

**LIFESAVING COMPETITION RULES
2018 EDITION**

ライフセービング 競技規則

〈2018年版〉

日本ライフセービング協会

この競技規則について

- ・この JLA 競技規則 2018 年版は ILS 競技規則 (The ILS Competition Rulebook 2015-2019 Edition Revised 2017 - (April 2018 Update)) の内容を反映させています。
- ・JLA 競技規則 2016 年版から修正／追加された箇所はマーカーでハイライトしています (削除の場合、削除した箇所付近をマーカーでハイライトしています)。

2018.07.13 版 競技規則 2018 年版初版 (修正／追加／削除箇所を黄マーカーでハイライト)

2018.07.20 版 修正版 (修正／追加／削除箇所を緑マーカーでハイライト)

ライフセービング競技規則

LIFESAVING COMPETITION RULES

〈2018年版〉

(2018.07.20 版)

ILS 競技規則 2018

(The ILS Competition Rulebook 2015-2019 Edition Revised 2017 - (April 2018 Update))

準拠

日本ライフセービング協会

JAPAN LIFESAVING ASSOCIATION

(JLA)

ご 挨拶

私たちの「生命を救うスポーツ」、ライフセービング競技がこれまで以上の評価を得るに従い、広く通用するルールや規約の必要性がさらに重要視されてきます。

ライフセービング競技というスポーツが、人道主義を兼ね備えている以上、大会における全ての競技者の安全性と公平さを守っていかなければなりません。

そのため、競技者のための新たな競技ルールの編集は、競技運営・審判委員会をはじめとするライフセービングの識者によるすぐれた規範です。これは将来への見識とたゆまぬ努力の成果であり、スポーツの理想に貢献するものであります。

日本ライフセービング協会

ライフセービング競技規則 目次

第 1 章 総 論	2
第 1 節 ライフセービングとスポーツ	2
第 2 節 ライフセービング競技会	2
1. 国際的なライフセービング競技会	2
2. 日本におけるライフセービング競技会	2
第 2 章 共通競技総則	5
1. 規 範	5
2. 競技者の参加資格	5
3. クラブの参加資格	6
4. 年齢区分	6
5. クラブの人数構成	6
6. 競技会場	6
7. 得 点	8
8. 服装等	8
9. 器 材	10
10. 競技者の交代	10
11. ハンドラー/マネキン・ハンドラー	10
12. 不正行為	11
13. 失格および DNF	11
14. ドーピング防止規則違反	12
15. 抗議と上訴	12
第 3 章 プール競技規則	17
第 1 節 プール競技総則	17
1. 組み合わせ配置	17
2. 出場確認および招集	18
3. スタート	18
4. 不正スタート	19
5. レスキューチューブの扱い方	19
6. マネキンの扱い方	20
7. マネキン・ハンドラー	21
8. プールの使用	21
9. 計 時	22
10. 記 録	23
第 2 節 プール競技種目	25
1. 200m (100m) 障害物スイム (Obstacle Swim - 200m and 100m)	25
2. 50m マネキンキャリー (Manikin Carry - 50m)	26
3. 100m レスキューメドレー (Rescue Medley - 100m)	27
4. 100m マネキンキャリー・ウィズフィン (Manikin Carry with Fins - 100m)	28
5. 100m マネキントウ・ウィズフィン (Manikin Tow with Fins - 100m)	29
6. 200m スーパーライフセーバー (Super Lifesaver - 200m)	31
7. 12.5m ラインスロー (Line Throw - 12.5m)	34
8. 4×25m マネキンリレー (Manikin Relay - 4×25m)	37
9. 4×50m 障害物リレー (Obstacle Relay - 4×50m)	39

10. 4 × 5 0 m メドレーリレー (Medley Relay - 4×50m)	40
第 4 章 オーシャン競技規則	49
第 1 節 オーシャン競技総則.....	49
1. 組み合わせおよびコース	49
2. 出場確認および招集.....	51
3. スタート	51
4. 不正スタート.....	52
5. チェンジオーバー	52
6. レスキューチューブの扱い方.....	52
7. 制限時間.....	52
8. 順位の決定	53
第 2 節 オーシャン競技種目.....	54
1. サーフレース (Surf Race)	54
2. サーフチームレース (Surf Teams Race)	56
3. レスキューチューブレスキュー (Rescue Tube Rescue)	58
4. レスキューチューブレース (Rescue Tube Race)	61
5. ランスイムラン (Run-Swim-Run)	63
6. ビーチフラッグス (Beach Flags)	65
7. ビーチスプリント (Beach Sprint)	68
8. 2 km (1 km) ビーチラン (Beach Run-2km and 1km)	70
9. 2 × 1 km ビーチランリレー (Beach Run Relay 2×1km)	72
10. ビーチリレー (Beach Relay)	74
11. サーフスキーレース (Surf Ski Race)	76
12. サーフスキーリレー (Surf Ski Relay)	78
13. ボードレース (Board Race)	81
14. ボードリレー (Board Relay)	83
15. ボードレスキュー (Board Rescue)	86
16. オーシャンマン/オーシャンウーマン & 【暫定版】勝ち残り方式オーシャンマン/オーシ ヤンウーマン (Oceanman/Oceanwoman and Eliminator variation)	89
17. オーシャンマン/オーシャンウーマンリレー (Oceanman/Oceanwoman Relay)	93
18. 【暫定版】オーシャンライフセーバーリレー (Ocean Lifesaver Relay)	96
第 5 章 シミュレーテッド・エマージェンシー・レスポンス競技 (SERC) 規則.....	99
第 1 節 シミュレーテッド・エマージェンシー・レスポンス競技 (SERC) 総則.....	99
1. 組み合わせ	99
2. 出場確認および招集.....	99
3. スタート	99
4. 不正行為.....	99
第 2 節 シミュレーテッド・エマージェンシー・レスポンス競技 (SERC) 種目.....	100
第 6 章 競技役員 (オフィシャル)	111
第 1 節 競技役員の編成.....	111
第 2 節 競技役員の服装.....	111
第 3 節 競技役員の任務.....	111
1. 規律委員長	112

2.	規律委員	112
3.	上訴委員長	112
4.	上訴委員	112
5.	チーフレフリー（審判長）	112
6.	デピュティチーフレフリー（副審判長）	112
7.	セクショナルレフリー（競技別審判長）※オーシャン競技／イベントディレクター ※プール競技	113
8.	チーフジャッジ（主任審判員）	113
9.	スターター（出発合図員）	113
10.	チェックスターター（出発合図補助員）	113
11.	マーシャル（招集員）	113
12.	IRB ジャッジ（IRB 審判員）※オーシャン競技	113
13.	コースジャッジ（コース審判員）※オーシャン競技	114
14.	ターンジャッジ（折返し監察員）※プール競技	114
15.	レーンジャッジ（泳法審判員）※プール競技	114
16.	フィニッシュジャッジ（着順審判員）	114
17.	タイムキーパー（計時員）※プール競技	114
18.	機械操作員 ※プール競技	114
19.	レコーダー（記録員）	115
20.	ヘッドスコアラー（総合記録員）	115
21.	スクルーティニア（器材検査員）	115
22.	シミュレーテッド・エマージェンシー・レスポンス競技（SERC）ジャッジ	115
23.	コンペティター・リエゾン・オフィサー	115

第 7 章 器材の規格.....118

1.	バトン	118
2.	レスキューチューブ	118
3.	ボード	118
4.	サーフスキー	118
5.	ウエットスーツ	119
6.	障害物（危険な部分がないもの）	119
7.	スイムフィン	119
8.	マネキン	120
9.	スローライン	120
10.	ブイ	120
11.	水着	120
12.	救命胴衣（PFDs: Personal Flotation Devices）	121
13.	ヘルメット	121

第 8 章 競技会における安全対策.....123

第 1 節 安全対策.....123

1.	安全計画の作成	123
2.	関係諸機関への連絡	123
3.	会場の安全確保	123
4.	開始・中止の判断	124

第 2 節 緊急事態の対応.....124

1.	傷害, 急病, 溺水	124
2.	地震	124
3.	雷	125
4.	火災	125

第1章 総論

第1章 総論

第1節 ライフセービングとスポーツ

ライフセービングとは、水辺の環境の安全性を高め、水の事故から人の命を救うための活動である。日本ライフセービング協会（JLA）は、救命、スポーツ、教育、福祉、環境をテーマにライフセービング活動を展開している。JLAは、国際ライフセービング連盟（ILS）に加盟し、世界的なライフセービング組織の一員としてライフセービング活動を行なっている。また、ILSは、国際オリンピック委員会からライフセービング競技の国際的な組織として承認されており、今後ライフセービング競技の更なる普及・発展が期待されている。JLAは、原則として本競技規則をILSの競技規則に準拠させ国際的な基準に合わせたライフセービング競技の普及・発展を目指している。

ライフセービング競技は、スポーツを通してライフセービングの知識や技能を高めるとともにフレンドシップを築きライフセービングを普及・発展させるために重要な役割を持っている。また、ライフセービング競技種目は、いずれもレスキューを想定して競技化されたものである。競技のために努力した過程は、水辺で安全に活動するための体力や技能を身に付け、さらにレスキューにも生かされる。仮にフェアでない行為をして勝ったとしても、レスキューすることができる能力にはならないのである。したがって、ライフセービング競技はフェアの精神に則って行なわれる。

第2節 ライフセービング競技会

1. 国際的なライフセービング競技会

ライフセービング競技の国際的な競技会は、世界選手権とワールドゲームスとがあげられる。1992年には静岡県下田市で世界選手権が開催され、日本におけるライフセービングの普及に大きな影響を与えた。また、ワールドゲームスとは、国際スポーツ団体連合に加盟しているスポーツの中で、オリンピックで行なわれている以外の競技種目が行なわれるスポーツ・イベントである。ライフセービング競技は1989年カールスルーエで開催された第3回大会から正式種目となり、2001年第6回大会は秋田県で開催された。これら世界選手権やワールドゲームスでは、日本からメダリストが誕生しており、日本のライフセービング競技の競技力は著しく向上している。

2. 日本におけるライフセービング競技会

日本におけるライフセービング競技の始まりは、1975年に神奈川県鎌倉市材木座海岸で開催された第1回ライフガード大会であるとされている。当時の競技種目は、素手での救助方法を競い合うものやカッターレースなどが行なわれていた。その後、年に1回開催されていたこの大会は、1987年第13回大会からインタークラブ・ライフセービング選手権と名称を改め、この大会から世界基準のオーシャン競技種目が多く導入されるようになった。その背景には、当時オーストラリアとの間で行なわれていた豪日交換プログラムによるライフセーバーの人的交流が大きな影響を与えていた。1989年からはインタークラブ選手権とは別に全日本選手権が開催され、1991年にはインタークラブ選手権を全日本選手権に併合し現在の全日本選手権に受け継がれている。また、1986年から静岡県下田市白浜海岸でジャパン・サーフカーニバルが開催され2004年から全日本種目別選手権に名称を変更している。さらに、日本では地域クラブとともに多くの学校クラブ設立に伴い1986年神奈川県藤沢市辻堂海岸にて第1回全日本学生選手

権（プール）が始まった。1988年からは第1回全日本室内選手権が開催されるようになり2010年には第1回全日本学生プール選手権が行なわれた。これらの競技会はJLA主催競技会として毎年開催され、現在の全日本選手権では約1,300名の選手が参加している。

第2章 共通競技総則

第2章 共通競技総則

1. 規 範

クラブ・競技者、競技役員は大会の主旨、競技規則を理解し、より高いフェアプレイ精神と行動を示さなければならない。

(1) クラブ・競技者規範

競技会に参加する選手は、第一にライフセーバーであり、第二に競技者であること。

- ①競技者は、自らの安全に責任を持ち、他の競技者の安全にも配慮しながら競技を行なわなければならない。
- ②クラブ・競技者は、競技規則を遵守し、フェアプレイの精神により競技に挑み円滑な競技運営に協力しなければならない。
- ③競技者は、それぞれのクラブおよび本協会の代表者でもある。ゆえに、常に良識ある行動をとらなければならない。また、常に適切な自制心を持つ。
- ④クラブ・競技者は、成功や失敗、勝敗を真摯に受け入れる。
- ⑤競技者は、世界アンチ・ドーピング機構により、公表された禁止薬物リストに準じた禁止薬物を使用して競技力を向上してはならない。
- ⑥クラブ・サポーターによる不適切行為は、重大な違反行為であり、**相応の処分が下される。**
- ⑦クラブ・競技者は、他の競技者および競技役員に対し敬意を表し争うような行動や言動をしてはならない。
- ⑧クラブおよびクラブ代表者は、自クラブの競技者が、病気やけがを負っている場合、競技会出場の有無について責任をもって適正な判断を行なう。

(2) 競技役員規範

- ①競技役員は、競技会開催期間中、クラブ・競技者にコーチおよび助言をしてはならない。これに違反した競技役員はそれ以降、本競技会において競技役員の任にあたることはできない。**ただし、競技者を含むグループに競技役員が講習会又は研修会を実施することは、この規則に違反したとみなされない。**
- ②競技役員は、競技者のために安全な競技環境を作らなければならない。
- ③競技役員は、競技規則と競技会の精神を遵守し誠実さ、公正さ、道徳観を以て接し、円滑な競技運営をしなければならない。
- ④競技役員は、常に毅然とした態度で良識ある行動をとり、全てにおいて厳密に公平を貫かなければならない。
- ⑤**競技役員は競技運営にあたり、判定基準などを共有／確認するため、オフィシャルミーティングへ参加しなければならない。**

2. 競技者の参加資格

- (1) 競技者は、ライフセービング活動を志し、出場する競技会の過去1年以内に海岸やプール等水辺での救助活動に従事した者でなければならない。
- (2) 競技者は、本協会の個人正会員、個人一般会員、もしくは高校生会員として登録されていなければ

ばならない。

- (3) 競技者は、競技会ごとに規定された参加資格を満たさなければならない。
- (4) 上記以外に、別途定めがある場合を除く。

3. クラブの参加資格

- (1) クラブは、本協会の団体正会員、または団体一般会員として登録され、本協会に登録されている団体名で競技会に出場しなければならない。
- (2) 同じクラブに所属する競技者により構成されていなければならない。

4. 年齢区分

JLAはIOCガイドラインに従って競技者の年齢を決定するものとする。競技者の年齢及び適格年齢群は、当該競技者が競技に参加する年の12月31日現在において何歳であるかによって決定される。以下に例を示す。

