

鹿児島県障害者自立交流センター水泳大会 《 競 技 規 則 》

基本的には全国障害者スポーツ大会競技規則に準じ、大会役員の申し合わせによる。

ルール

1 出発(スタート)

自由形、平泳ぎ、バタフライのスタートは、台上、台の横からの飛び込み、または水中スタートを選択できる。

2 自由形

(1) 泳法は自由である。

(2) スタートは審判長の笛でスタート台上か、台下又はプールに入水してスタートする。台上、台下の時は前縁に足先をしっかりとける。プールに入水する場合はプールサイドに片足か両手をかけ、かまえる。

出発合図員の「take your marks」の号令でスタートの姿勢をとり、ピストルの音、光でスタートする。

(3) 折り返し及びゴールタッチでは、泳者の身体の一部が壁にふれなければならない。

3 平泳ぎ

(1) スタートは自由形のスタートと同じとする。スタート及び折り返し時に潜水している間の1かき1けりは水面下であってもよい。

(2) 頭部は1かき1けりの動作中に水面上に完全に出さなければならない。

(3) 顔を伏せて両肩を水面と一直線にして泳ぐ。

(4) 両手は水面下、水面上又は水上を腕から揃えて前方へ押し出し、後方へかく。

(5) 脚のけりでは足を同時に外側後方に動かす。ドルフィンキック、バタフライキックは禁止する。

(6) 折り返し及びゴールタッチは、水面上、水面下どちらでもよいが、両手が同時にかつ離れた状態で行わなければならない。タッチ直前は足の蹴りに続かない腕のかきだけになってもよい。

4 バタフライ

(1) スタートは自由形のスタートと同じとする。

(2) 両肩を水面と平行にして泳がなくてはならない。

(3) 両腕は水面の上を一緒に前方に運び、同時にかつ、均等に後方にかく。

(4) 両脚、両足は同じ高さになる必要はないが、交互に動かしてはならない。

(5) 両脚、両足の動きは、常に同時に行われ、垂直の上下運動は許される。

(6) 折り返し及びゴールタッチは、水面上、水面下どちらでもよいが、両手が同時にかつ離れた状態で行わなければならない。

5 背泳ぎ

(1) 水中よりスタートする。

(2) 競泳者は仰向きの姿勢で身体を押し出して泳ぎ始め、レース中は常に、折り返しの動作を除き仰向きの姿勢で泳ぎ続けなければならない。

(3) ターンのために垂直に回転してもよいが、壁から足が離れる前に仰向きの姿勢にもどらなければならない。

(4) 泳者は、自レーンの壁に触れた時、ゴールになる。その時、仰向きの姿勢を崩してはならない。

6 その他

(1) 障害区分23は、光を通さないゴーグルを装着する。