

ゆっくり楽しく

# 50本チャレンジ！練習会

主催：千葉チャレンジカップ実行委員会  
 主管：千葉チャレンジカップ実行委員会  
 協力：一礼会  
 開催日：2020年8月2日(日)  
 受付開始時間：サークル・時間帯ごとバラバラです  
 受付集合場所：1階南口入場口(会議室奥)  
 会場：千葉県国際総合水泳場(長水路50m x 10レーン)  
 千葉県習志野市茜浜2-3-3  
 JR京葉線・新習志野駅南口 徒歩1分



実行委員長  
【チバチャレ君】

## 1. 参加資格

- 1) 感染拡大の防止策として様々なお願いに協力していただける方  
千葉県国際総合水泳場でのイベント開催におけるガイドラインを元に、「50本チャレンジ！参加チェックシート」を作成しています。このチェックシートをご自身で印刷し、記入して当日お持ちいただける方。 \*最終ページにチェックシートがあります
- 2) 健康で定期的(週3回以上)に競泳の練習を行っている方。  
⇒緊急事態宣言解除後にしっかり泳げている方
- 3) 1度の練習で3000m以上を泳いだことがある方。  
⇒(2コマ連続希望の方は5000m以上)
- 4) 小学生の参加は4年生以上とし、保護者の付き添いを条件とします。
- 5) 本練習会は、参加選手が安全管理・健康管理を本人の責任において行うことを承諾した上でのお申込みとします。18歳未満の方は保護者の同意が必要です。
- 6) メインプール水深(2.0m)・飛込みプール水深(5.0m)に問題がない方。  
(メインプール両側に赤台を2台縦に積みます)
- 7) 公式ブログに掲載する2次要項(7月30日頃発表予定)をご自身で確認出来る方。  
⇒2次要項を郵送することはありません。

## 2. サークルタイム

お申込み番号	距離	x	本数	総距離	サークル
①	50 m	x	50 本	2500 m	1分00秒 サークル
②	50 m	x	50 本	2500 m	1分10秒 サークル
③	50 m	x	50 本	2500 m	1分15秒 サークル
④	25 m	x	60 本	1500 m	0分45秒 サークル

※総距離を全て連続で泳ぐわけではありません(12本ごとに1分の休憩)

※モノフィン専用の時間帯は休憩時間はバラバラです

### 3-1. 時間帯 (①・・・1分00秒サークル 53分)

	集合時間	スタート	～	終了	鍵の返却	備考
A	8:25	8:50	～	9:55	10:30 まで	*モノフィン専用62分
B	9:30	10:00	～	10:54	11:30 まで	
C	10:30	11:00	～	11:54	12:30 まで	
D	11:30	12:00	～	12:54	13:30 まで	
E	12:30	13:00	～	13:54	14:30 まで	
F	12:30	14:00	～	14:54	15:30 まで	*役員専用時間帯

### 3-2. 時間帯 (②・・・1分10秒サークル 62分)

	集合時間	スタート	～	終了	鍵の返却	備考
A	8:20	8:49	～	10:00	10:35 まで	*モノフィン専用71分
B	9:40	10:10	～	11:12	11:55 まで	
C	10:50	11:20	～	12:22	12:55 まで	
D	12:00	12:30	～	13:32	14:05 まで	
E	13:10	13:40	～	14:42	15:40 まで	*役員専用時間帯

### 3-3. 時間帯 (③・・・1分15秒サークル 66分)

	集合時間	スタート	～	終了	鍵の返却	備考
A	8:15	8:45	～	10:00	10:35 まで	*モノフィン専用75分
B	9:35	10:05	～	11:11	11:45 まで	
C	10:50	11:20	～	12:26	13:00 まで	
D	12:05	12:35	～	13:41	14:15 まで	
E	13:15	13:47	～	14:53	15:40 まで	*役員専用時間帯

### 3-4. 時間帯 (④・・・0分45秒サークル 60本 49分)

	集合時間	スタート	～	終了	鍵の返却	備考
A	A・Bの時間帯はありません					
B						
C	11:10	11:40	～	12:29	13:05 まで	
D	12:10	12:40	～	13:29	14:05 まで	
E	13:10	13:40	～	14:29	15:05 まで	*役員専用時間帯