オープン競技

適格者：競技開催年の12月31日以前に16歳になる競技者。最高年齢の制限はない。

非適格者：競技開催年に15歳未満または15歳になる競技者。

ユース競技

適格者：競技開催年の12月31日以前に15, 16, 17, 18歳になる競技者。

非適格者：競技開催年に14歳未満または19歳になる競技者。

マスターズ競技

適格者：競技開催年の12月31日以前に30歳になる競技者。最高年齢の制限はない。

非適格者：競技開催年に29歳になる競技者

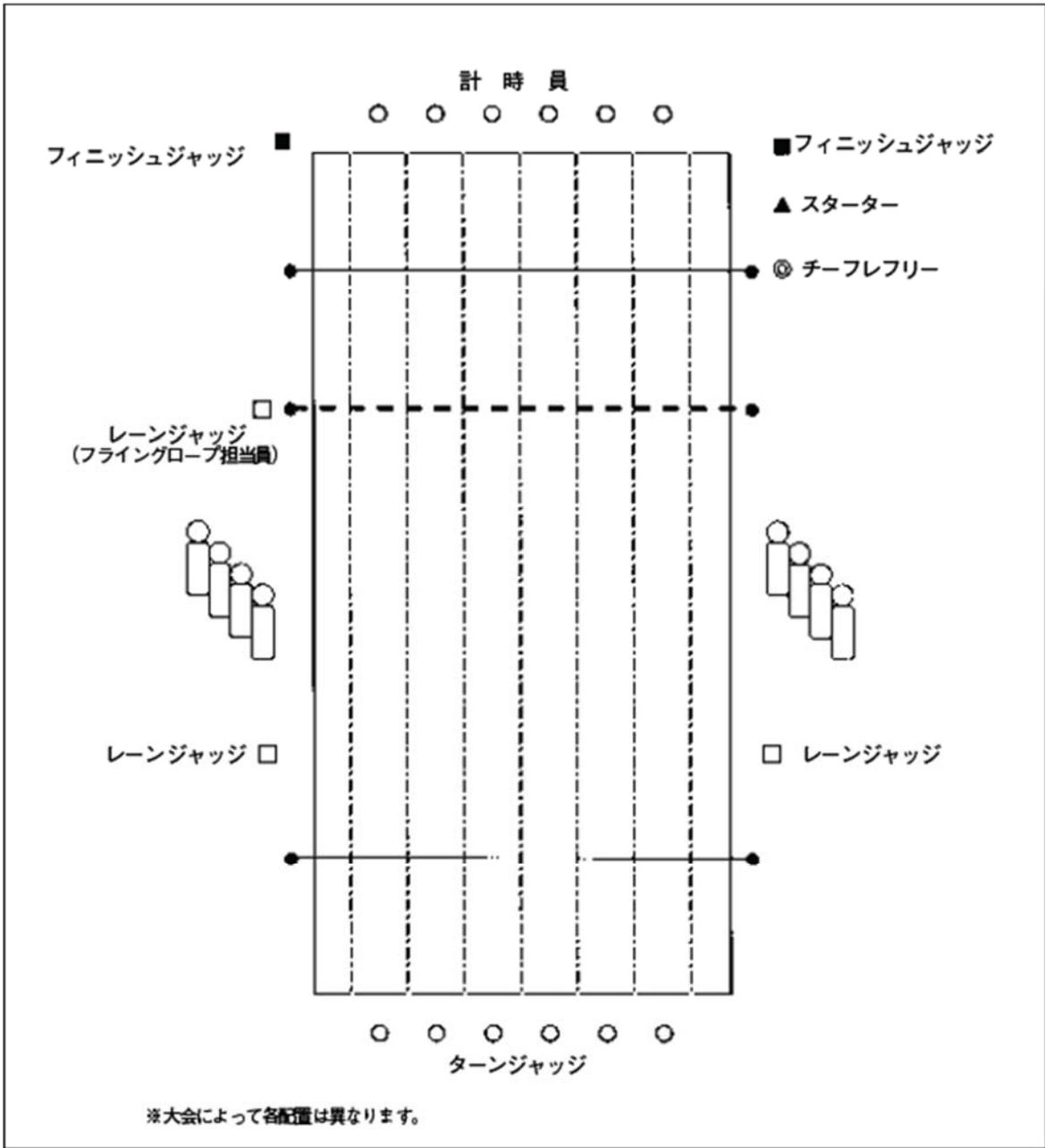
注意：世界記録はこの年齢区分で認定申請を行う必要がある。国内競技会の参加条件としての年齢区分および年齢の数は、競技会の目的や規模等を考慮して主催団体により別途決定することができる。

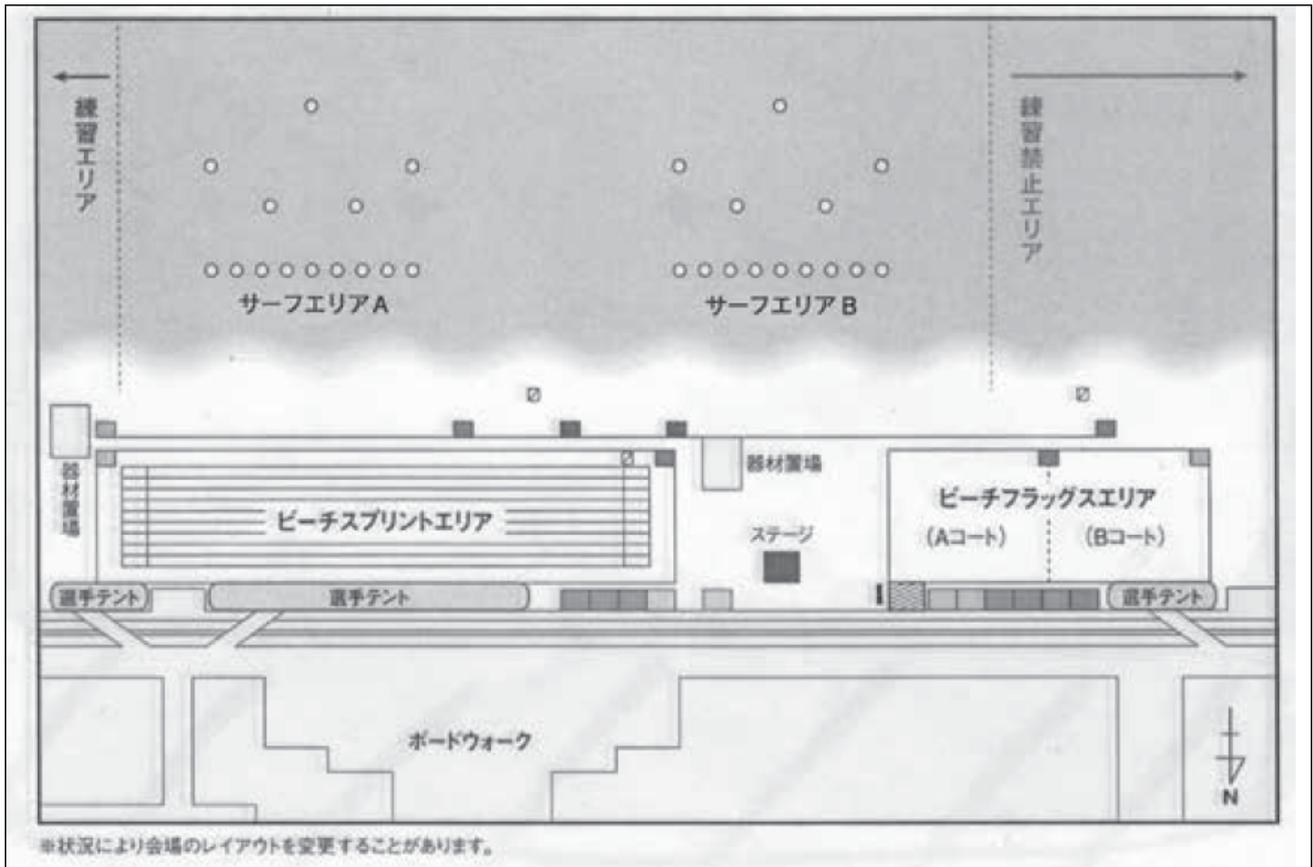
5. クラブの人数構成

各クラブから参加できる競技者の人数構成を規定する場合は、競技者の変更手続きを含め、その方法をあらかじめ競技会前に参加クラブに周知しなければならない。

6. 競技会場

- (1) プール競技で使用するプールは、日本水泳連盟の「プール公認規則」に基づき公認されたもので、次の規格に合うこと。
 - ①長さ 50m
 - ②深さ 1.8m以上
 - ③水温 25～28℃
- (2) オシャン競技で使用する海岸は、競技者の安全を確保できる状態であり、競技エリアは、ロープやフェンス等を使用して区分されることが望ましい。





7. 得点

点数制によってクラブの総合順位を決定する競技会の場合は、競技の採点方法をあらかじめ競技会前に参加クラブに周知しなければならない。

8. 服装等

- (1) 競技会のスポンサーは事前に発表されるが、クラブのユニフォーム、水着、キャップに競技会のスポンサーと対立するような商標、商標名の記載があると主催団体が判断した場合、その対応は主催団体の指示に従わなければならない（ボディペインティングおよびタトゥー類等も含む）。
- (2) プール種目のスイマーおよびオーシャン種目のスイマーを除き、その他の保護衣服（例えば、ショートパンツ、ラッシュベスト、Tシャツ等）は、本競技規則もしくは主催者により別途定めがない限り、個人種目及びチーム種目の両方において競技者の判断で着用することができる。ラッシュベスト、Tシャツ及びショートパンツ、ロングタイツもしくはストッキングは、ラインスロー種目及びスイム以外のオーシャン種目又はチーム種目のスイム以外の区間においてのみ着用が許可される。
 注意：主催者が許可しない限り、ボード種目の競技者は袖のある衣服を着用できない。
- (3) オーシャン競技サーフ種目に出場する競技者および膝より深い海に入るハンドラーは、本協会から指定されたラッシュベストを着用しなければならない（ラッシュベストに関する規定参照）。ラッシュベストは水着、ユニフォーム、防寒着、ウエットスーツの上から着用しなければならない。

- (4) ユニフォーム、水着、キャップの性質、デザインが一般良識に反すると主催団体が判断した場合は、いかなる競技者も競技に参加することができない。また、チーフレフリーが好ましくないとみなすサイン、ロゴ、企業名を使用してはならない。競技後に違反が見つかった場合、競技者の順位を失う。
- (5) 競技者が、着用する水着は第7章に定められる水着に適合すること。
- ①一般良識に反し不快感を与えるものであってはならない。
 - ②競技者は、競技に有利とならなければ、水着の下に繊維素材の水着「モDESTI水着」を着用することができる。これらの水着は男子はショートスタイルに、女子はツーピーススタイルに限る。
 - ③宗教的・文化的多様性の観点から、競技に有利とならなければ身体の大部分を覆うような繊維素材の水着（体形にぴったりしていないもの）を着用することが認められる。
- (6) キャップについて
- ①キャップは、競技会の前に本協会に登録されていなければならない（キャップ登録に関する規定参照）。
 - ②キャップは、競技者の識別や判定のために重要であるため、**競技のスタート時およびチーム競技の各区間のスタート時に**紐をあごの下で留めて競技者の頭に着用しなければならない。また、ゴールをした後、審判員の指示があるまでキャップを脱いではならない。
 - ③オーシャン競技用のキャップを使用する場合は、キャップの下に**ゴム**またはシリコンのキャップを着用してもよい。
 - ④プール競技では、クラブ全員が同様の色とパターンであれば、メッシュ、ゴムまたはシリコンのキャップも認められる。
 - ⑤スタートの後にキャップがとれたり、失った場合、違反なしに競技が終了できていれば失格とはならない。ただし、その競技者が公正に種目を終了したことが確認できる場合に限る。
- (7) ボードおよびサーフスキーを使用する種目・区間において、競技者は、キャップと同じ条件でヘルメットを着用することができる。
- (8) ウエットスーツは、水温（水面下約30cmで計測）が16°C以下、またはその他自然状況により安全上必要であるとチーフレフリーまたは主催団体が判断した場合に限り、オーシャン競技において許可される。水温が13°C以下の場合ウエットスーツを着用しなければならない。ウエットスーツは、「第7章器材の規格」の基準を満たさなければならない。
- (9) ボード、サーフスキー、オーシャンマン／オーシャンウーマンの個人種目およびリレー種目のクラフト区間においては救命胴衣を着用してもよい。
- (10) シューズは着用することができない。ただし、オーシャン競技における2km（1km）ビーチラン、2×1kmビーチランリレーおよびプール競技におけるマネキン・ハンドラーは大会規定による。
- (11) 競技者は、主催団体から指定ウエアーを着用する指示があった場合はそれに従わなければならない。
- (12) オーシャン競技の場合、ボード、サーフスキーおよびパドルの滑り止めのためにワックス等を塗布することが認められる。プール競技の場合、マネキンやレスキューチューブの滑り止め、また

はプールの底を蹴りやすくするために、競技者の手や足、またはマネキンやレスキューチューブに粘着性のある物（液体、固形、煙霧質）を塗布してはならない。

- (13) 眼鏡の着用、ゴーグルの使用は認められている（シミュレーテッド・エマージェンシー・レスポンス競技を除く）。サングラス、視力矯正用眼鏡は全ての種目で許可される。ただし、競技種目に適したデザインに限る。
- (14) 予防、医療、治療または運動目的で使用されるボディテープは、競技に有利にならなければチーフレフリーおよびセクショナルレフリーの判断で認められる。

9. 器 材

- (1) 競技で使用する器材は「第7章器材の規格」の基準を満たさなければならない。
- (2) 競技者は、速力、浮力、または耐久力を助けるような器材等（たとえば、水かきのある手袋、手ひれ等）を競技で使用してはならない。ただし、競技規則で認められているウエットスーツ、フィン、キャップ、またはゴーグルを除く。
- (3) オーション競技で使用するレスキューチューブ、バトンは、主催団体が用意するものとする。
- (4) プール競技で使用する障害物、レスキューチューブ、マネキンおよびスローラインは、主催団体が用意するものとする。
- (5) シミュレーテッド・エマージェンシー・レスポンス競技で使用する器材は、主催団体が用意するものとする。
- (6) 主催団体は、競技者の器材の検査・再検査を競技前、競技中、競技終了後任意に行なうことができる。器材が規格基準を満たしていない場合は、その器材を使用できないか、または失格となる。
- (7) 競技者は、主催団体から器材にステッカー等の標示を貼付する指示があった場合は、それに従わなければならない。
- (8) プール競技では、競技者（チーム）が使用したレスキューチューブに欠陥があったとチーフレフリーが認めた場合、チーフレフリーはその競技者（チーム）に再レースを行なわせることができる。

