

第10回 108本チャレンジ！ 練習会

主催 催： 千葉チャレンジカップ実行委員会
主管 管： 千葉チャレンジカップ実行委員会
開催日： 2023年12月23日(土)
会場 場： 東京アクアティクスセンター
メインプール 50m×10レーン
〒135-0053 東京都江東区辰巳2-2-1
(東京メトロ有楽町線 辰巳駅より徒歩10分)
(JR京葉線 潮見駅より徒歩15分)
(JR京葉線・りんかい線 新木場駅より徒歩20分)

開催時間： 9時30分ごろ～12時30分ごろ
集合場所： 2次要項で発表
入場時間： 2次要項で発表



1. 参加資格

- 健康で定期的(週3回以上)に競泳の練習を行っている方。
- 今までに1回の練習で50mを108本泳いだことがある方。
⇒1分30秒サークルを希望される方は90本泳いだことがある方。
- 小学生の参加は4年生以上とし、保護者の付き添い(1名のみ)を条件とします。
- 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。
- 公式ブログの2次要項(12月13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。
- 長時間の練習ですので、いかなる場合にもスタッフの指示に従える方。
- 入場時間を守れる方(遅れての入場は出来ません)

2. サークルタイム

お申込み番号	スタート時間	～ 終了時間	距離 x 本数	総距離	サークル
①	9:40	～ 12:17	50m x 90本	4,500m	1分30秒
②	9:40	～ 12:17	50m x 108本	5,400m	1分15秒
③	9:50	～ 12:18	50m x 108本	5,400m	1分10秒
④	10:08	～ 12:18	50m x 108本	5,400m	1分00秒

◎総距離を全て連続で泳ぐわけではありません(12本または10本ごとに休憩)

3. 参加定員人数

- 1) 140名（定員になり次第締切とします）
1レーン片側7名（両側スタート）で計算しております。
140名に達していない場合でも、サークルによっては満員になる場合がございます。
- 2) 各サークルタイムのお申込み状況により、①～④のそれぞれのレーン数を決定します。
申込み後に千葉チャレ公式ブログ【<http://blog.chibachalle.com>】をご確認ください。

4. 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、年齢無差別・男女混合でエントリータイム（種目は何でもOK・本練習会で一番多く泳ぐ種目）の早い順で決めさせていただきます。
⇒エントリータイムと練習会参加時のタイムに大きな差があると、練習会運営に支障をきたすだけでなく他の選手の迷惑となりますので、エントリータイムは実際の練習タイムをお書きください。
- 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・モノフィン・シュノーケルなどの使用は禁止。
- 5) 追越しは禁止。順番の交代をする場合は12本(10本)ごとにある休憩中にしてください。
- 6) 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。

5. 練習会当日のタイムスケジュール（例 1分15秒の方の場合）

8 : 5 0	2階で受付（予定）	入館 ⇒ 受付 ⇒ 入場
9 : 0 0 ~	入場⇒着替え	
9 : 1 0 ~	各自体操（入水禁止）	
9 : 2 0 ~	108本の注意事項説明	
9 : 3 0 ~	練習道具・水分補給用ペットボトルスタンバイ	
9 : 3 5 ~	泳ぐ順番確認	
9 : 4 0	50m 1分15秒サークル	前半戦スタート
11 : 0 3	50m 1分15秒サークル	5セット終了 トイレ休憩
11 : 1 1	50m 1分15秒サークル	後半戦スタート
12 : 1 7	50m 1分15秒サークル	終了
12 : 2 2	プールから上がり、トイレ休憩・水分補給・写真撮影の準備	
12 : 3 0	プールで記念撮影（全サークル希望者のみ）	
12 : 5 5	出口で参加賞を受取り	⇒ 退館

6. 申込について

108本チャレンジ！練習会は、毎年「満員」となるため、申込順番の資格を設けます。
ご自身がどの日にちから申込みが出来るか？ 必ず確認をお願いします。
対象外の日にちからの申込みの場合は、11月 30日に申込みがあったこととします。

7. 申込順番（申込開始日）

順番	申込開始日	* 申込資格をご確認ください
[1]	11/18 9時～	2023年千葉チャレンジカップ水泳大会の役員をしていただいた方（協力団体の方も含む）
[2]	11/19 9時～	過去に千葉チャレンジカップ水泳大会、または108本チャレンジ！の役員をしたことのある方
[3]	11/20 9時～	2023年千葉チャレ水泳大会にエントリーをしている方
[4]	11/27 9時～	過去に「千葉チャレ108本チャレンジ！」に参加をしたことのある方
[5]	11/28 9時～	上記以外で今回の108本参加資格を満たしている方

8. 申込み方法

- まず申込順番の開始日を確認し、その期日を守りお申込みください。
⇒お申込み前に、振込みをしないでください。
⇒万が一、先に振込み、定員数に達している場合の返金は、振込み手数料などを差し引き返金します。（手数料：一律500円）
- 申込みは「108本チャレンジ！専用申込みフォーム」からのみとなります。
メールや郵送では受付致しません。
【108本チャレンジ！専用申込みフォーム】
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、送信をしてください。
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、「mail@chibachalle.com」へご連絡ください。
- 申込み後のサークルタイムの変更、エントリータイムの変更、キャンセル、参加費の返金等につきましては一切お受けしませんのでご注意ください。
- 当日欠席の場合「参加賞」の郵送は致しませんのでご了承ください。
- 練習会当日欠席や、悪天候や災害など予測できない状況にて練習会が中止になった場合参加費の返金はいりません。

QRコード



9. 振込み期間（お申込みのあと、ブログで名前を確認後お振込みください）

2023年11月18日（土）～ 12月4日（月）

10. 参加費（税込み）

1人 4,200円（イベント参加・レーン使用料・入場料・参加賞など）

11. 振込先

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、「参加者のお名前」を入力してください
⇒（例）千葉康弘さんが参加の場合 … 振込人名は「チバヤスヒロ」
- 複数人分を一緒に振込む場合は「人数と参加者名」を入力してください
⇒（例）3名分の場合 … 振込人名は「チバヤスヒロ 3メイ」

12. 参加賞

当日参加者全員に参加賞をご用意。

13. 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、泳ぐ順番・レーンは申込みエントリータイムを参考にして千葉チャレ公式ブログ等に発表致します。

ブログ等には氏名・性別・エントリータイムなどを掲載させていただきます。

上記のルールで問題ない方のみお申込みください。

14. 貴重品について

必要のない貴重品は持ちこまないようにお願いします。

紛失などにつきましては責任を負いかねます。

忘れ物は12月27日(水)まで保管し、その後は全て廃棄致します。

衛生面に心配のあるもの（マスクなど）は当日廃棄します。

15. 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のみ利用します。

- 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

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ください。

【 お申込みフォーム 】 ⇒



千葉チャレンジカップ実行委員会事務局

(メール) mail@chibachalle.com

〒272-0137 千葉県市川市福栄1-12-6 メゾン・ソフィア101号

スイム一礼株式会社 第10回108本チャレンジ！練習会

*プール指導が多い為、ご連絡はメールでお願いします

2023年11月6日現在