

青森あさむし温泉

オープンウォータースイミング大会 2026

競技説明会

一般社団法人青森県水泳連盟

目 次

1. 挨拶

一般社団法人青森県水泳連盟 会長 前田 濟

2. 競技・災害等発生時の避難経路について

一般社団法人青森県水泳連盟 OWS 委員会 小野寺 理

3. 競技中の注意事項について

審判長（公益財団法人日本水泳連盟 OWS 委員会）綿谷 健祐

4. 競技上の安全管理について

セーフティオフィサー 石井 英一

5. 質疑・応答

主催者挨拶

一般社団法人青森県水泳連盟

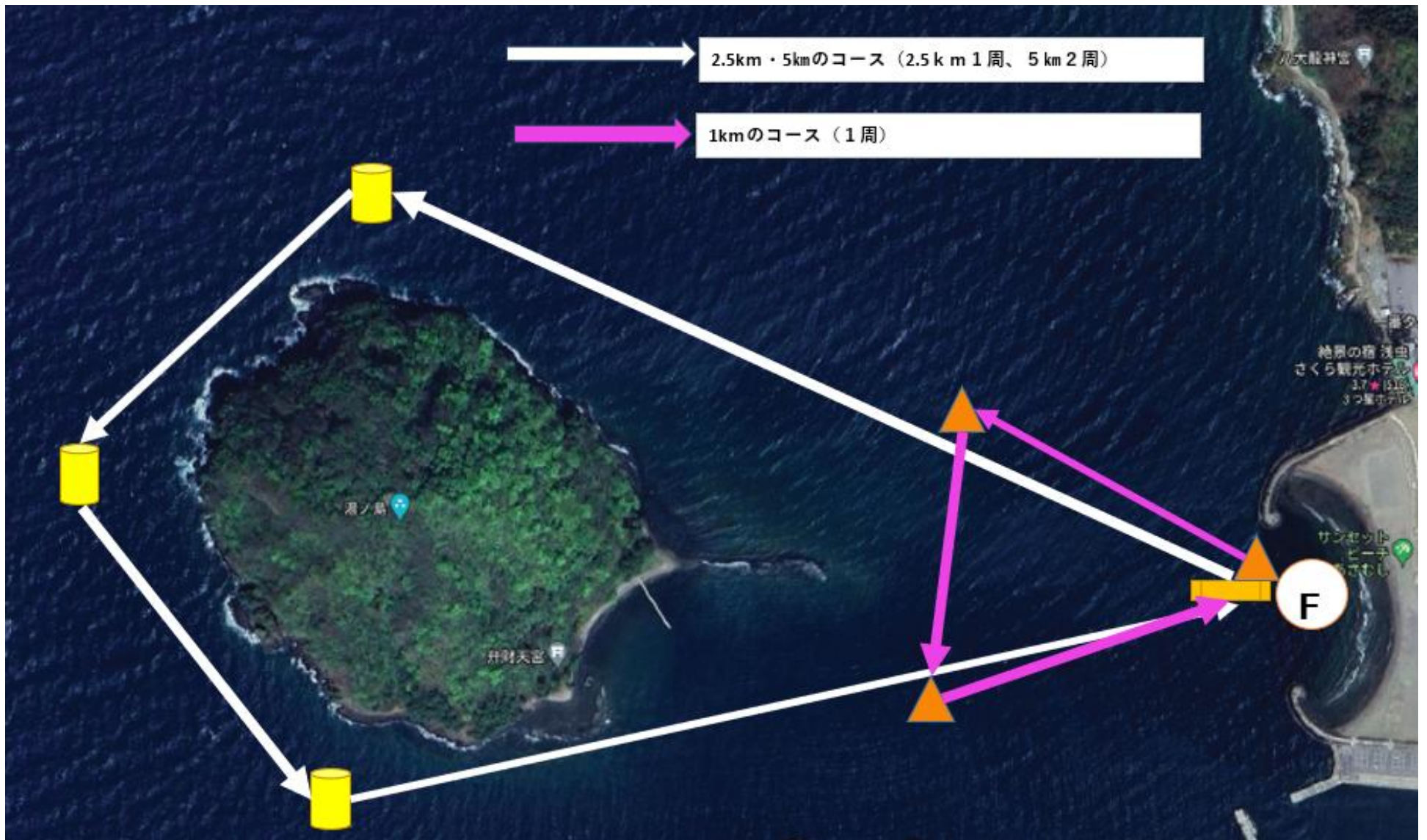
会長 前田 済

競技の実施方法および
災害等発生時の避難経路
について

一般社団法人青森県水泳連盟

OWS 委員会 小野寺 理

<コース図概要>



<招集・スタート時間>

【1 km】 ※制限時間 4 5 分

招集 8 : 5 0 スタート 9 : 1 0

【5 km日本選手権トライアル】 ※制限時間 2 時間

招集 1 0 : 1 0

男子スタート 1 0 : 3 0 女子スタート 1 0 : 3 2

【5 km一般】 ※制限時間 2 時間

招集 1 0 : 1 0 スタート 1 0 : 3 5

【2. 5 km】 ※制限時間 1 時間 2 0 分

招集 1 0 : 1 0 スタート 1 0 : 3 7 制限時間 1 時間 2 0 分

【当日受付】 7：30～9：30

※1km は 8：20 まで、5km 日本選手権トライアル・5km 一般・2.5km は 9：30 までに受付を完了してください。

1. 出場種目、氏名の申し出、AD カードの提示
2. **日本選手権トライアルに出場する選手は、競技に使用する水着を持ち参し、WORLD AQUATICS マークの確認を受けてください。**
3. 爪（手・足）のチェック

爪が伸びすぎている場合は、競技中他の選手を傷つける可能性があります。爪切りを準備していますので、その場で爪を切り、切った後もスタッフの確認を受けてください。