10. 競技者の交代

個人種目における競技者の交代は認められない。ただし、リレー、チーム種目の場合、同じクラブの競技者として登録されていれば、いかなる競技者とも交代することができる。

11. ハンドラー／マネキン・ハンドラー

- (1) ハンドラー／マネキン・ハンドラーは、自クラブの競技者の中から選出されなければならない。ただし、出場確認時までにはチーフレフリーが特別に認めた場合、自クラブ以外の競技者からハンドラー／マネキン・ハンドラーを選出することができる。
- (2) ハンドラー／マネキン・ハンドラーは、自クラブのキャップを着用しなければならない。
- (3) ハンドラーは競技中、他の競技者の進路を妨害しないように自クラブの競技者の器材を準備・回収しなければならない。また、ハンドラー／マネキン・ハンドラーは、競技規則に規定されている以外の助力を競技者に与えてはならない。

12. 不正行為

- (1) 競技者（ハンドラー／マネキン・ハンドラーを含む）・チームは、審判によって不正行為をしたと判断された場合、その競技が失格となるか、または競技会から除外される。チーフレフリーは規律委員会に報告し、処遇決定を委任することがある。不正行為とは、以下のような場合等をいう。
 - ①ドーピングまたは、ドーピングに関連した行為を行なった場合
 - ②他の競技者になりすまして競技を行なった場合
 - ③同じ種目に2度出場した場合
 - ④他のクラブの競技者として、同じ種目に2度出場した場合
 - ⑤自分が、優位になるように故意に他の競技者を妨害した場合
 - ⑥登録しないまま競技を行なった場合
 - ⑦規則に適合しない器材を用いて競技を行なった場合
 - ⑧審判員または審判員に依頼された者の指示に反し競技を行なった場合
 - ⑨他の競技者またはハンドラーを押したり、進路を妨害した場合
 - ⑩競技者が外部から身体的または物質的な助力を受けた場合（障害競技者のため主催団体が特別に認めた場合を除く）、チーフレフリーまたはそれと同等の審判員は、競技者・チーム、またはハンドラー／マネキン・ハンドラーが不正行為をしたか否かを判断をする権限を持つ
- (2) 不正行為については、チーフレフリーまたはそれと同等の審判員によって決定することができる。
- (3) 不正行為において主催団体およびチーフレフリーまたはそれと同等の審判員によって、競技会前、競技会中、競技会後に調査することができる。
- (4) 重大な不正行為が起きた場合、規律委員会に付託する。
- (5) 不正行為で失格とした場合、審判員は規律委員会に報告することができる。規律委員会は競技者・チームに更なる罰則を課すことができる。

13. 失格およびDNF

クラブ・競技者は、参加した種目の失格や競技会の出場停止となる場合がある。

- (1) クラブ・競技者は、以下の場合、失格（参加した全ての種目）となる。
 - ①競技会参加資格を満たしていない場合
 - ②競技者規範に違反した場合
 - ③他の競技者になりすました場合、または競技会参加資格を満たしていない競技者を出場させた場合
 - ④会場施設・宿泊施設、その他の競技会関連施設を故意に損壊した場合
 - ⑤競技役員を侮辱（暴言・暴力）した場合
- (2) 競技者・チームは、以下の場合、失格（当該種目）となる。
 - ①競技開始時に競技者がいなかった場合
 - ②総則や競技種目にある競技規則に違反した場合
- (3) 競技者が失格となった場合、その競技者の順位や記録は取り消され、次の順位の競技者以降を繰り上げる。

- (4) 競技者が何らかの理由により競技を終了しなかった場合は、DNF (Did not finish) となる。
- (5) 競技終了時に、競技者はチーフレフリーまたはそれと同等の審判員から失格を通告される。競技者は、チーフレフリーまたは同等の審判員の許可があるまで競技エリアから離れてはならない。
- (6) 競技者の違反が競技役員の実ミスによってもたらされた場合、チーフレフリーの判断により競技者の違反は取り消すことができる。

14. ドーピング防止規則違反

ドーピング防止規則に違反した場合は、下記の裁定となる。

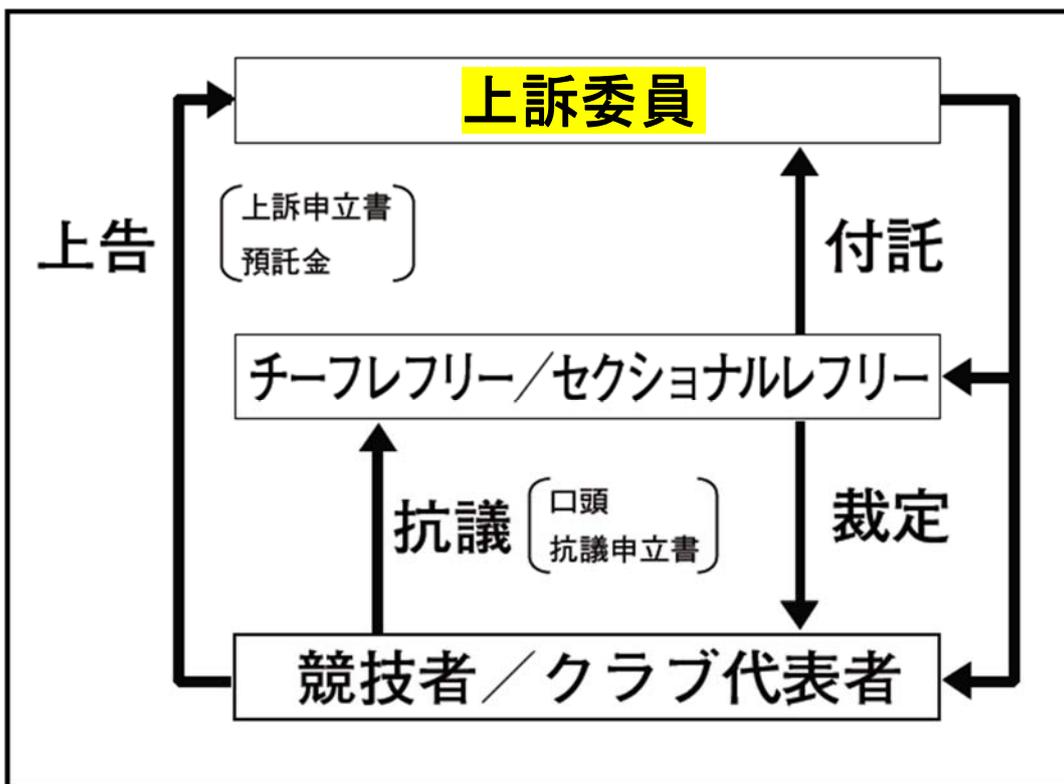
- (1) 個人種目において違反した場合、個人が参加した全ての種目の得点・順位や記録は剥奪される。
- (2) チーム種目においてそのチーム内に1人でも違反した競技者がいた場合、そのチーム種目の得点・順位や記録は剥奪される。
- (3) ドーピング防止規則違反を行なった競技者については、規律委員会に付託される。

15. 抗議と上訴

- (1) 任意の規則、競技基準、タイムテーブル等の削除、変更に対する抗議は認められない。また、そのことを周知させるために最大限の努力をしなければならない。
- (2) 競技者は、以下についてチーフレフリーまたはセクショナルレフリーに抗議することができる。しかし、スタートに関するスターターの判断、フィニッシュジャッジの着順決定およびシミュレートッド・エマージェンシー・レスポンス競技の採点に対する抗議は受け入れられない。
 - ① 競技会参加申し込みの手続き、または参加資格についての抗議
 - ② 器材検査や器材適性についての抗議
 - ③ 競技中に起きた行為や競技規則違反についての抗議
- (3) 抗議に関する手続きは以下の通りである。
 - ① 競技種目のコースおよびレーンや組み合わせ等、競技が行なわれる条件についての抗議は、競技開始の前にチーフレフリー（セクショナルレフリー）に口頭で行なわれなければならない。また、抗議があったことをチーフレフリー（セクショナルレフリー）は、競技開始前に競技者に伝えなければならない。
 - ② ①以外の抗議は、競技者本人またはクラブ代表者が競技結果の掲示、またはチーフレフリー（セクショナルレフリー）からの通告のうち、どちらか早く行なわれた時刻から15分以内に口頭でチーフレフリー（セクショナルレフリー）に行なわれなければならない。さらに口頭による抗議後15分以内に、別掲の形式に準じた抗議申立書をチーフレフリー（セクショナルレフリー）に提出しなければならない。
 - ③ 抗議の裁定が決定するまで、競技の結果は保留される。
 - ④ チーフレフリー（セクショナルレフリー）は、抗議を裁定するために公式のビデオ記録や写真等を参考にすることができる。競技者またはクラブ代表者がビデオ映像などを用いて抗議を行なう場合は、30分以内のビデオにまとめ、抗議内容の信憑性の証拠を提供（映像再生機器を含む）しなければならない。
 - ⑤ チーフレフリー（セクショナルレフリー）は、その抗議を裁定することも、上訴委員に付託することもできる。チーフレフリー（セクショナルレフリー）が裁定したとしても、競技者は上訴委

員に上告することができる。

- ⑥競技者が上訴委員に上告する場合は、チーフレフリー（セクショナルレフリー）の裁定から30分以内に、競技者に代わってクラブ代表者が署名した抗議申立書と預託金10,000円を添えなければならない。この預託金は抗議が認められ裁定が覆った場合に返金される。裁定が覆らない場合は没収される。また、チーフレフリーからの付託についても同様に費用が発生する。
- ⑦上訴委員は上訴委員長によって若干名任命され、チーフレフリーによって付託された抗議について裁定する。その際、公式のビデオ記録や写真等を参考にしたり、競技者や審判員から意見を聞くことができる。裁定については非公開にて決定される。上訴委員の裁定は変更できず、抗議する権利はない。
- ⑧上訴委員をおかない競技会では、チーフレフリーが最終的に抗議を裁定する。従って、主催団体は、あらかじめそのことを参加クラブに周知しなければならない。



抗議申立書

Part 1: 抗議はJLA競技規則及び/またはJLA公式文書に従って申し立てることができる。
競技会参加申し込みの手続き又は参加資格；機材検査又は機材適正；
競技中に起きた行為及び/又は競技規則違反について抗議できる。

抗議申し立て競技者又はチーム名： _____

種目名： _____ 競技エリア： _____

コース/ヒート/ロックアップエリア： _____

日時： _____

私/私たちは、以下に対して抗議します：

競技者（署名）

チームマネージャ（署名）

（オフィシャル記入欄）

種目結果発表時刻（正確な時刻を記載する）： _____

口頭抗議受理者： _____ オフィシャル職位： _____ 時刻： _____

抗議申立書受理者： _____ オフィシャル職位： _____ 時刻： _____

チーフレフリー名： _____

裁定： 支持する（抗議に同意する） 退ける（抗議に反対する）

上訴委員会に附託する 規律委員会に附託する

備考：

チーフレフリー（署名）： _____

競技者又はチームマネージャへの裁定宣告時刻： _____

申立者の裁定受理署名： _____

(裏面：上訴申立書)

上訴申立書

Part 2: 上訴はJLA競技規則に従って申し立てることができる。
上訴委員会の裁定は最終的なものである。

上訴の根拠又は説明：

(オフィシャル記入欄)

口頭上訴受理者： _____ オフィシャル職位： _____ 時刻： _____

上訴申立書受理者： _____ オフィシャル職位： _____ 時刻： _____

上訴預託金受理者： _____ 上訴預託金返金者（該当する場合）： _____

上訴委員長名： _____

裁定： 支持する（抗議に同意する） 退ける（抗議に反対する）

備考：

上訴委員長（署名）： _____

競技者又はチームマネージャへの裁定宣告時刻： _____

申立者の裁定受理署名： _____

第3章 プール競技規則

第3章 プール競技規則

第1節 プール競技総則

1. 組み合わせ配置

- (1) プール競技において組み合わせ配置（シード）を行う。
- (2) プール競技では、競技者は個人種目およびチーム種目のタイムを提出することが求められる。
- (3) タイムが提出されていない競技者は、一番遅いタイムだとみなされる。
- (4) 同タイムであった競技者らの順位は抽選で決定される。また、タイムを提出していない競技者ら（一番遅いタイムとして同タイムとみなされる）の順位も抽選で決定される。

1.1 予選における組み合わせ配置

（エントリー数に応じて）競技で予選と決勝が行われる場合、競技者は以下の方法により提出されたタイムに応じて組み合わせ配置される。

- (1) 1ヒートしかない場合、そのヒートは決勝として組み合わせ配置される。
- (2) 2ヒートある予選の場合、最も早い競技者を第2ヒートに配置し、2番目に早い競技者を第1ヒートに配置する。3番目に早い競技者を第2ヒートに、4番目に早い競技者を第1ヒートに、というように配置する。
- (3) 3ヒートある予選の場合、最も早い競技者を第3ヒートに配置し、次に早い競技者を第2ヒートに配置し、その次に早い競技者を第1ヒートに配置する。4番目に早い競技者を第3ヒートに、5番目に早い競技者を第2ヒートに、6番目に早い競技者を第1ヒートに、7番目に早い競技者を第3ヒートに、というように配置する。
- (4) 4ヒート以上ある予選の場合、最後の3ヒートは上記(3)に従って組み合わせ配置する。最後の3ヒートの1つ前のヒート（最後から4ヒート目）は、2番目に早い競技者群で構成される。最後の4ヒートの1つ前のヒート（最後から5ヒート目）は、3番目に早い競技者群で構成される。以後同様。レーンは、下記の「レーンの割り当て」に記載の方法に従って、提出されたタイムの降順で割り当てられる。
- (5) 例外：1つの競技で複数のヒートがある場合、各ヒートには最低3人の競技者を配置する。

1.2 タイム決勝の組み合わせ調整

競技がタイム決勝で行われる場合、競技者は提出されたタイムに応じて以下の方法により組み合わせ配置される。

- (1) 1ヒートしかない場合、そのヒートは決勝として組み合わせ配置する。
- (2) 2ヒート以上の場合、最も早い競技者群が最終ヒートに配置され、次節の詳細のとおりレーン割り当てされる。次に早い競技者群が最後から2番目のヒートに配置され、全ての競技者が提出タイムに応じてヒートに配置されレーン割り当てされるまで、同様に続く。

1.3 レーンの割り当て

8レーンあるプールの第4レーンに最も早い競技者またはチームを配置する（レーンは、スタート側から見てプールの右側を第1レーンとする）。次に早いタイムの競技者またはチームをその1つ左のレーン

