位を決めます。**後日、スタートリストを(一社)愛媛県水泳連盟ホームページに掲載します。

トークショー&サイン会

-----

星奈津美選手とのトークショー&サイン会! オリンピアンとの貴重な体験談が聞けるかも?!

実施時間 14:40~15:20  
場 所 25m メインプール  
備 考 プールサイドで見学していただけます。質問してみたいことを申込用紙に記入してください。(全てが適用されるとは限りません)  
**サイン会に参加したい場合は、サイン色紙等を持参してください。**

日本泳法デモンストレーション&体験教室

-----

海や川、自然の中で生まれ戦国時代に完成した日本泳法は、愛媛県でも大変盛んです。その泳ぎを学び、体験しよう。

実施時間 10:30~11:10  
場 所 23m サブプール  
定 員 30名(見学は自由)  
参 加 料 100円  
実施内容 8種目の演技披露、甲冑遊び等体験活動

AS (アーティスティックスイミング) デモンストレーション&体験教室

-----

音楽に合わせて華麗に泳ぐマーメイドにぜひご注目。未来のホープ誕生?!

実施時間 11:20~12:00  
場 所 23m サブプール  
定 員 30名(見学は自由)  
参 加 料 100円  
実施内容 デュエット演技披露、パレーレツグ等規定要素体験活動

OWS デモンストレーション&体験教室

-----

川、湖、海洋などの自然環境との調和を目指して泳ぐOWS。今日は海ではありませんが、海で泳いでいる気分で悠然と泳ぎ、技術を身に付けよう。

実施時間 12:10~12:50  
場 所 23m サブプール  
定 員 30名(見学は自由)  
参 加 料 100円  
実施内容 競技説明、ツイ回りスイム、給水活動等の体験

水球デモンストレーション&体験教室

-----

水中の格闘技と言われる水球。巧みなシュートやパスワーク等の技術を通して、水球の魅力を学ぼう。

実施時間 13:00~13:40  
場 所 23m サブプール  
定 員 30名(見学は自由)  
参 加 料 100円  
実施内容 試合見学、パスやシュート等の体験活動

泳法撮影会

-----

普段あまり撮影できないスタートや水中での撮影を行い、自分の泳ぎをチェック!

実施時間 14:00~14:40  
場 所 23m サブプール  
定 員 15名(見学は自由)  
参 加 料 1,000円(DVD代含む)  
実施内容 スタート、泳ぎ(水上、水中)の撮影。DVDに編集してお渡しします。(DVDのお渡しは後日になります)

障がい者ブラインドスイム体験

-----

視覚を閉じた状態で25m完泳にチャレンジ! 技術だけでなく、「音」と「声」のコミュニケーションが重要です。

実施時間 14:50~15:30  
場 所 23m サブプール  
定 員 20名(見学は自由)  
参 加 料 100円  
実施内容 視覚を閉じた状態で25mスイムおよびタッピングバー体験(25m以上泳げる方に限ります)

二チレイチャレンジ 特別泳力検定会

-----

全国統一泳力基準である特別泳力検定にチャレンジ! **合格者には認定証とバッジを贈呈いたします。**

実施時間 13:00~14:30  
場 所 25m メインプール  
実施種目 1級:200m個人メドレー 2級:100m個人メドレー  
3級:50mバタフライ、背泳ぎ、平泳ぎ、クロール  
4級、5級、6級、7級:25mバタフライ、背泳ぎ、平泳ぎ、クロール  
(3級から7級の各種目は、バタフライ、背泳ぎ、平泳ぎ、クロールの順で行います)  
参 加 料 1種目1,000円(1人2種目以内)  
※ 2種目は同じ級(異なる種目)でも異なる級(同じ種目可)でも構いません。別紙のとおり(泳力検定基準表) ※ 年齢は、検定日当日(12月22日)の満年齢  
合格基準 7級から順に実施します。水中スタート、スタート台横からの飛び込みでも可。  
備 考 **合格者の認定証とバッジは、お帰りの際受付にてお渡しします。**後日、実施予定時間を(一社)愛媛県水泳連盟ホームページに掲載します。