\* 2コマ連続をご希望の方は早めにお申込みください。  
前後に空きがない場合は、1コマとさせていただきます。

## 4. レーン定員人数

- 1) 1レーン片側3名以下とします。代表者がチームでエントリー。  
密にならないように1レーン3名(片側)となります。
- 2) 各サークルタイムのお申込み状況により、それぞれのレーン数を決定します。  
時間帯は4～6つに分けています。お申込み先着順となります。  
お申込み後に千葉チャレ公式ブログ【<http://blog.chibachalle.com>】でご確認ください。

## 5. 練習会ルール

- 1) 本練習会参加中は、他の方に迷惑を掛けないように泳いでください。
- 2) 泳ぐ順番はお任せしますのでチーム（3名）で決めてください。
- 3) 水着の規定はありません。ただし締めつけのきつい水着の長時間着用は健康を害する恐れがありますので不可。
- 4) ハード（かたい）パドル・シュノーケルなどの使用は禁止。  
\*モノフィン専用時間帯はシュノーケルの使用OK
- 5) ビーフィンほどの時間帯も可。モノフィンは最初の時間帯だけです。
- 6) 追い越しは禁止。順番の交代をする場合は12本ごとにある休憩中にお願ひします。  
モノフィン専用は10本ずつ休憩です。
- 7) プールサイドに水分補給が出来るように飲み物（ペットボトル）をお持ちください。  
⇒缶・ビンの持ち込みは不可。ゼリー飲料（キャップ付き）は可。

### 6-1. 練習会当日のタイムスケジュール（例：1分15秒ー時間帯A）

8 : 15	*チームのメンバーが揃いましたら1階南口役員入場口から入場 ⇒ 会議室内で受付 ⇒ ロッカー鍵受取り ⇒ プールサイドを通り更衣室へ ⇒ 着替え（1階更衣室） ⇒ プールサイドで各自体操（入水禁止） *体操中はマスクの着用
	体操後 ⇒ シャワー（道具もシャワー） ⇒ 50本!
8 : 45	50mを50本スタート モノフィンの場合（4本+10本+10本+10本+10本+6本） 通常の場合（12本+12本+12本+14本） 休憩は基本1分です *6-2・6-3参照
10 : 00	終了 メインプールから退水 2コマ申込みの方は休憩
10 : 00 ~	飛込プールでDOWN（希望者のみ10分間） 着替え（1階更衣室）
10 : 30	会議室内で鍵の返却

### 6-2. 50本のタイムスケジュール（例：1分15秒ー時間帯A）

#### モノフィン専用時間帯

8 : 45	4本	アップ	あくまで例です 休憩時間を使って フィンの履き替えなど お願いします	
8 : 50		1分休憩		
8 : 51	10本	ビーフィン		
9 : 03 . 30		1分30秒休憩		
9 : 05	10本	ビーフィン		
9 : 17 . 30		4分30秒休憩		モノフィンへ履き替えOK
9 : 22	10本	モノフィン		
9 : 34 . 30		4分30秒休憩		
9 : 39	10本	モノフィン		
9 : 51 . 30		1分30秒休憩		モノフィン外し
9 : 53	6本	ダウン		
10 : 00 . 30		終了		

### 6-3. 50本のタイムスケジュール（例：1分15秒—時間帯B）

10:05	12本	内容自由
10:20		1分休憩
10:21	12本	内容自由
10:36		1分休憩
10:37	12本	内容自由
10:52		1分休憩
10:53	14本	内容自由
11:10.30		終了

## 7. お申込み期間

第1弾 2020年7月13日（月）8時00分 ～ 7月20日（月）19時59分

空き状況次第で第2弾を行います（行わない場合もあります）

第2弾 2020年7月22日（水）8時00分 ～ 終了日未定

## 8. お申込み方法

1) 「50本チャレンジ！」のお申込みフォームから代表者がお申込みください

お申込みフォームは千葉チャレ公式ブログ【<http://blog.chibachalle.com>】にあります。必須項目を全て打ち込み送信してください。

自動返信は以下のアドレス（パソコン）「489@chibachalle.com」から送られます。送信前に御自身のパソコンの受信設定をご確認ください。

打ち込んでいただきましたメールアドレスに自動返信が届きます。

もし届かない場合は「489@chibachalle.com」へメールでご連絡ください。

1. 代表者のお名前（フリガナ）
2. 代表者の連絡先（本人電話番号、当日連絡がつく緊急連絡先など）
3. メールアドレス
4. 希望のサークルタイム
5. 第1希望の時間帯
6. 第2希望の時間帯
7. 2人目のお名前（いない場合は「2人目なし」と記入）
8. 3人目のお名前（いない場合は「3人目なし」と記入）
9. メッセージ