に配置し、以下、右、左と交互に配置する。同タイムの競技者は抽選により、前述の方法に従ってレーンを割り当てられる。

1.4 決勝における組み合わせ配置

プール競技のスタート位置は以下のように組み合わせ配置される：

- (1) 予選のタイムに基づき、上位8位までの競技者はA決勝、9位から16位までの競技者はB決勝に割り当てられる。
- (2) 予選の同じヒートまたは異なるヒートにおいて、8位または16位を決める競技者のタイムが1/100秒精度で同じだった場合、どの競技者がA、Bどちらの決勝に進むかを決定するためスイムオフを行う。そのスイムオフは関与する競技者の予選ヒート終了後1時間以内には行われない（ただし、関与する競技者がより短い時間で行うことに同意した場合を除く）。再度同タイムであれば、もう一回スイムオフが行われる。
- (3) A又はB決勝において棄権した又はスタートしなかった（DNS）競技者又はチームは、チーム得点の点数を獲得しない（すなわち、「不参加」の加点は零点である）。
- (4) 競技者が1人以上又はチームが1チーム以上A決勝を棄権した場合、B決勝から競技者（又はチーム）が繰り上げられ、代替として最大4人（又は4チーム）までの競技者が予選ヒートから繰り上げられる。B決勝は再シード（再度、組み合わせ配置）されない。代替競技者が足りなくても、招集できた競技者によりB決勝を行う。決勝は再シード（再度、組み合わせ配置）されない。

注意：プール競技において、代替競技者は予選ヒートのタイムに基づき決定される。オーシャン競技においては、棄権した競技者と同じ予選（選考レース）から代替競技者が繰り上がる。

2. 出場確認および招集

- (1) プール競技において出場確認を行なうかどうかは、チーフレフリーの判断による。出場確認を行なう場合競技者または代理人は、各競技種目の招集場所での出場確認の手続きを行なわなければならない。指定された時刻までに出場確認を行なわなかった場合は、原則として失格となる。
- (2) 競技者は指定された時刻までに招集場所に集まり、審判員の指示により整列する。
- (3) 競技会当日のコンディション等により、チーフレフリーの判断でタイムテーブルが変更されることがある。その場合は競技者に周知しなければならない。

3. スタート

- (1) スタートは、1回制（1スタートルール）とする。
- (2) スタートは、競技種目規定に準じ飛込スタート、または水中スタートのどちらかの方法で行なわれる（ラインスローを除く）。
 - ①飛込スタート
 - ②水中スタート
 - (ア)長いホイッスルにより競技者はスタート台に上がる。
 - (イ)スターターの「用意（Take your marks）」の号令によって、競技者はスタート台前方に少なくとも一方の足の指を掛け、速やかにスタートの姿勢をとる。
 - (ウ)スターターは、全ての競技者が静止した状態になったら、スタートの合図をする。

- (ア)1回目の長いホイッスルによって、マネキンリレーの第1競技者およびラインスローの溺者役はプールに入る。
- (イ)2回目の長いホイッスルによって、むやみに遅らせることなくスタートの位置につく。
- (ウ)マネキンリレーの第1競技者は一方の手にマネキンを水面に保持し、もう一方の手でプールの端壁またはスターティンググリップを掴み水中からスタートする。
- (エ)ラインスローの溺者役は、割り当てられたレーン内で固定されたクロスバーの救助者側で立ち泳ぎをする。溺者役はスローラインとクロスバーの両方を片手または両手で掴む。
- (オ)スターターは、全ての競技者がスタート位置についたら、「用意 (Take your marks)」の号令を出す。全ての競技者が静止した状態になったら、スタートの合図をする。

4. 不正スタート

- (1) スタートの合図をする前にスタートした（すなわち、スタート動作を開始した）競技者は全て失格となる。
- (2) 失格が宣告される前にスタートの合図が発せられていた場合、競技は続行し不正スタートした競技者は、競技終了後失格となる。
- (3) スタートの合図の前に明らかに不正スタートをしたとみなされる場合は、スタートの合図をしないで、その競技者を失格とする。他の競技者については再スタートをする。
- (4) 競技者を呼び戻す合図は、スタートの合図と同じ合図を繰り返すと共にフライングローブを落とし競技者を呼び戻す。チーフレフリーまたはチーフレフリーが指名した者が、スタートが不正であったと判断した場合、チーフレフリーまたはチーフレフリーが指名した者はスタートが公平でなかったと判定し、ホイッスルを吹いてその後に再スタートを行なう。
- (5) 競技者の過ちが競技役員によってもたらされた場合は、チーフレフリーはこれを取り消し再スタートを行なう。
- (6) 何らかの理由により公平なスタートが行なえなかったとスターターが判断した場合（技術的・器材的な問題を含む）、競技者は呼び戻され再スタートが行なわれる。
- (7) 競技者は、スタートの合図の前に、前方へのスタート動作を起こした場合に失格となる。競技者が動いたことが全て失格となるわけではない。スタートの合図を予想して明らかに前方へのスタート動作を起こした競技者が失格となる。
- (8) 1人あるいはそれ以上の競技者が前方へのスタート動作を起こしたか否かの判断は、スターターによる。一般に、ある競技者のスタート動作が他の競技者の不正スタートにつられて生じたと判断された場合は、不正スタートによる失格とはしない。

5. レスキューチューブの扱い方

- (1) レスキューチューブは、肩掛け部分の紐の輪を一方の肩から交差させるか、または一方の肩の上に掛けて着用しなければならない。
- (2) レスキューチューブは、マネキンに巻きつけるまではクリップをオーリングにかけてはならない。
- (3) レスキューチューブは、マネキンの両腕の下でクリップをオーリングにかけて正しくつけないといけない。

- (4) レスキューチューブを用いて溺者役またはマネキンを引っ張る場合、紐を十分に伸ばした状態で、救助者の後ろで引っ張らなければならない（ただし、マネキンを引っ張る場合は、種目別競技規則に従う）。
- (5) レスキューチューブを正しく着用していれば、肩掛け部分の紐の輪が競技者の腕や肘に落ちてても失格にはならない。

6. マネキンの扱い方

(1) マネキンの浮上

競技者がマネキンを水面に引き上げる場合、競技者はプールの底を蹴ったり押ししたりしてもよい。「水面」とは静水状態のプールの水平面を意味する。

- ①競技者は、少なくとも一方の手でマネキンを掴んで水面に浮上しなければならない。「水面に浮上する」とは競技者の頭が水面に浮上する事を意味する。
- ②競技者は、マネキンの頭頂部が5mライン（マネキンキャリアー、レスキューメドレー、スーパーライフセーバー）または10mライン（マネキンキャリアー・ウィズフィン）を越える時点で、マネキンを正しい状態で運ばなくてはならない（キャリアー）。
- ③競技者は、マネキンの頭頂部が5mライン（マネキンキャリアー、レスキューメドレー、スーパーライフセーバー）または10mライン（マネキンキャリアー・ウィズフィン）を越えた後、再び潜ってはならない。

(2) マネキンを運ぶ（キャリアー）

- ①マネキンを運ぶ（キャリアー）際、マネキン（溺者および傷病者）は、呼吸停止と想定する。
- ②少なくとも一方の手が常にマネキンに触れていなければならない。
- ③競技者はマネキンを押ししたり、マネキンの喉、口、鼻および目に手をかけたり、マネキンを水面下で運んではならない。「押す」とはマネキンの頭頂部が競技者の頭頂部の前方で運ばれることをいう。
- ④マネキンの顔を上に向けた状態で、水面を運ばなければならない。
- ⑤マネキンを運ぶ（キャリアー）際、マネキンの顔は斜めになってもよいが、水面に対して90度を越えて傾いたり、プールの底に向いたりしてはいけない。
- ⑥競技者およびマネキンが「水面下」にある場合は失格となる。競技者またはマネキンがストローク毎に水面から出ていれば、マネキンは水面に出ている必要はない。競技者が通常のストロークまたはキックサイクルの一部として水面下に沈んだとしても、レース全体で腕や頭といった競技者の身体はどこか一部が水面から出ていれば失格とはならない。
- ⑦競技者の身体がマネキンを覆ったり、競技者の身体の下でマネキンを運んで（キャリアー）はならない。
- ⑧「マネキンを運ぶ（キャリアー）」の規則は、マネキンの頭頂部が5mライン（マネキンキャリアー、レスキューメドレー、スーパーライフセーバー）または10mライン（マネキンキャリアー・ウィズフィン）を越えた時点から適用される。
- ⑨マネキンリレーの場合、第1競技者と第3競技者のスタートゾーン、およびチェンジオーバーゾーン内では、「マネキンを運ぶ（キャリアー）」の規則は適用されない。スタートゾーンおよびチェンジオーバーゾーン内とは、マネキンの頭頂部がゾーンに入ってからゾーンを越える前までとす

る。

(3) レスキューチューブを用いてマネキンを引っ張る（トウ）

- ①レスキューチューブを用いてマネキンを引っ張る（トウ）際、マネキン（溺者および傷病者）は、呼吸していると想定する。
- ②競技者は、マネキンの頭頂部が5mラインを越える前にマネキンの両腕の下にレスキューチューブのクリップをオーリングにかけなければならない。
- ③競技者はマネキンの顔を上に向けた状態にして水面を引っ張らなければならない。
- ④マネキンの頭頂部が5mラインを越えた後、マネキンの顔は斜めになってもよいが、水面に対して90度を越えて傾いたり、プールの底に向いたりしてはいけない。
- ⑤マネキンがレスキューチューブの中で回転し、マネキンの頭部が下を向いてしまったり水面下に潜ってはならない。
- ⑥競技者は、マネキンの頭頂部が10mラインを越える前に、できるだけ速やかにレスキューチューブの紐を十分に伸ばした状態にしなければならない
(競技者は、遅延行為なしにできるだけ速やかに、レスキューチューブの紐を十分に伸ばさなければならない)。
- ⑦レスキューチューブをマネキンに正しくつけた後、レスキューチューブとマネキンが離れた場合は失格となる。ただし、レスキューチューブがずれてマネキンの一方の腕の下のみで巻かれている状態になっても以下のことが満たされていれば失格にはならない。
(ア)競技者がマネキンにレスキューチューブを装着した際に、マネキンにレスキューチューブが正しく装着されていた場合。
(イ)マネキンが顔を上にして引っ張られていた場合。
- ⑧競技者は、マネキンを引っ張る（トウ）際、背泳ぎ、横泳ぎまたは平泳ぎをしてよく、またどんなキックまたはストロークをしてもよい。

7. マネキン・ハンドラー

- (1) マネキントウ・ウィズフィン、スーパーライフセーバーの両種目では、マネキン・ハンドラーは、同一クラブの競技者の中から選出されなければならない。ただし出場確認時までにチーフレフリーが特別に認めた場合、同一クラブ以外の競技者からマネキン・ハンドラーを選出することができる。
- (2) スタート前および競技中、マネキン・ハンドラーはマネキンを指定されたレーン内において、垂直に、顔をプールの壁に向け、自然に浮く状態で保持する。
- (3) マネキン・ハンドラーは、自クラブのキャップを着用しなければならない。
- (4) マネキン・ハンドラーは、競技中故意にプールに入ってはならない。

8. プールの使用

- (1) 競技者は、指定されたレーンで競技を行なわなければならない。
- (2) 競技者は、競技中プールの底に立ったり、歩いたり、蹴ったりしてはならない（ただし200m（100m）障害物スイム、4×50m障害物リレー、4×25mマネキンリレー、およびマネキンを引き上げる場合を除く）。

- (3) 競技者は、プールの付属品（レーンロープ、階段、排水管、水中ホッケーの備品等）を補助として用いてはならない（プールの底は含まれない）。
- (4) 終了の合図はチーフレフリーもしくはそれに準ずる者が出す。
- (5) 全ての競技において、競技者は競技終了後、審判員による退水の合図があるまで指定されたレーン内の水中にいななければならない。また、競技者がプールから退水する際は、指定されたプールサイドから退水しなければならない（タッチ板の上から退水してはならない）。ただし、リレーの場合、第1、第2、第3競技者は、それぞれの区間が終了したら、他の競技者を妨害することなく、直ちに指定されたレーンから退水しなければならない。退水後は、再度プールに入ってはならない（4×25mマネキンリレーを除く）。
- (6) 競技者と競技役員のみが指定された競技エリアのプールデッキに入ることが許される。競技者は競技していないとき、競技役員は職務についていないとき、指定された競技エリアを離れなければならない。
- (7) 競技規則で特別に定められていない限り、人工的な推進手段は競技で使用することはできない（水かき、腕バンドなど）。
- (8) プール種目において、粘着性、接着性のある物質（液体状、個体状、又は噴霧するもの）を、競技者の手や足へ使用すること、又は掴みやすいようにマネキン又はレスキューチューブの表面への使用すること、又はプールの底を蹴りやすくするために使用すること、は認められない（DQ7）。
予防的、医療的、治療的又は運動学的な目的に用いられるボディテープは、それが競争的優位性を与えない限り、チーフレフリーの判断で認可される。
- (9) 競技中にほかの競技者を妨害した競技者は失格となる（DQ2）。
- (10) 競技者は全ての種目においてクラブ（又は国の代表チーム）のプール競技用キャップを着用せねばならない。（デザインがプール競技用と同じであれば）オーシャン競技のキャップ、又はゴム製、シリコン製キャップを着用しても良い。
- (11) 審判員によるか又は全自動装置によるかを問わず、着順判定は抗議又は上訴の対象とならない。
- (12) イベントディレクター、スターター、又はチーフレフリー（又はチーフレフリーが指定した者）によるスタートに関する決定は抗議又は上訴の対象とならない。

9. 計 時

- (1) 競技の順位および記録を決定するために、計時は全自動装置またはデジタルストップウォッチのいずれかによって行なわれる。全自動装置とは、（財）日本水泳連盟の「自動審判装置等公認規則」に基づく装置をいう。
- (2) 全自動装置による計時
 - ①全自動装置の操作は、主催団体より任命された競技役員の下に行なわれなければならない。
 - ②全自動装置を使用する場合であっても、装置の故障や突発的な事故に備えて少なくとも各レーン1人のストップウォッチによるタイムキーパーを予備配置しなければならない。全自動装置が作動しなかった場合は、タイムキーパーが計測したタイムが採用される。
 - ③全自動装置の着順とタイムの判定は、1/100秒までで着順を決定する。1/1000秒の位まで計測可

能な場合であっても、1/1000秒の位は切り捨てる。1/100秒までが同記録の場合は同着・同順位とする。公式結果や電光掲示板の表示は1/100秒まででなくてはならない。