○ エントリーについての注意事項

・ 参加資格

- (1) 小学生以下が参加する場合は、必ず保護者が同伴してください。4歳未満のお子様は参加できません。(団体の場合は、代表者1人でも可)
- (2) **このイベントは参加者が安全管理、健康管理を本人又は保護者の責任において行い参加することを条件とし、本人及び保護者が承諾した上での申し込みとします。誓約書(申込書内にあります)に本人(リレー種目については代表者)の署名及び18歳未満の選手については保護者(リレー種目については保護者代表1名)の署名を必ず記載してください。**
- (3) その他イベントごとに定められた参加資格をご確認の上、お申込みください。

・ 健康管理

- (1) 参加者の健康管理は本人の責任とし、各自で十分留意してください。
- (2) 会場における事故等について応急処置は行いますが、それ以上の対応は参加者の責任において実施していただきます。

・ リレー種目にエントリーの際のご注意

エントリー後のメンバーの変更につきましてはエントリー期間終了までをお願いいたします。エントリー期間終了後はメンバーの変更ができません。やむを得ない事情により当日の参加者に変更がある場合、参加は可能ですが記録証等のお名前の変更はお受けできませんのでご了承ください。

・ 参加の詳細について

エントリー締切後、**12月中旬までにイベントの2次要項を(一社)愛媛県水泳連盟ホームページに掲載いたしますので、必ずご確認ください。(チャレンジリレーのスタートリスト、特別泳力検定会の実施予定時間も2次要項とともに掲載いたします。)**

・ 複数エントリーについて

申込みされる種目同士の時間が重ならないようにご注意ください。

・ 競技規則

- (1) (公財)日本水泳連盟競泳競技規則に準じた、イベントの特別ルールを適用します。
- (2) リレー種目については、所属チーム等にこだわらず、仲間同士での出場が可能です。
- (3) リレー種目を含め、水中からのスタート及び引き継ぎを認めます。
- (4) 水着はFINAの規則にある素材・形状であれば承認マークがないものでも着用できます。

・ その他

天変地異、天候条件、社会情勢等によりやむを得ずイベントが中止になった場合、エントリー料等の返金はできませんので、予めご了承ください。イベント中止の発表等は、(一社)愛媛県水泳連盟ホームページでご確認ください。

・ 個人情報の取り扱い

主催者は個人情報の重要性を認識し、個人情報の保護に関する法律および関連法令等を順守し、個人情報を取り扱います。また、イベントの映像・写真・記事・参加者の氏名、年齢、住所(都道府県名または市区町村名)等のテレビ・新聞・雑誌・インターネット等への掲載権と肖像権は主催者に属します。

※ 詳細は、(一社)愛媛県水泳連盟ホームページ(生涯スポーツ委員会→水泳の日)をご覧ください。  
<http://esr-jp.com/>

(公財) 日本水泳連盟 泳力検定基準表 (女子)