3. IC タグの受け取り

【キャップについて】

キャップは、受付時にお渡しする袋に、距離別に以下のキャップを配布しています。このキャップをつけて競技してください。

【1 km】 サックスのメッシュキャップ 【2. 5 km】 黄色のメッシュキャップ

【5 km一般】 赤のメッシュキャップ 【5 km日本選手権トライアル】 青シリコンキャップ

6. 手、肩、腕へのナンバリング（1 km、2.5 km、5 km一般の方）

マジックでナンバリングしますので、ナンバリングしやすい格好で受付にお越しください。スムーズなナンバリングにご協力よろしくお願ひします。

【5 km日本選手権トライアルの方】

5 km日本選手権トライアルに出場の選手には、受付時にナンバリングシールをスタッフが貼り付けします。ナンバリングしやすい格好で受付にお越しください。

【ウォーミングアップ】

7：45～8：30 指定エリアのみ

※アップ前は必ず AD 預り所に AD カードを預けてから入水ください。

また、アップ後（退水後）は確実に AD カードを受け取ってください。

※アップ中は、ライフセーバーの指示に従ってください。

※アップ終了時間になりましたら、速やかに陸上部に上がってください。

【競技について】

・スタートは水中からのフローティングスタートとなります。招集後、係員の指示に従い、入水してください。

・スタート前、審判長が笛を吹き、スタート前の合図を行います。

・スターターのホーンでスタートとなります。

- ・ブイを通過する場合は、ブイの外側を必ず通過してください。
- ・他の泳者を極力避けるようにしてください。

(審判艇が笛を吹き、混雑を避けるよう指示する場合があります)

- ・全ての競技において、フィニッシュ時・周回時（5 kmのみ）は必ずゴールゲートにタッチしてください！
- ・リタイアする場合は、近くの審判艇・ライフセーバーにアピールしてください。

(過信せず、無理をせず、勇気あるリタイアを!!!)