④全自動装置によって判定された着順とタイムは、ストップウォッチによる手動計時の判定より優先される。

⑤全自動装置が使用されている場合、競技者は、折返しおよびゴールにおいてタッチ板の有効面にタッチし、十分な圧力を加え作動させなければならない。

(3) 手動による計時

①ストップウォッチによる手動計時の場合、各レーン3人のタイムキーパーによって計測したタイムが採用される。

②ストップウォッチにより計測されたタイムは、手動計時となる。手動計時は1/100秒までとする。

③3台のストップウォッチのうち2台が同じで、他の1台が異なるタイムを計測した場合、2台の合致したタイムを公式タイムとする。

④3台のストップウォッチがそれぞれ異なるタイムを計測した場合、中間のタイムを計測したストップウォッチのタイムを公式タイムとする。

⑤3台のストップウォッチのうち、2台だけがタイムを計測した場合、その2台の平均時間を公式タイムとする。

⑥タイムキーパーの記録したタイムによる順位が、フィニッシュジャッジの判定と一致しない場合は、フィニッシュジャッジの決定した順位を優先する。当該競技者のタイムは、みな同じとする。例えば、2人の競技者が関係する場合、2人のタイムは2人のタイムの合計÷2となる。

(4) 着順の判定は、公式タイムを比較して決定される。公式タイムが同じ場合は、その記録で泳いだ競技者全員が同着・同順位となる。

10. 記 録

(1) 記録は、本協会の主催競技会または本協会が記録を認定すると認めた公認競技会において認定される。

(2) 記録はチーフレフリーにより、正式に発表されたものでなければならない。

(3) 日本記録は、日本の国籍を保有した者が樹立した最高の認定記録とする。リレー種目の競技者が日本国籍でない場合は、日本記録の対象とならない。

(4) 日本記録は、男女共、以下の種目に限られる。

①200m障害物スイム

②100m障害物スイム

③50mマネキンキャリー

④100mレスキューメドレー

⑤100mマネキンキャリー・ウィズフィン

⑥100mマネキントウ・ウィズフィン

⑦200mスーパーライフセーバー

⑧ラインスロー

⑨4×25mマネキンリレー

⑩4×50m障害物リレー

⑪4×50mメドレーリレー

(5) 本協会の主催競技会においては競技会終了をもって認定とする。

(6) その他、新しく日本記録が樹立されたときは、次の手続きをとらなければならない。

①本協会により記録を認定すると認められた公認競技会の主催団体は、競技会終了の日から7日以内に「日本記録申請書」を本協会に申請する。

②国際大会においては、ILSの競技規則を採用している種目に限り記録を申請することができる。

③世界選手権およびワールドゲームスにおいては、その競技会の統括団体が証明する報告書をもってこれに代える。

④本協会に申請された記録は、競技運営・審判委員会の審査・承認を経てこれを発表する。

第2節 プール競技種目

1. 200m（100m）障害物スイム（Obstacle Swim - 200m and 100m）

(1) 競技人数

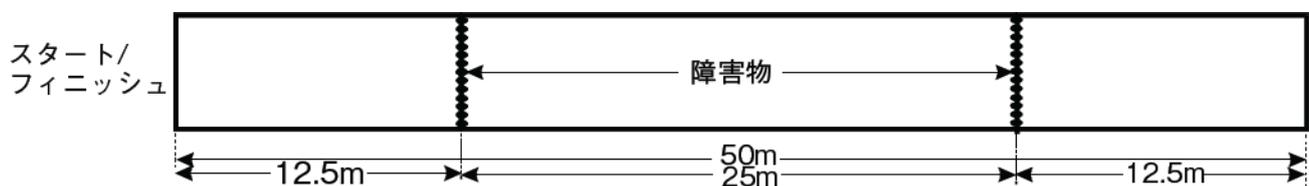
1人

(2) 使用器材

障害物（主催者が準備する）

(3) コース

障害物は、全レーンにまたがってまっすぐな線を描くようにレーンロープと垂直に固定する。最初の障害物は、スタートの壁から12.5mのところに設置し、2番目の障害物は逆のサイドから12.5mのところに設置する。2つの障害物の距離は25mとする。



(4) 競技の方法

- ①スタートは、プール競技総則（飛込スタート）に準じる。
- ②競技者はスタートの後、水中の障害物を8回（4回）潜りながら200m（100m）泳ぐ。
- ③ゴールははっきりと見えるように、ゴールの壁にタッチする。
- ④競技者は飛込後、各障害物の前と下を潜った後、および折返した後水面に浮上しなければならない。「水面に浮上する」とは競技者の頭が水面に浮上することを意味する。
- ⑤競技者は各障害物の下から水面に浮上する際、プールの底を蹴っても押してもよい。
- ⑥障害物にぶつかっても失格にはならない。

(5) 失格

総則（共通・プール競技総則）の違反に加えて、次のような場合は失格となる。

- ①飛込んだ後または折返した後、障害物の下を潜る前に浮上しなかった場合（DQ12）。
- ②障害物の上を通過し、ただちに障害物の上または下を戻り、その後下を潜り直さなかった場合（DQ11）。
- ③それぞれの障害物を潜った後に浮上しなかった場合（DQ13）。
- ④折返しの際、壁にタッチをしなかった場合（DQ14）。
- ⑤競技者がはっきりと見えるようにゴールの壁にタッチしなかった場合（DQ15）。

2. 50mマネキンキャリー (Manikin Carry - 50m)

(1) 競技人数x

1人

(2) 使用器材

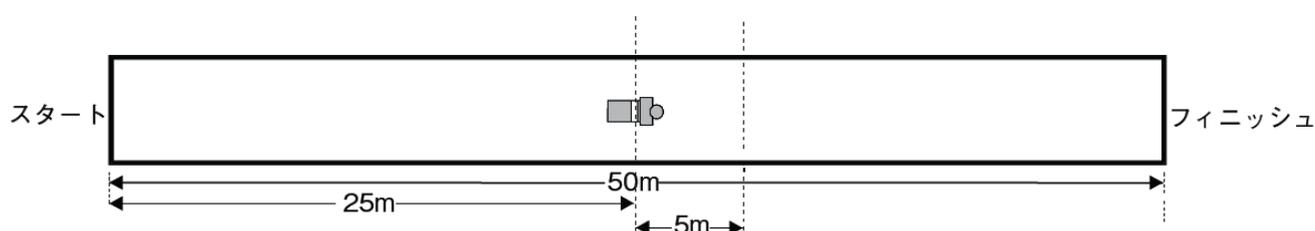
マネキン (水を一杯に入れたマネキン, 主催者が準備する)

(3) コース

マネキンの位置

マネキンは1.8mから3mの深さに置く。3mより深い場合、マネキンを台 (またはその他の補助) の上に置き、規定の深さになるようにする。

マネキンは背を下にして横たえ、ゴールの方向に頭を向けておく。マネキンの胸部中央の横ラインが25mライン (ピックアップライン) にくるようにする。



(4) 競技の方法

- ①スタートは、プール競技総則 (飛込スタート) に準じる。
- ②競技者はスタートの後、25m泳ぎ、水中に潜ってマネキンを引き上げる。ただし、マネキンを確保する前に水面に浮上しなければならない。「水面に浮上する」とは競技者の頭が水面に浮上する事を意味する。
- ③マネキンを引き上げる際には、マネキンの位置から5m以内の水面に浮上しなければならない。
- ④マネキンの扱いは、プール競技総則 (マネキンの扱い方) に準じる。
- ⑤ゴールは競技者がマネキンを保持しながら、はっきりと見えるようにゴールの壁にタッチする。

(5) 失格

総則 (共通・プール競技総則) の違反に加えて、次のような場合は失格となる。

- ①マネキンを確保する前に水面に浮上しなかった場合 (DQ16)。
- ②マネキンを正しくない方法で運んだ (キャリー) 場合 (DQ19)。
- ③マネキンの顔を下向きで運んだ (キャリーまたはトウ) 場合 (DQ20)。
- ④マネキンの頭頂部が5mラインを越えた時点で、マネキンを正しい状態で確保していなかった場合 (DQ18)。
- ⑤マネキンを確保して水面に浮上する際、プールの付属品 (レーンロープ、階段、排水管、水中ホッケーの備品等) を補助として用いた場合。ただし、プールの底は含まれない (DQ17)。
- ⑥ゴールの壁および折返しの壁にタッチする前に、マネキンを放した場合 (DQ21)。
- ⑦競技者がはっきりと見えるようにゴールの壁にタッチしなかった場合 (DQ15)。

3. 100mレスキューメドレー (Rescue Medley - 100m)

(1) 競技人数

1人

(2) 使用器材

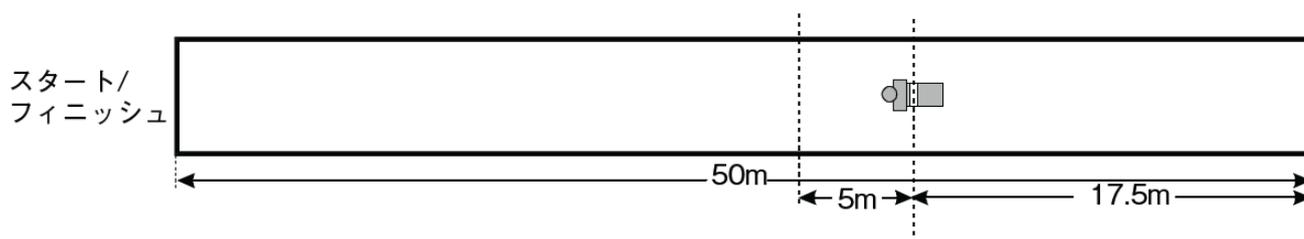
マネキン (水を一杯に入れたマネキン, 主催者が準備する)

(3) コース

マネキンの位置

マネキンは1.8mから3mの深さに置く。3mより深い場合、マネキンを台 (またはその他の補助) の上に置き、規定の深さになるようにする。

マネキンは背を下にして横たえ、ゴールの方向に頭を向けておく。マネキンの胸部中央の横ラインが折返し側から17.5mライン (ピックアップライン) にくるようにする。



(4) 競技の方法

- ①スタートは、プール競技総則 (飛込スタート) に準じる。
- ②競技者はスタートの後、50m泳ぎ、折返し後マネキンの位置まで潜行し、マネキンを引き上げ残り32.5mマネキンを運ぶ。
- ③競技者は、折返しの際呼吸してもよいが、足が折返しの壁を離れた後は、マネキンと一緒に水面に浮上するまで呼吸してはならない。
- ④マネキンを引き上げる際には、マネキンの位置から5m以内の水面に浮上しなければならない。
- ⑤マネキンの扱いは、プール競技総則 (マネキンの扱い方) に準じる。
- ⑥ゴールは競技者がマネキンを保持しながら、はっきりと見えるようにゴールの壁にタッチする。

(5) 失格

総則 (共通・プール競技総則) の違反に加えて、次のような場合は失格となる。

- ①マネキンを正しくない方法で運んだ (キャリア) 場合 (DQ19)。
- ②マネキンの顔を下向きで運んだ (キャリアまたはトウ) 場合 (DQ20)。
- ③折返し後、マネキンを引き上げる前に浮上した場合 (DQ22)。
- ④マネキンの頭頂部が5mラインを越えた時点で、マネキンを正しい状態で確保していなかった場合 (DQ18)。
- ⑤マネキンを確保して水面に浮上する際、プールの付属品 (レーンロープ、階段、排水管、水中ホッケーの備品等) を補助として用いた場合。ただし、プールの底は含まれない (DQ17)。
- ⑥ゴールの壁および折返しの壁にタッチする前に、マネキンを放した場合 (DQ21)。
- ⑦競技者がはっきりと見えるようにゴールの壁にタッチしなかった場合 (DQ15)。

4. 100mマネキンキャリー・ウィズフィン (Manikin Carry with Fins - 100m)

(1) 競技人数

1人

(2) 使用器材

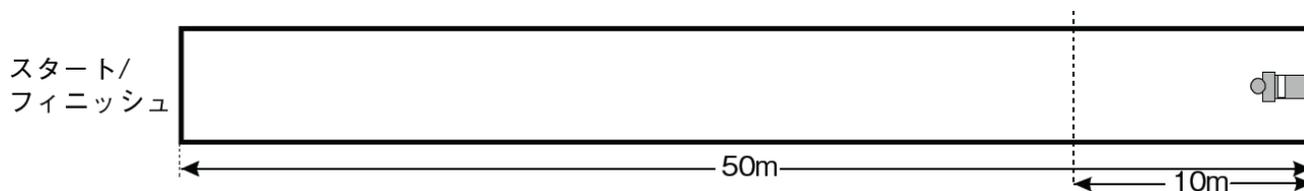
マネキン (水を一杯に入れたマネキン, 主催者が準備する), フィン

(3) コース

マネキンの位置

マネキンは1.8mから3mの深さに置く。3mより深い場合, マネキンを台 (またはその他の補助) の上に置き, 規定の深さになるようにする。

マネキンはスタートと反対側の壁のプールの底に背を下にして横たえ, ゴールの方向に頭を向けておく。プールの設計上, プールの壁が, プールの底と直角ではない場合, マネキンは, 壁にできるだけ近く, 水面で測定した距離が壁から30cm以内の位置に配置する。



(4) 競技の方法

- ①スタートは, プール競技総則 (飛込スタート) に準じる。
- ②競技者は, フィンをつけて50m泳ぎ, マネキンを引き上げ残り50mマネキンを運ぶ。
- ③スタート後にフィンを落としてしまった場合は, 競技者はフィンを回収するかまたはフィンなしで競技を継続することができる。フィンを回収する場合, マネキンの扱い方に違反していない限り競技を継続することができる。ただし, 再レースを行なうことはできない。
- ④競技者は折返しの壁を触らなくてもよい。
- ⑤マネキンを引き上げる際には, 折返しの壁から10m以内の水面に浮上しなければならない。
- ⑥マネキンの扱いは, プール競技総則 (マネキンの扱い方) に準じる。
- ⑦ゴールは競技者がマネキンを保持しながら, はっきりと見えるようにゴールの壁にタッチすること。

(5) 失格

総則 (共通・プール競技総則) の違反に加えて, 次のような場合は失格となる。

- ①マネキンを正しくない方法で運んだ (キャリー) 場合 (DQ19)。
- ②マネキンの顔を下向きで運んだ (キャリーまたはトウ) 場合 (DQ20)。
- ③マネキンの頭頂部が10mラインを通過する前に, 正しい状態でマネキンを確保していない場合 (DQ23)。
- ④マネキンを確保して水面に浮上する際, プールの付属品 (レーンロープ, 階段, 排水管, 水中ホッケーの備品等) を補助として用いた場合。ただし, プールの底は含まれない (DQ17)。
- ⑤ゴールの壁および折返しの壁にタッチする前に, マネキンを放した場合 (DQ21)。
- ⑥競技者がはっきりと見えるようにゴールの壁にタッチしなかった場合 (DQ15)。