50本チャレンジ  
お申込みフォーム

今回急遽開催の為、メールや郵送でのお申込みは受付出来ません。  
スピーディーに準備を進めさせていただきます。

- 2) 2次要項発表前までに、お申込み状況を千葉チャレ公式ブログに掲載させていただく予定です。（大会のスタートリストのイメージです）
- 3) お申込み後のサークルタイムの変更、時間帯の変更、キャンセルなどは一切お受け出来ませんのでご注意ください。お申込み時点でご予約となります。当日イベントに参加をしない場合も後日参加費をお振込みいただきます。

## 9. 参加費（税込み）

50本チャレンジ！ 1つの時間帯1レーン…7,200円（3人の場合 1人2,400円）

\*万が一「中止」の場合 1レーン…2,400円（3人の場合 1人 800円）

\*レーンごとのお支払いとなります。

\*参加費の振込みはイベント後とさせていただきます。

お申込み＝レーン予約となります。自己都合でのキャンセル（体調不良を含む）や主催者側が体調不良と判断し参加をお断りした場合でも、参加費7,200円はお支払いいただきます。お支払いの約束をお願いします。

\*万が一、悪天候や災害など、予測できない状況にてやむを得ず練習会が中止になった場合、事前準備代として1レーン2,400円（1人800円）を徴収させていただきます。

\*イベント当日に現金のやり取りは出来ません。イベント後の振込みをお願いします。

## 10. 振込先（イベント後の後払いです）

ご予約していただくみなさまを信頼し後払いとさせていただきます

三菱UFJ銀行	行徳（ギョウトク）支店	（店番285）
普通預金	0782613	千葉チャレンジカップ
	代表	小森 康弘

○ 振込手数料は、参加者様の負担とさせていただきます

○ 振込人名入力の際に、「代表者のお名前」を入力してください

⇒（例）千葉康弘さん・千葉太郎さん・市川次郎さんがチームで参加の場合  
… 振込人名は代表者の「チバヤスヒロ」としてください

## 11. 振込み期間（イベント後の後払いです）

2020年8月3日（月）～8月11日（火）

\*万が一、新型コロナウイルスの感染が拡大してしまい、水泳場が使用できない場合も踏まえ今回は後払いとさせていただきます。

（前回の大会での返金作業が大変だったため、イベント前の振込みは行わないでください。返金は一切出来ません。）

## 12. 個人情報

本練習会に参加いただく際に円滑な事務作業を推進するために個人情報をご提出頂きます。お預かりした情報は適正かつ慎重に管理し、紛失・漏洩がないよう努め、練習会運営に関する業務のみに利用します。

練習会当日の運営を円滑に行うために、お申込みのチーム名・代表者のお名前は、ブログ等に掲載させていただきます。あらかじめご了承ください。

## 13. 参加賞

今回参加賞はありません。

## 14. 肖像権

肖像利用について練習会の結果報告を目的として、広報班が参加のみなさまをカメラ・ビデオ等により写真および映像の形式で撮影を行います。撮影した肖像（全部および一部の肖像、音声等）につきましては、無償で以下の目的に利用します。

- 1) 千葉チャレンジカップブログ、ホームページ、フェイスブック等への掲載
- 2) 練習会の結果報告および今後の活動の案内

## 15. 貴重品について

必要のない貴重品はお持ちにならないようにお願いします。

会場内での盗難、紛失等の責任は一切負わないのでご注意ください。

ロッカー鍵紛失または未返却の場合、鍵交換料5,000円を徴収します。

## 16. 備考

この要項は予告なく変更する場合がありますのでその際はご了承ください。

※質問等につきましては、下記の実行委員会事務局までメールにてご連絡をください。

**◎別紙のチェックシートも必ずご確認ください**

### 千葉チャレンジカップ実行委員会事務局

〒272-0137 千葉県市川市福栄1-12-6 メゾン・ソフィア101号

スイムー礼株式会社 第1回50本チャレンジ！練習会

(メール) 489@chibachalle.com

\*プール指導が多い為、ご連絡はメールでお願いします

2020年7月10日現在