【ゴールゲート】



【災害等が発生した場合について】

地震・津波・雷等が発生した場合、選手の安全確保を第一に考え、大会を中止する場合があります。

競技中に大会を中止する場合、以下のとおり避難をお願いします。

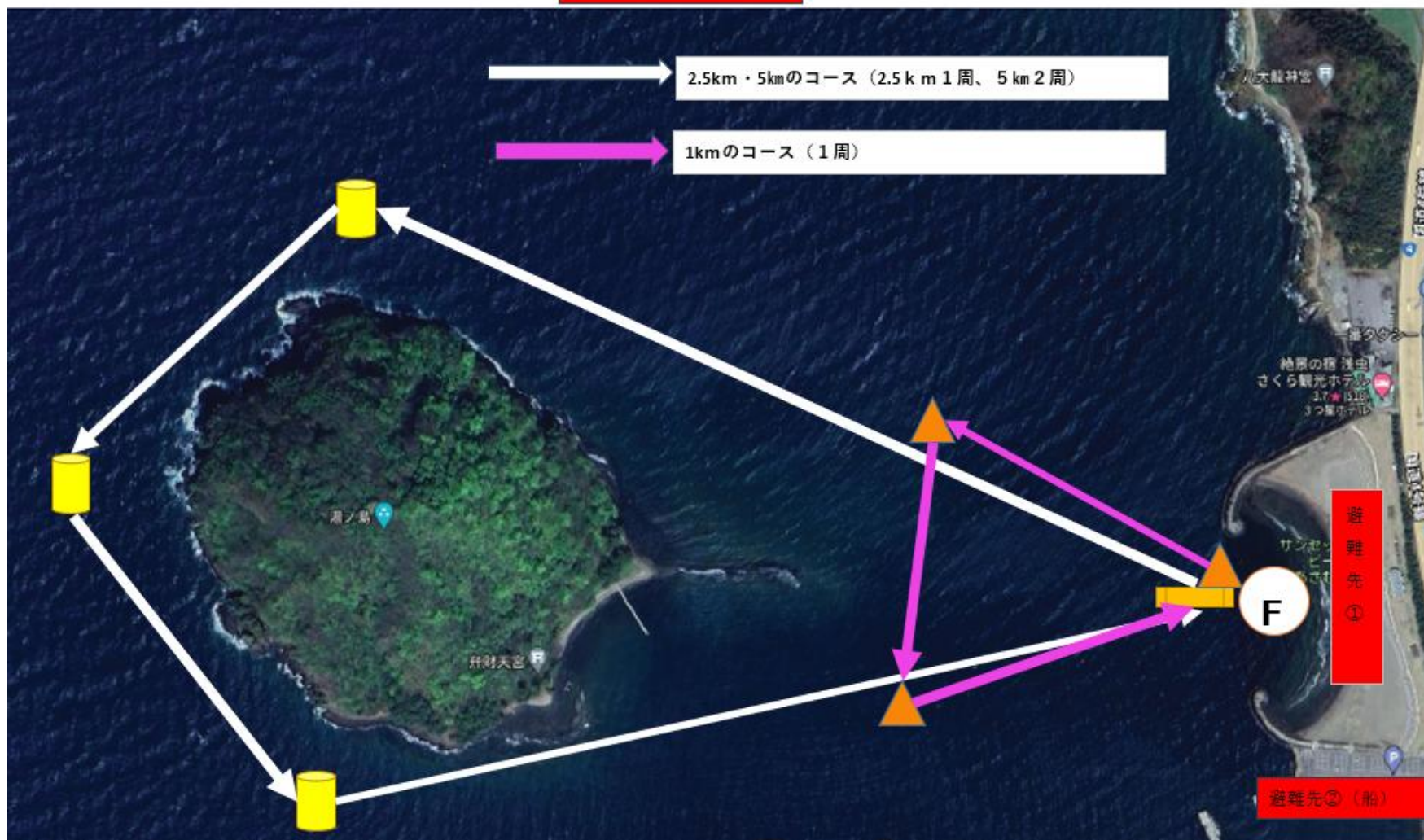
(1) 陸上部に近い選手

審判艇、ライフセーバーの指示に従い、最寄りの陸上部に避難してください。避難後、競技役員 of 指示に従い、青森市にて指定避難場所とされている「ゆーさ浅虫」へ避難してください。

(2) ブイに近い箇所を競技中の選手は、ブイの箇所まで移動してください。IRB 艇・水上バイク・審判艇・ライフセーバーのレスキューボードに乗せ、船着き場まで避難します。避難後、競技役員 of 指示に従い、青森市にて指定避難場所とされている「ゆーさ浅虫」へ避難してください。

競技を中止した後の選手の一時避難先

競技中に災害等が発生した場合の避難先



陸上部に避難した後の指定避難場所（ゆーさ浅虫）の位置図面



慌てず、急がず、落ち着いた
行動をお願いします。

競技における注意事項について

審判長

公益財団法人日本水泳連盟 OWS 委員会

綿谷 健祐

競技上の安全管理について

セーフティオフィサー

石井 英一