※ 同タイム可。100分の1秒は問わない。(例) 合格基準タイムが4分58秒0ならば、4分58秒09までが合格となる。

性	級	内 容	種 目	6歳以下	7~8歳	9~10歳	11~12歳	13~14歳	15~19歳	20~29歳	30~39歳	40~49歳	50~59歳	60~69歳	70歳以上																	
女 子	1級	200m個人メドレーを標準記録以内で完泳	200m 個人メドレー	4:58.0	4:31.0	3:49.0	3:28.0	3:13.0	3:05.0	4:00.0	4:10.0	4:20.0	4:30.0	4:45.0	5:02.0																	
	2級	100m個人メドレーを標準記録以内で完泳	100m 個人メドレー	2:30.0	2:16.0	2:03.0	1:48.0	1:39.0	1:32.0	1:50.0	2:00.0	2:10.0	2:20.0	2:40.0	2:45.0																	
	3級	4泳法中の1泳法を標準記録以内で完泳	50m バタフライ	50m 平泳ぎ	50m クロール	50m 背泳ぎ	1:16.0	1:08.0	1:00.0	52.0	48.0	44.0	50.0	55.0	1:00.0	1:05.0	1:15.0	1:30.0	1:28.0	1:20.0	1:11.0	1:01.0	56.0	51.0	59.0	1:04.0	1:09.0	1:14.0	1:24.0	1:27.0		
			50m 平泳ぎ	1:28.0	1:20.0	1:11.0	1:01.0	56.0	51.0	59.0	1:04.0	1:09.0	1:14.0	1:24.0	1:27.0																	
			50m クロール	1:11.0	1:03.0	56.0	49.0	44.0	41.0	47.0	52.0	57.0	1:02.0	1:07.0	1:12.0																	
			50m 背泳ぎ	1:20.0	1:12.0	1:04.0	55.0	51.0	46.0	53.0	58.0	1:03.0	1:08.0	1:13.0	1:22.0																	
	4級	4泳法中の1泳法を標準記録以内で完泳	25m バタフライ	25m 平泳ぎ	25m クロール	25m 背泳ぎ	39.0	33.0	29.0	25.0	24.0	22.0	25.0	27.0	29.0	31.0	34.0	36.0	41.0	43.0	44.0	39.0	35.0	30.0	27.0	25.0	29.0	31.0	34.0	36.0	41.0	43.0
			25m 平泳ぎ	44.0	39.0	35.0	30.0	27.0	25.0	29.0	31.0	34.0	36.0	41.0	43.0																	
			25m クロール	35.0	31.0	27.0	24.0	22.0	20.0	23.0	25.0	28.0	30.0	33.0	36.0																	
			25m 背泳ぎ	40.0	35.0	31.0	27.0	25.0	23.0	26.0	28.0	31.0	33.0	36.0	41.0																	
	5級	4泳法中の1泳法を標準記録以内で完泳	25m バタフライ	25m 平泳ぎ	25m クロール	25m 背泳ぎ	48.0	43.0	38.0	33.0	30.0	27.0	31.0	34.0	37.0	40.0	45.0	58.0	49.0	44.0	39.0	34.0	31.0	28.0	32.0	35.0	38.0	41.0	46.0	49.0		
			25m 平泳ぎ	49.0	44.0	39.0	34.0	31.0	28.0	32.0	35.0	38.0	41.0	46.0	49.0																	
			25m クロール	40.0	35.0	31.0	27.0	24.0	23.0	26.0	29.0	31.0	34.0	37.0	40.0																	
			25m 背泳ぎ	45.0	40.0	35.0	30.0	28.0	25.0	29.0	32.0	35.0	37.0	40.0	45.0																	
	6級	4泳法中の1泳法を標準記録以内で完泳	25m バタフライ	25m 平泳ぎ	25m クロール	25m 背泳ぎ	53.0	48.0	43.0	38.0	35.0	32.0	36.0	39.0	42.0	45.0	50.0	1:03.0	54.0	49.0	44.0	39.0	36.0	33.0	37.0	40.0	43.0	46.0	51.0	54.0		
			25m 平泳ぎ	54.0	49.0	44.0	39.0	36.0	33.0	37.0	40.0	43.0	46.0	51.0	54.0																	
			25m クロール	45.0	40.0	36.0	32.0	29.0	28.0	31.0	34.0	36.0	39.0	42.0	45.0																	
			25m 背泳ぎ	50.0	45.0	40.0	35.0	33.0	30.0	34.0	37.0	40.0	42.0	45.0	50.0																	
	7級	4泳法中の1泳法を標準記録以内で完泳	25m バタフライ	25m 平泳ぎ	25m クロール	25m 背泳ぎ	58.0	53.0	48.0	43.0	40.0	37.0	41.0	44.0	47.0	50.0	55.0	1:08.0	59.0	54.0	49.0	44.0	41.0	38.0	42.0	45.0	48.0	51.0	56.0	59.0		
			25m 平泳ぎ	59.0	54.0	49.0	44.0	41.0	38.0	42.0	45.0	48.0	51.0	56.0	59.0																	
25m クロール			50.0	45.0	41.0	37.0	34.0	33.0	36.0	39.0	41.0	44.0	47.0	50.0																		
25m 背泳ぎ			55.0	50.0	45.0	40.0	38.0	35.0	39.0	42.0	45.0	47.0	50.0	55.0																		

(公財) 日本水泳連盟 泳力検定基準表 (男子)