5. 100mマネキントウ・ウィズフィン (Manikin Tow with Fins - 100m)

(1) 競技人数

競技者1人, マネキン・ハンドラー

(2) 使用器材

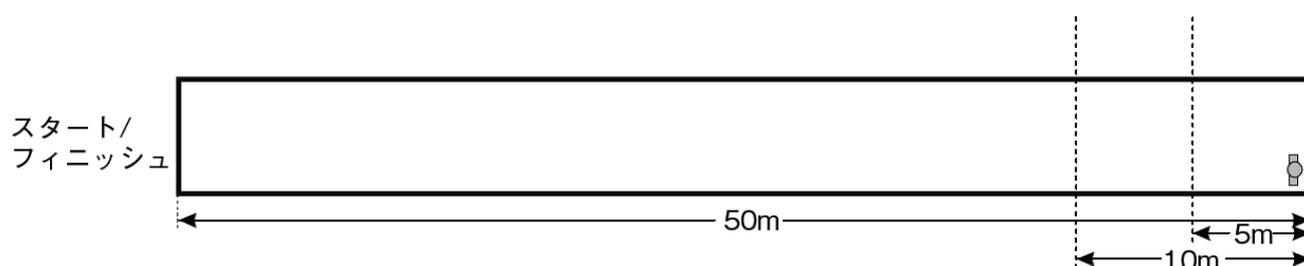
マネキン (胸部の横ラインの上部が水面と等しく浮くように水を入れたマネキン), フィン, レスキューチューブ

(マネキン, レスキューチューブは主催者が準備する)

(3) コース

マネキンの位置

スタート前および競技中, マネキン・ハンドラーはマネキンをプールサイドから折返し壁に向け, レーン内で垂直になるようにする。



(4) 競技の方法

- ①スタートは, プール競技総則 (飛込スタート) に準じる。
- ②競技者は, フィンとレスキューチューブをつけて50m泳ぐ。レスキューチューブを付けてスタートする場合, レスキューチューブの本体と紐は, 競技者の判断で指定されたレーン内に位置させる。ただし, 競技者は, レスキューチューブを付けたスタートが安全にできるようにしなければならない。
- ③競技者が折返し壁をタッチしたら, 直ちにマネキン・ハンドラーはマネキンを放す。その際, マネキン・ハンドラーは競技者やゴールの壁の方向へマネキンを押してはならない。
- ④競技者は, 折返し壁をタッチした後, プールの壁から5m以内でマネキンの両腕の下にレスキューチューブをつけ, マネキンの顔が水面で上を向いた状態でゴールまでそれを引っ張る。ここで, 5m以内でマネキンにレスキューチューブをつけられず失格となったあと, レスキューチューブを正しくつけ直すために再度5m以内に戻ってはいけない。
- ⑤競技者は, マネキンの頭頂部が10mラインを通過する前に, できるだけ速やかにレスキューチューブの紐を十分に伸ばした状態にしなければならない。競技者は, 遅延行為なしにできるだけ速やかな動作で, レスキューチューブの紐を十分に伸ばさなければならない。
- ⑥マネキンからレスキューチューブが外れた場合は失格とする。マネキンを引っ張っている間にレスキューチューブがずれて, 一方の腕のみで固定されている状態になっても失格にはならない。ただし, 最初にレスキューチューブを「正しく」固定し, マネキンの顔が水面で上を向いた状態で維持されていた場合に限る。
- ⑦50m地点で壁にタッチする前にマネキンに触れてはならない。
- ⑧スタート後にフィンを落としてしまった場合は, 競技者はフィンを回収するかまたはフィンなし

で競技を継続することができる。フィンを回収する場合、マネキンの扱い方に違反していない限り競技を継続することができる。ただし、再レースを行なうことはできない。

- ⑨マネキンの扱いは、プール競技総則（マネキンの扱い方）に準じる。
- ⑩競技者は、レスキューチューブとマネキンが離れていない、およびマネキンの顔が水面で上を向いた状態であれば、マネキンを引っ張っている途中でも、レスキューチューブを巻き直すことができる。
- ⑪ゴールは、レスキューチューブにマネキンが巻かれた状態で、競技者がはっきりと見えるようにゴールの壁にタッチすること。(5) 失 格
総則（共通・プール競技総則）の違反に加えて、次のような場合は失格となる。
- ①マネキンの顔を下向きで運んだ（キャリアまたはトウ）場合（DQ20）
- ②競技者が折返しの壁にタッチした後、マネキン・ハンドラーがただちにマネキンを放さなかった場合（DQ27）。
- ③マネキン・ハンドラーがマネキンを正しく保持していなかった場合、または競技者が折返しの壁をタッチした後、マネキン・ハンドラーが再度マネキンを触った場合（DQ25）。
- ④マネキン・ハンドラーが競技中故意にプールに入った場合、プールに入り他の競技者を妨害した場合または競技の判定を妨害した場合（DQ29）。
- ⑤競技者が折返しの壁にタッチする前に、レスキューチューブのクリップをオーリングにかけた場合（DQ30）。
- ⑥50m/150m地点で壁にタッチする前にマネキンに触れた場合（DQ26）。
- ⑦レスキューチューブをマネキンに正しくつけなかった場合（マネキンの両腕の下の周りでない場所や、クリップをオーリングにかけていないなど）（DQ31）。
- ⑧マネキンの頭頂部が5mラインを越えるまでに、マネキンの両腕の下に正しくレスキューチューブが固定されていなかった場合（DQ32）。
- ⑨マネキンの頭頂部が10mラインを越えた時点で、レスキューチューブの紐が十分に伸ばされていない場合（DQ34）。
- ⑩マネキンの頭頂部が10mラインを越えた後、レスキューチューブの紐が十分に伸ばされた状態でマネキンを引っ張っていない場合（ただし、マネキンを再度固定するために競技者が停止した場合を除く）（DQ35）。
- ⑪マネキンを引っ張る代わりに押したり、抱えたりした場合（DQ33）。
- ⑫レスキューチューブをマネキンに巻きつける際、プールの付属品（レーンロープ、階段、排水管、水中ホッケーの備品等）を補助として用いた場合（DQ24）。
- ⑬レスキューチューブがマネキンに正しく固定された後、外れた場合（DQ36）。
- ⑭レスキューチューブとマネキンが正しい位置にない状態でゴールの壁をタッチした場合（DQ37）。
- ⑮競技者がはっきりと見えるようにゴールの壁にタッチしなかった場合（DQ15）。
- ⑯マネキン・ハンドラーがマネキンを競技者の方、またはゴールの壁側へ押した場合（DQ28）。

6. 200mスーパーライフセーバー (Super Lifesaver - 200m)

(1) 競技人数

競技者1人, マネキン・ハンドラー

(2) 使用器材

キャリア用マネキン (水を一杯に入れたマネキン), トウ用マネキン (胸部の横ラインの上部が水面と等しく浮くように水を入れたマネキン), フィン, レスキューチューブ
(マネキン, レスキューチューブは主催者が準備する)

(3) コース

①フィンとレスキューチューブの位置

競技者は, スタート前にフィンとレスキューチューブをスタート台ではなく各レーンのプールデッキに配置しなければならない。

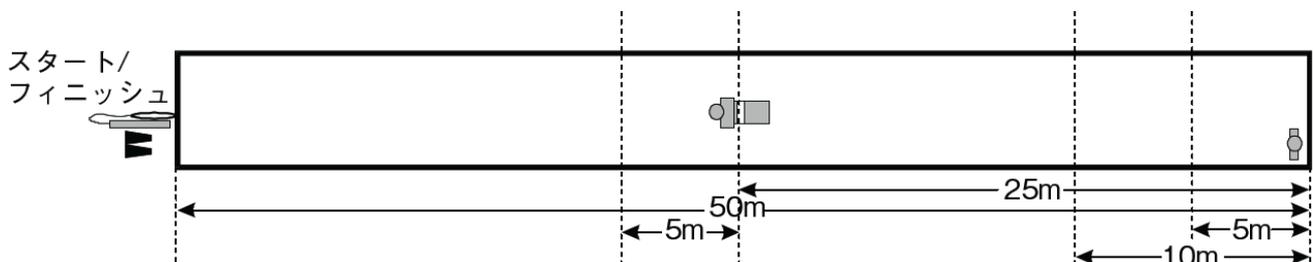
②キャリア用マネキンの位置

マネキンは1.8mから3mの深さに置く。3mより深い場合, マネキンを台 (またはその他の補助) の上に置き, 規定の深さになるようにする。

マネキンは背を下にして横たえ, ゴールの方向に頭を向けておく。マネキンの胸部中央の横ラインが25mライン (ピックアップライン) にくるようにする。

③トウ用マネキンの位置

スタート前および競技中, マネキン・ハンドラーはマネキンをプールサイドから, 顔を折返しの壁に向け, レーン内で垂直に, そしてマネキンが自然に浮く位置となるようにする。



(4) 競技の方法

①スタートは, プール競技総則 (飛込スタート) に準じる。

②競技者はスタートの後75m泳ぎ, その後水中に潜って水中のマネキンを引き上げる。

③マネキンを引き上げる際には, マネキンの位置から5mまでのピックアップゾーン内の水面に浮上しなければならない。

④競技者はマネキンを100m地点の折返しの壁まで運び, 壁にタッチしたらマネキンを放す。

⑤競技者は100m地点の折返しの壁をタッチした後, フィンとレスキューチューブを装着し, 50m泳ぐ。

⑥競技者が150m地点の折返しの壁をタッチした後, 直ちにマネキン・ハンドラーはマネキンを放す。その際, マネキン・ハンドラーは競技者やゴールの壁の方向へマネキンを押しはならない。

⑦競技者は150m地点の壁にタッチした後, プールの壁から5mまでのピックアップゾーン内でマネキンの両腕の下にレスキューチューブを付け, マネキンの顔が水面で上を向いた状態でゴールま

でそれを引っ張る。ここで、5m以内でマネキンにレスキューチューブをつけられず失格となったあと、レスキューチューブを正しくつけ直すために再度5m以内に戻ってはいけない。

- ⑧競技者は、マネキンの頭頂部が10mラインを通過する前に、できるだけ速やかにレスキューチューブの紐を十分に伸ばした状態にしなければならない。競技者は、遅延行為なしにできるだけ速やかな動作で、レスキューチューブの紐を十分に伸ばさなければならない。
- ⑨マネキンからレスキューチューブが外れた場合は失格とする。マネキンを引っ張っている間にレスキューチューブがずれて、一方の腕のみで固定されている状態になっても失格にはならない。ただし、最初にレスキューチューブを「正しく」固定し、マネキンの顔が水面で上を向いた状態で維持されていた場合に限る。
- ⑩150m地点で壁にタッチする前にマネキンに触れてはならない。
- ⑪スタート後にフィンを落としてしまった場合は、競技者はフィンを回収するかまたはフィンなしで競技を継続することができる。フィンを回収する場合、マネキンの扱い方に違反していない限り競技を継続することができる。ただし、再レースを行なうことはできない。
- ⑫マネキンの扱いは、プール競技総則（マネキンの扱い方）に準じる。
- ⑬競技者は、レスキューチューブとマネキンが離れていない、およびマネキンの顔が水面で上を向いた状態にあれば、マネキンを引っ張っている途中でも、レスキューチューブを巻き直すことができる。
- ⑭ゴールは、レスキューチューブにマネキンが巻かれた状態で、競技者がはっきりと見えるようにゴールの壁にタッチすること。

(5) 失 格

総則（共通・プール競技総則）の違反に加えて、次のような場合は失格となる。

- ①マネキンを正しくない方法で運んだ（キャリア）場合（DQ19）。
- ②マネキンの顔を下向きで運んだ（キャリアまたはトウ）場合（DQ20）。
- ③マネキンの頭頂部が5mラインを越えた時点で、マネキンを正しい状態で確保していなかった場合（DQ18）。
- ④競技者が折返しの壁にタッチした後、ただちにマネキン・ハンドラーがマネキンを放さなかった場合（DQ27）。
- ⑤マネキン・ハンドラーがマネキンを競技者の方、またはゴールの壁側へ押した場合（DQ28）。
- ⑥マネキン・ハンドラーがマネキンを正しく保持していなかった場合、または競技者が折返しの壁をタッチした後、マネキン・ハンドラーが再度マネキンを触った場合（DQ25）。
- ⑦マネキン・ハンドラーが競技中故意にプールに入った場合、プールに入り他の競技者を妨害した場合または競技の判定を妨害した場合（DQ29）。
- ⑧50m/150m地点で壁にタッチする前にマネキンに触れた場合（DQ26）。
- ⑨折返しの壁およびゴールの壁にタッチする前にマネキンを離した場合（DQ21）
- ⑩レスキューチューブをマネキンに正しくつけなかった場合（マネキンの両腕の下の周りでない場所や、クリップをオーリングにかけていないなど）（DQ31）。
- ⑪マネキンの頭頂部が5mラインを越えるまでに、マネキンの両腕の下に正しくレスキューチューブが固定されていなかった場合（DQ32）。

- ⑫マネキンの頭頂部が10mラインを越えた時点で、レスキューチューブの紐が十分に伸ばされていない場合（DQ34）。
- ⑬マネキンの頭頂部が10mラインを越えた後、レスキューチューブの紐が十分に伸ばされた状態でマネキンを引っ張っていない場合（ただし、マネキンを再度固定するために競技者が停止した場合を除く）（DQ35）。
- ⑭マネキンを引っ張る代わりに押したり抱えたりした場合（DQ33）。
- ⑮レスキューチューブをマネキンに巻きつける際、プールの付属品（レーンロープ、階段、排水管、水中ホッケーの備品等）を補助として用いた場合（DQ24）。
- ⑯レスキューチューブがマネキンに正しく固定された後、外れた場合（DQ36）。
- ⑰レスキューチューブとマネキンが正しい位置にない状態でゴールの壁をタッチした場合（DQ37）。
- ⑱競技者がはっきりと見えるようにゴールの壁にタッチしなかった場合（DQ15）。
- ⑲マネキンを確保して水面に浮上する際、プールの付属品（レーンロープ、階段、排水管、水中ホッケーの備品等）を補助として用いた場合。ただし、プールの底は含まれない（DQ17）。
- ⑳競技者が折返しの壁にタッチする前に、レスキューチューブのクリップをオーリングにかけた場合（DQ30）。

7. 12.5mラインスロー (Line Throw - 12.5m)

(1) 競技人数

2人 (救助者1人 溺者役1人)