※ 同タイム可。100分の1秒は問わない。(例) 合格基準タイムが4分58秒0ならば、4分58秒09までが合格となる。

性	級	内 容	種 目	6歳以下	7～8歳	9～10歳	11～12歳	13～14歳	15～19歳	20～29歳	30～39歳	40～49歳	50～59歳	60～69歳	70歳以上	
男 子	1級	200m個人メドレーを標準記録以内で完泳	200m 個人メドレー	4:58.0	4:31.0	3:49.0	3:18.0	3:00.0	2:45.0	3:20.0	3:30.0	3:40.0	3:50.0	4:05.0	4:30.0	
	2級	100m個人メドレーを標準記録以内で完泳	100m 個人メドレー	2:30.0	2:16.0	2:03.0	1:48.0	1:32.0	1:25.0	1:40.0	1:50.0	2:00.0	2:10.0	2:20.0	2:27.0	
	3級	4泳法中の1泳法を標準記録以内で完泳	50m バタフライ	50m バタフライ	1:16.0	1:08.0	1:00.0	52.0	44.0	40.0	48.0	53.0	58.0	1:03.0	1:08.0	1:16.0
			50m 平泳ぎ	50m 平泳ぎ	1:28.0	1:20.0	1:11.0	1:01.0	51.0	47.0	56.0	1:01.0	1:06.0	1:11.0	1:16.0	1:21.0
			50m クロール	50m クロール	1:11.0	1:03.0	56.0	49.0	41.0	37.0	45.0	50.0	55.0	1:00.0	1:05.0	1:11.0
			50m 背泳ぎ	50m 背泳ぎ	1:20.0	1:12.0	1:04.0	55.0	46.0	43.0	51.0	56.0	1:01.0	1:06.0	1:11.0	1:22.0
	4級	4泳法中の1泳法を標準記録以内で完泳	25m バタフライ	25m バタフライ	39.0	33.0	29.0	25.0	22.0	20.0	24.0	26.0	28.0	31.0	33.0	35.0
			25m 平泳ぎ	25m 平泳ぎ	44.0	39.0	35.0	30.0	25.0	23.0	27.0	30.0	32.0	35.0	37.0	40.0
			25m クロール	25m クロール	35.0	31.0	27.0	24.0	20.0	18.0	22.0	25.0	27.0	29.0	32.0	35.0
			25m 背泳ぎ	25m 背泳ぎ	40.0	35.0	31.0	27.0	23.0	21.0	25.0	27.0	30.0	32.0	35.0	38.0
	5級	4泳法中の1泳法を標準記録以内で完泳	25m バタフライ	25m バタフライ	48.0	43.0	38.0	33.0	27.0	25.0	30.0	33.0	35.0	38.0	41.0	44.0
			25m 平泳ぎ	25m 平泳ぎ	49.0	44.0	39.0	34.0	28.0	26.0	31.0	34.0	36.0	39.0	42.0	45.0
			25m クロール	25m クロール	40.0	35.0	31.0	27.0	23.0	20.0	25.0	28.0	30.0	33.0	36.0	40.0
			25m 背泳ぎ	25m 背泳ぎ	45.0	40.0	35.0	30.0	25.0	24.0	28.0	31.0	34.0	36.0	39.0	43.0
	6級	4泳法中の1泳法を標準記録以内で完泳	25m バタフライ	25m バタフライ	53.0	48.0	43.0	38.0	32.0	30.0	35.0	38.0	40.0	43.0	46.0	49.0
			25m 平泳ぎ	25m 平泳ぎ	54.0	49.0	44.0	39.0	33.0	31.0	36.0	39.0	41.0	44.0	47.0	50.0
			25m クロール	25m クロール	45.0	40.0	36.0	32.0	28.0	25.0	30.0	33.0	35.0	38.0	41.0	45.0
			25m 背泳ぎ	25m 背泳ぎ	50.0	45.0	40.0	35.0	30.0	29.0	33.0	36.0	39.0	41.0	44.0	48.0
	7級	4泳法中の1泳法を標準記録以内で完泳	25m バタフライ	25m バタフライ	58.0	53.0	48.0	43.0	37.0	35.0	40.0	43.0	45.0	48.0	51.0	54.0
			25m 平泳ぎ	25m 平泳ぎ	59.0	54.0	49.0	44.0	38.0	36.0	41.0	44.0	46.0	49.0	52.0	55.0
25m クロール			25m クロール	50.0	45.0	41.0	37.0	33.0	30.0	35.0	38.0	40.0	43.0	46.0	50.0	
25m 背泳ぎ			25m 背泳ぎ	55.0	50.0	45.0	40.0	35.0	34.0	38.0	41.0	44.0	46.0	49.0	53.0	