(2) 使用器材

スローライン, クロスバー

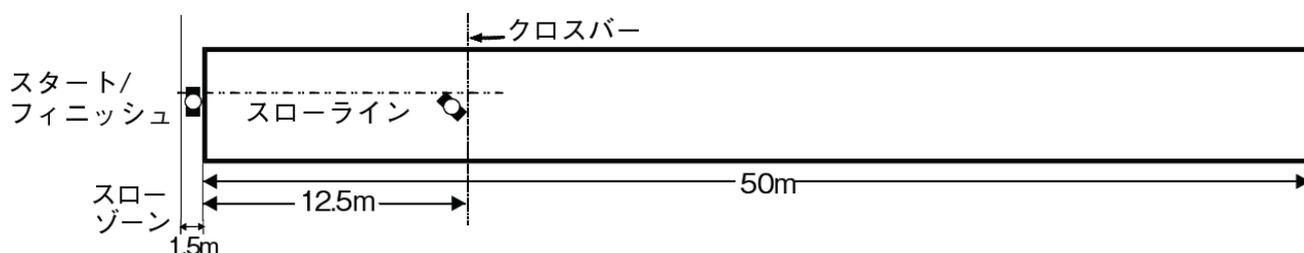
(器材は主催者が準備する)

(3) コース

① クロスバーの位置

硬い (曲がらない) クロスバーを, スタート側のプールの端から12.5m地点の水面に各レーンを横断するように設置する。許容差は各レーンに於いてプラス0.10m, マイナス0.00mである。

② スローゾーンはプールの縁から1.5mまでのプールデッキ上で, 指定されたレーン内とする。もしプールサイドに隆起した部分がある場合, 隆起した部分のデッキ側から1.5mとする。



(4) 競技の方法

① 投げる練習は認められない。

② スターターの1回目のホイッスルで2人の競技者はスローゾーンに入る。救助者役はスローラインの一方の端だけを持つ。溺者役はスローラインを持ってプールに入り, スローラインを伸ばしてクロスバーまで移動する。余ったスローラインはクロスバーの上または下のどちらにあってよい。

③ 2回目のホイッスルで, 競技者は遅れのないようにスタートの位置に着く。

④ スターターの「用意 (Take your marks)」の号令でスタートの姿勢をとる。

⑤ スタートの姿勢

救助者は, 溺者役が正面となるように向かい合ってスローゾーン内に立ち, “気をつけ”の姿勢 (踵と膝の両方, 又は, 踵と膝のいずれかを揃えてつけて, 両腕をまっすぐに伸ばして体側につける) でスローラインの端を片手で持ち静止する。溺者役は, クロスバーの救助者側で水中に位置し, スタート前にクロスバーとスローラインの両方を掴み (片手または両手) 立ち泳ぎする。溺者役はクロスバーから手を放さない限り, クロスバーに沿って手をスライドすることができる。

⑥ スタートの合図で, 救助者はスローラインを回収し, 溺者役に投げ返し溺者役はそれを掴む。そして救助者役は溺者役がプールの壁にタッチするまで引っ張る。溺者役は指定されたレーン内のクロスバーの前または後においてスローラインを掴むことができる。

⑦ 審判が音による競技終了の合図を出すまで, 溺者役は指定されたレーンの水中に, 救助者はスローゾーンに残っていなければならない。審判の合図前に水中から上がろうとしたり, プールの縁

に座ったりした場合は失格となる。

- ⑧溺者役は、スローラインが自分のレーン内（空中を含む）にあり、かつクロスバーから手を離さなくても届く場合のみ、スローラインを掴むことができる。ただし、レーンロープは自分のレーンには含まれない。また、溺者役はスローラインを掴むために、水中に潜ってもよい。溺者役は、スローラインを一方の手で掴む前に、クロスバーから他方の手を離してはならない。
- ⑨溺者役は完全に自分のレーンに留まり、クロスバーから手を離さない限り、足その他の身体の一部を使ってスローラインを両手で掴めるように調整してよい。スローラインに到達しようとしてクロスバーを引っ張っても構わない。
- ⑩プールの壁まで引っ張られている間、溺者役は前を向いた状態で、かつ両手でスローラインを掴んでいなければならない。ただし、安全上の理由により、溺者役が壁にタッチするために一方の手をスローラインから放すことは認められる。また、溺者役が引っ張られている間、スローラインを手繰り寄せてはならない。
- ⑪溺者役はゴーグルを装着することができる。
- ⑫救助者は、どちらか一方の足（全部）をスローゾーン内に位置しなければならない。救助者が溺者役を引っ張っている間または競技終了の合図の前にスローゾーンから出た場合（両足で判断）、失格となる。
- ⑬救助者は、他の競技者を妨害せず、かつどちらか一方の足（全部）がスローゾーン内に位置していれば、救助者の身体のいかなる部分がスローゾーンのラインに触れるか越えても失格とはならない。また、救助者の足がスローゾーンのプールの壁側を越えても失格とはならない。
- ⑭救助者は、他の競技者を妨害せず、かつどちらか一方の足が（全部）スローゾーン内に位置していれば、スローゾーンの外にあるスローラインを回収することができる。
- ⑮救助者が水中に入った場合や落ちた場合は失格となる。
- ⑯救助者は、制限時間の45秒以内に、スローラインを正しく投げ、溺者役をプールの壁まで引っ張ってこなければならない。投げたスローラインが届かなかったり、決められたレーンの外に落ちた場合、救助者は45秒以内であればスローラインを回収し、何回でも投げ返すことができる。制限時間内に終了できなければ「終了しなかった」（DNF=Did Not Finish）となる。

(5) 失 格

総則（共通・プール競技総則）の違反に加えて、次のような場合は失格となる。

- ①溺者役の手がスローラインを掴む前に、クロスバーから離れた場合（DQ51）。
- ②溺者役が自分のレーンの外にあるスローラインを掴んだ場合（DQ54）。
- ③溺者役がゴールの壁まで引っ張られている間、前を向いていなかった場合（DQ55）。
- ④溺者役がゴールの壁まで引っ張られている間、両手でスローラインを掴んでいない場合（壁にタッチするために一方の手をスローラインから放すことは認められる）（DQ56）。
- ⑤溺者役が引っ張られている間、スローラインを手繰り寄せた場合（DQ57）。
- ⑥救助者がスタートの合図から競技終了の合図の間に、スローゾーンから出た場合（両足で判断）（DQ52）。
- ⑦溺者役が45秒の競技終了の合図の前に、水中から出た場合（DQ53）。

⑧救助者が投げる練習をした場合（DQ58）。

⑨競技者がはっきりと見えるようにゴールの壁をタッチしなかった場合（DQ15）。

8. 4 × 25m マネキンリレー (Manikin Relay - 4×25m)

(1) 競技人数

4人

(2) 使用器材

マネキン (水を一杯に入れたマネキン, 主催者が準備する)

(3) コース

スタートとチェンジオーバーゾーンは、次のようにそれぞれ2つの目印(旗など)を置いて示される(スタートゾーンはスタートの壁から5m, チェンジオーバーゾーンはスタートの壁から23mと27mの間および折返しの壁から5m)。



(4) 競技の方法

- ①スタートは、プール競技総則(水中スタート)に準じる。
- ②第1競技者は、一方の手で水面にマネキンを保持し、もう一方の手でプールの端壁またはスターティンググリップを掴み、水中からスタートする。スタートの合図で、競技者はマネキンを運び、23m地点から27m地点のチェンジオーバーゾーン内で第2競技者に手渡す。
- ③第2競技者はマネキンを運び、折返しの壁にタッチし、第3競技者にマネキンを手渡す。
- ④第2競技者から第3競技者へマネキンを引き継ぐ際、第3競技者は少なくとも一方の手で壁に触れるか、またはスターティンググリップを掴んで待機する。第3競技者は第2競技者が折返しの壁にタッチした後でなければマネキンに触れることができない。
- ⑤第3競技者はマネキンを運び、73m地点から77m地点のチェンジオーバーゾーン内で第4競技者にマネキンを手渡す。
- ⑥第4競技者はマネキンを運び、競技者の身体のいずれかの部分でゴールの壁をタッチすることで競技終了となる。
- ⑦競技者は各自の担当区間が終了した後、各自のレーンのチェンジオーバーゾーンに戻り、競技終了の合図があるまでチェンジオーバーゾーンに留まっていなければならない。さらに、第1競技者と第3競技者はマネキンの引き継ぎに関係しない場合には水面にとどまっていなければならない。
- ⑧マネキンの扱いは、プール競技総則(マネキンの扱い方)に準じる。
- ⑨マネキンの手渡しに参加できるのは、マネキンを運んでいる競技者と、マネキンを受け取る競技者のみである。マネキンを運んでいる競技者は、マネキンの頭頂部がチェンジオーバーゾーン内にある限り、マネキンを受け取る競技者を補助してもよい。
- ⑩競技者は、次の競技者がマネキンを掴むまで、マネキンから手を放してはならない(各競技者は、一方の手がいつもマネキンに触れていなければならない)。

- ⑪競技者は、チェンジオーバーゾーン内でプールの底を蹴ってもよい。
- ⑫スタートゾーンおよびチェンジオーバーゾーン内では「マネキンを運ぶ（キャリア）場合」の規則は適用されない。スタートゾーンおよびチェンジオーバーゾーン内とは、マネキンの頭頂部がゾーンに入ってからゾーンを越える前までとする。

注意：リレー最後のフィニッシュ付近では「マネキンを運ぶ（キャリア）場合」の規則が適用される。

(5) 失 格

総則（共通・プール競技総則）の違反に加えて、次のような場合は失格となる。

- ①マネキンを正しくない方法で運んだ（キャリア）場合（DQ19）。
- ②マネキンの顔を下向きで運んだ（キャリアまたはトウ）場合（DQ20）。
- ③マネキンが指定されたチェンジオーバーゾーンの外で受け渡された場合（DQ42）。
- ④第2競技者が折返しの壁にタッチする前に第3競技者がマネキンを受けとった場合（DQ42）。
- ⑤前の競技者が壁にタッチする前に次の競技者がスタートした場合（DQ41）。
- ⑥マネキンを運んでいる競技者と次にマネキンを受け取る競技者以外の競技者が、チェンジオーバーのために助力を与えた場合（DQ39）。
- ⑦次の競技者がマネキンを掴む前に、競技者がマネキンを放した場合（一方の手がいつもマネキンに触れていなければならない）（DQ43）。
- ⑧マネキンを確保して水面に浮上する際、プールの付属品（レーンロープ、階段、排水管、水中ホッケーの備品等）を補助として用いた場合。ただし、プールの底は含まれない（DQ17）。
- ⑨折返しの壁または、ゴールの壁にタッチする前にマネキンを放した場合（DQ38）。
- ⑩競技者がはっきりと見えるようにゴールの壁にタッチしなかった場合（DQ15）。
- ⑪1人の競技者が、2つまたはそれ以上の区間に出場した場合（DQ40）。

9. 4 × 50m障害物リレー (Obstacle Relay - 4×50m)

(1) 競技人数

4人

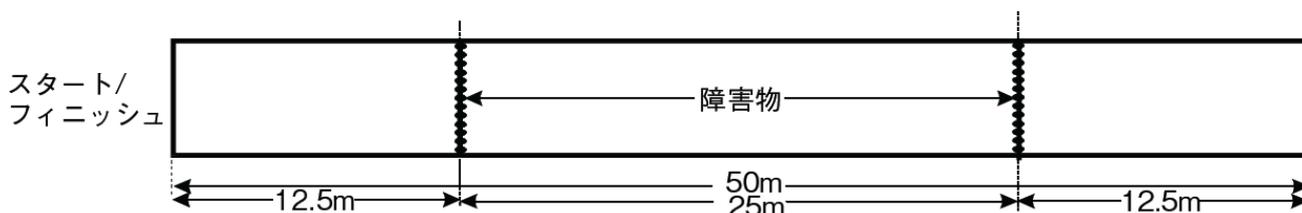
(2) 使用器材

障害物 (主催者が準備する)

(3) コース

用具の位置

障害物は全レーンにまたがってまっすぐな線を描くようにレーンロープと垂直に固定する。最初の障害物はスタートの壁から12.5m地点に設置し、2番目の障害物は逆のサイドから12.5m地点に設置する。2つの障害物の距離は25mとする。



(4) 競技の方法

- ①スタートは、プール競技総則（飛込スタート）に準じる。
- ②第1競技者は、スタートの合図の後、水中の障害物を2回潜りながら50m泳ぐ。
- ③第2競技者から第4競技者まで第1競技者と同じ手順で競技を行なう。
- ④ゴールは第4競技者がはっきりと見えるようにゴールの壁にタッチする。
- ⑤飛込後、競技者は最初の障害物の前までに、および各障害物の下を潜った後水面に浮上しなければならない。「水面に浮上する」とは競技者の頭が水面に浮上することを意味する。
- ⑥競技者は各障害物の下から水面に浮上する際、プールの底を蹴っても押してもよい。
- ⑦障害物にぶつかっても失格にはならない。
- ⑧第1、第2、第3競技者は、それぞれの区間が終了したら、他の競技者を妨害することなく、直ちに指定されたレーンから退水しなければならない。退水後は、再度プールに入ってはならない。

(5) 失 格

総則（共通・プール競技総則）の違反に加えて、次のような場合は失格となる。

- ①飛び込んだ後または折返した後、障害物の下を潜る前に浮上しなかった場合（DQ12）。
- ②障害物の上を通過し、ただちに障害物の上または下を戻り、その後下を潜り直さなかった場合（DQ11）。
- ③それぞれの障害物を潜った後に浮上しなかった場合（DQ13）。
- ④前の競技者が壁にタッチする前に次の競技者がスタートした場合（DQ41）。
- ⑤競技者がはっきりと見えるようにゴールの壁にタッチしなかった場合（DQ15）。
- ⑥1人の競技者が、2つまたはそれ以上の区間に出場した場合（DQ40）。
- ⑦競技者が、自分の区間を終了した後に再度プールに入った場合（DQ50）。

10. 4 × 50mメドレーリレー (Medley Relay - 4×50m)

(1) 競技人数

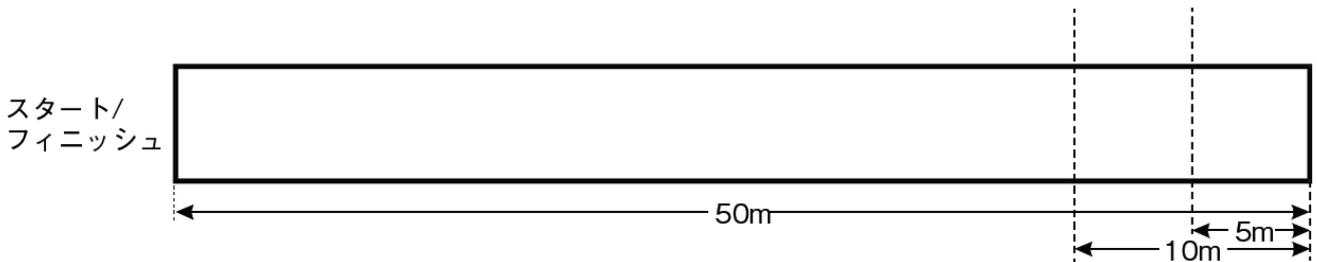
4人

(2) 使用器材

レスキューチューブ、フィン

(レスキューチューブは主催者が準備する)

(3) コース



(4) 競技の方法

- ①スタートは、プール競技総則（飛込スタート）に準じる。
- ②第1競技者は、スタートの合図の後、フィンをつけずに50m泳ぎ壁にタッチする。
- ③第2競技者はフィンをつけてスタート台からスタートし、50m泳ぎ壁にタッチする。第1競技者と第2競技者は自分のリレー区間を終えたら他の競技者を妨害することなくプールから上がらなければならない。また、上がった後、再度プールに入ってはならない。
- ④第3競技者（溺者役）はフィンなしでレスキューチューブをつけてスタート台からスタートし、レスキューチューブを引いて50m泳ぎ壁にタッチする。レスキューチューブを付けてスタートする場合、レスキューチューブの本体と紐は、競技者の判断で指定されたレーン内に位置させる。ただし、競技者は、レスキューチューブを付けたスタートが安全にできるようにしなければならない。第3競技者がレスキューチューブをつけてスタートするとき、レスキューチューブのクリップはオーリングにかけてはならない。
- ⑤第4競技者はフィンをつけ、少なくとも一方の手で壁に触れるか、またはスターティンググリップを掴んで水中で待機し、第3競技者（溺者役）が壁にタッチした後、レスキューチューブの肩掛けの部分を受け取る。第4競技者は、手、腕、足で壁を蹴っても押してもよい。
- ⑥第4競技者は、レスキューチューブをつけ第3競技者（溺者役）を引っぱって50m泳ぎ、はっきりと見えるようにゴールの壁にタッチする。
- ⑦第3競技者から第4競技者へ引き継ぐ際、第3競技者（溺者役）は、5mラインを越える前にレスキューチューブに触れていなければならない。10mラインを通過する前に、できるだけ速やかにレスキューチューブの紐を十分に伸ばした状態にしなければならない。その後、第3競技者は溺者役となりレスキューチューブを両手で掴んで50m引っ張られる。5mライン又は10mラインを越えたかどうかは第3競技者の頭頂部で判断する。
- ⑧第3競技者（溺者役）は、引っぱられている間、足でキックすることは許されるが、それ以外は救助者に協力してはならない。レスキューチューブの紐が第3競技者（溺者役）のキック力が原因で十分に伸びていない場合、チームは失格とならない。

- ⑨第3競技者（溺者役）は、レスキューチューブの本体を掴まなければならない（紐やクリップの部分を掴んではならない）。第3競技者は引っ張られている間、両手でレスキューチューブに掴まなければならないが、チューブ上で手の位置を変えても失格とはならない。
- ⑩スタート後にフィンを落としてしまった場合は、競技者はフィンを回収するか、またはフィンなしで競技を続けることができる。ただし、再レースを行なうことはできない。

(5) 失 格

総則（共通・プール競技総則）の違反に加えて、次のような場合は失格となる。

- ①第3競技者が折返しの壁にタッチする前に第4競技者がレスキューチューブ（肩掛け部分、紐、その他全ての部分を含む）を触った場合（DQ44）。
- ②競技者がレスキューチューブのクリップをオーリングにかけた場合（DQ45）。
- ③第3競技者が腕を動かして協力したり、またはレスキューチューブを両手で掴んでいない場合（DQ47）。
- ④第3競技者が5mラインを越えた後、レスキューチューブの本体を掴まずに紐やクリップを掴んでいる場合（DQ46）。
- ⑤5mラインを越えた後に、第3競技者がレスキューチューブを放してしまった場合（DQ48）。
- ⑥第4競技者が10mラインを越えた後、レスキューチューブの紐が十分に伸ばされた状態で第3競技者を引っ張っていなかった場合（DQ49）。
- ⑦競技者が、はっきりと見えるようにゴールの壁にタッチしなかった場合（DQ15）。
- ⑧1人の競技者が、2つまたはそれ以上の区間に出場した場合（DQ40）。
- ⑨競技者が、自分の区間を終了した後に再度プールに入った場合（DQ50）。
- ⑩前の競技者が壁にタッチする前に次の競技者がスタートした場合（DQ41）。

プール競技失格コード表

コード No.	失格内容	競技種目
1	総則および種目別の競技規則に違反した場合。	全競技種目
2	チーム、競技者およびハンドラーが、不正行為をした場合。 不正行為とは、下記のような場合等をいう。 ①ドーピングまたは、ドーピングに関連した行為を行なった場合 ②他の競技者になりすました場合 ③競技順や位置決め投票／抽選で不正を試みた場合 ④同じ個人種目に2度出場した場合 ⑤他のクラブの競技者として同じ種目に2度出場した場合 ⑥自分が優位になるために故意に他の競技者を妨害した場合 ⑦他の競技者またはハンドラーを押ししたり、進路を妨害した場合 ⑧競技者が外部から身体的または物質的な助力を受けた場合（口頭またはその他の指示を除く）	全競技種目
3	招集場所での出場確認に遅れた競技者は、競技をスタートすることができない。	全競技種目
4	競技開始時刻に競技者がいなかった場合（A, B 決勝を除く）	全競技種目
5	会場施設・宿泊施設、その他の競技会関連施設を故意に損壊した場合。	全競技種目
6	競技役員を侮辱（暴言・暴力）した場合。	全競技種目
7	プールの底を蹴りやすくするために、競技者の手や足またはマネキンやレスキューチューブに粘着性のある物（液体・固形・煙霧質）を塗布した場合。	プール競技
8	競技者は競技中プールの底に立ったり、歩いたり、蹴ったりしてはならない（ただし 200m 障害物スイム、4×50m 障害物リレー、4×25m マネキンリレー、およびマネキンを引き上げる場合を除く）。	プール競技
9	競技者はレース終了後、審判員による退水の合図があるまで指定されたレーン内の水中にいなかった場合。	全競技種目
10	競技者はスタートの合図の前に、前方へのスタート動作を起こした場合。	全競技種目
11	障害物の上を通過し、ただちに障害物の上または下を戻り、その後下を潜り直さなかった場合。	障害物スイム 4×50m 障害物リレー

コード No.	失格内容	競技種目
12	飛び込んだ後または折返した後、障害物の下を潜る前に浮上しなかった場合。	障害物スイム 4×50m 障害物リレー
13	それぞれの障害物を潜った後に浮上しなかった場合。	障害物スイム 4×50m 障害物リレー
14	折返しの際、壁にタッチをしなかった場合。	障害物スイム
15	競技者がはっきりと見えるようにゴールの壁にタッチしなかった場合。	全競技種目
16	マネキンを確認する前に水面に浮上しなかった場合。	50m マネキンキャリー
17	マネキンを確認して水面に浮上する際、プールの付属品（レーンロープ、階段、排水管、水中ホッケーの備品等）を補助として用いた場合。ただし、プールの底は含まれない。	50m マネキンキャリー 100m レスキューメドレー 100m マネキンキャリー・ウィズフィン 200m スーパーライフセーバー 4×25m マネキンリレー
18	マネキンの頭頂部が5m ラインを越えた時点で、マネキンを正しい状態で確保していなかった場合。	50m マネキンキャリー 100m レスキューメドレー 200m スーパーライフセーバー
19	マネキンを正しくない方法で運んだ（キャリー）場合。	50m マネキンキャリー 100m レスキューメドレー 100m マネキンキャリー・ウィズフィン 4×25m マネキンリレー 200m スーパーライフセーバー
20	マネキンの顔を下向きで運んだ（キャリーまたはトウ）場合。	50m マネキンキャリー 100m レスキューメドレー 100m マネキンキャリー・ウィズフィン 100m マネキントウ・ウィズフィン 4×25m マネキンリレー 200m スーパーライフセーバー

コード No.	失格内容	競技種目
21	折返しの壁またはゴールの壁にタッチする前にマネキンを離した場合。	50m マネキンキャリー 100m レスキューメドレー 100m マネキンキャリー・ウィズフィン 200m スーパーライフセーバー
22	折返し後マネキンを引き上げる前に浮上した場合。	100m レスキューメドレー
23	マネキンの頭頂部が 10m ラインを通過する前に、正しい状態でマネキンを確保していない場合。	100m マネキンキャリー・ウィズフィン
24	レスキューチューブをマネキンに巻きつける際、プールの付属品（レーンロープ、階段、排水管、水中ホッケーの備品等）を補助として用いた場合。	100m マネキントウ・ウィズフィン 200m スーパーライフセーバー
25	マネキン・ハンドラーがマネキンを正しく保持していなかった場合、または競技者が折返しの壁をタッチした後、マネキン・ハンドラーが再度マネキンを触った場合。	100m マネキントウ・ウィズフィン 200m スーパーライフセーバー
26	50m/150m 地点で壁にタッチする前にマネキンに触れた場合。	100m マネキントウ・ウィズフィン 200m スーパーライフセーバー
27	競技者が折返しの壁にタッチした後、マネキン・ハンドラーがただちにマネキンを離さなかった場合。	100m マネキントウ・ウィズフィン 200m スーパーライフセーバー
28	マネキン・ハンドラーが、マネキンを競技者の方、またはゴールの壁側へ押した場合。	100m マネキントウ・ウィズフィン 200m スーパーライフセーバー
29	マネキン・ハンドラーが競技中故意にプールに入った場合、プールに入り他の競技者を妨害した場合または競技の判定を妨害した場合。	100m マネキントウ・ウィズフィン 200m スーパーライフセーバー

コード No.	失格内容	競技種目
30	競技者が折返しの壁にタッチする前に、レスキューチューブのクリップをオーリングにかけた場合。	100m マネキントウ・ウィズフィン 200m スーパーライフセーバー
31	レスキューチューブをマネキンに正しくつけない場合（マネキンの両腕の下の周りでない場所や、クリップをオーリングにかけていないなど）。	100m マネキントウ・ウィズフィン 200m スーパーライフセーバー
32	マネキンの頭頂部が5m ラインを越えるまでに、マネキンの両腕の下に正しくレスキューチューブが固定されていない場合。	100m マネキントウ・ウィズフィン 200m スーパーライフセーバー
33	マネキンを引っ張る代わりに押したり、抱えたりした場合。	100m マネキントウ・ウィズフィン 200m スーパーライフセーバー
34	マネキンの頭頂部が10m ラインを越えた時点で、レスキューチューブの紐が十分伸ばされていない場合。	100m マネキントウ・ウィズフィン 200m スーパーライフセーバー
35	マネキンの頭頂部が10m ラインを越えた後、レスキューチューブの紐が十分に伸ばされた状態でマネキンを引っ張っていない場合（ただし、マネキンを再度固定するために競技者が停止した場合を除く）。	100m マネキントウ・ウィズフィン 200m スーパーライフセーバー
36	レスキューチューブがマネキンに正しく固定された後、外れた場合。	100m マネキントウ・ウィズフィン 200m スーパーライフセーバー
37	レスキューチューブとマネキンが正しい位置にない状態でゴールの壁をタッチした場合。	100m マネキントウ・ウィズフィン 200m スーパーライフセーバー
38	折返しの壁およびゴールの壁にタッチする前にマネキンを離した場合。（この DQ コードは使用しない）	4×25m マネキンリレー
39	マネキンを運んでいる競技者と次にマネキンを受け取る競技者以外の競技者が、チェンジオーバーのために助力を与えた場合。	4×25m マネキンリレー

コード No.	失格内容	競技種目
40	1人の競技者が、2つまたはそれ以上の区間に出場した場合。	4×50m 障害物リレー 4×25m マネキンリレー 4×50m メドレーリレー
41	前の競技者が壁にタッチする前に次の競技者がスタートした場合。	4×50m 障害物リレー 4×25m マネキンリレー 4×50m メドレーリレー
42	マネキンの受け渡し方について。 ①マネキンが指定されたチェンジオーバーゾーンの外で受け渡された場合 ②第2競技者が折返しの壁にタッチする前に第3競技者がマネキンを受けとった場合	4×25m マネキンリレー
43	次の競技者がマネキンを掴む前に、競技者がマネキンを離れた場合（一方の手がいつもマネキンに触れてなければならない）。	4×25m マネキンリレー
44	第3競技者が折返しの壁にタッチする前に第4競技者がレスキューチューブ（肩掛け部分、紐、その他全ての部分を含む）を触った場合。	4×50m メドレーリレー
45	競技者がレスキューチューブのクリップをオーリングにかけた場合。	4×50m メドレーリレー
46	第3競技者が5mラインを越えた後、レスキューチューブの本体を掴まずに紐やクリップを掴んでいる場合。	4×50m メドレーリレー
47	第3競技者が腕を動かして協力したり、またはレスキューチューブを両手で掴んでいない場合。	4×50m メドレーリレー
48	5mラインを越えた後に、第3競技者がレスキューチューブを離してしまった場合。	4×50m メドレーリレー
49	第4競技者が10mラインを越えた後、レスキューチューブの紐が十分に伸ばされた状態で第3競技者を引っ張っていなかった場合。	4×50m メドレーリレー
50	競技者が、自分の区間を終了した後に再度プールに入った場合。	4×50m 障害物リレー 4×50m メドレーリレー
51	溺者役の手がスローラインを掴む前に、クロスバーから離れた場合。	ラインスロー
52	救助者がスタートの合図から競技終了の合図の間に、スローゾーンから出た場合（両足で判断）。	ラインスロー
53	溺者役が45秒の競技終了の合図の前に、水中から出た場合。	ラインスロー

コード No.	失格内容	競技種目
54	溺者役が自分のレーンの外にあるスローラインを掴んだ場合。	ラインスロー
55	溺者役がゴールの壁まで引っ張られている間、前を向いていなかった場合。	ラインスロー
56	溺者役がゴールの壁まで引っ張られている間、両手でスローラインを掴んでいない場合（壁にタッチするために一方の手をスローラインから離すことは認められる）。	ラインスロー
57	溺者役が引っ張られている間、スローラインを手繰り寄せた場合。	ラインスロー
58	救助者が投げる練習をした場合。	ラインスロー
注：45 秒の音による競技終了合図までに溺者役をゴールの壁まで引っ張れなかった場合は、「終了しなかった」（DNF=Did Not Finish）となる。失格（DQ）ではない。		ラインスロー