



ミミカップ 2019

◆日時 2019年6月16日(日)
 開場…9:00 ウォーミングアップ…9:15～10:00(品川) 10:00～10:45(市原・月島)
 開会式…11:00 競技開始…11:20 競技終了…15:15 表彰式…15:30

◆会場 ミスイミングクラブ品川 室内プール(25m×6レーン)
 (住所)〒142-0063 品川区荏原 2-3-7 電話:03-3784-7111
 (交通)東急池上線「戸越銀座」駅下車 徒歩5分

◆参加資格 ①定期的に練習し、心身ともに健康な高校生以上の男女
 ②ミスイミングクラブ品川・ミスイミングクラブ市原
 ミミフィットネスクラブリバーシティ在籍の会員の方

◆競技種目・競技順序

1	100mメドレーリレー (年齢区分④⑤⑥⑦)	10	100mフリーリレー (年齢区分④⑤⑥⑦)
2	200mメドレーリレー (年齢区分①②③)	11	200mフリーリレー (年齢区分①②③)
3	25mバタフライ	12	100m個人メドレー
4	25m自由形	13	50mバタフライ
5	50m平泳ぎ	14	50m自由形
6	50m背泳ぎ	15	25m平泳ぎ
7	100m自由形	16	25m背泳ぎ
8	事業所対抗 綱引き		コーチリレー
9	事業所対抗 玉入れ		

◆年齢区分 ①大会当日の満年齢とし、下記の表の通りとなります。
 ②リレーは4名の満年齢の合計とし、下記の表の通りとなります。

区分	個人種目														
	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O
年齢範囲	高 ～ 24	25 ～ 29	30 ～ 34	35 ～ 39	40 ～ 44	45 ～ 49	50 ～ 54	55 ～ 59	60 ～ 64	65 ～ 69	70 ～ 74	75 ～ 79	80 ～ 84	85 ～ 89	90 以上
区分	リレー種目														
	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦								
年齢範囲	119 以下	120 ～ 159	160 ～ 199	200 ～ 239	240 ～ 279	280 ～ 319	320 以上								

◆出場制限 ①リレー種目を除き、1人2種目までとなります。
 ②合計年齢④200～239歳 ⑤240～279歳 ⑥280～319歳 ⑦320歳以上
 のリレー種目は100m(25m×4)
 ③合計年齢①119歳以下 ②120～159歳 ③160～199歳のリレー種目は200m(50m×4)

- ◆競技方法 ①男女別・年齢区分別・タイムレース決勝
 ②年齢区分に関わらず同一種目は同一レースとする。但し参加者が少ない場合男女を同一レースとすることがあります。
 ③下記の点を除き、日本マスタース水泳協会競技規則に準じて行います。
 クロール・平泳ぎ・バタフライはスタート台下、あるいは水中からスタートすることができます。
 水中からスタートする場合は、審判長の笛の合図で水中に入り、片手または両手でスタート台の握り棒を持ち、スターターの「take your mark」の声で上体を引きつけ静止し、出発の合図によりスタートします。
 また、スタートは1回となります。
- ◆ミミカップ争奪戦
 各クラブ獲得点数(1位6点、2位5点…6位1点)の合計を、参加人数で割り参加者1名あたりの獲得点数を計算し総合順位を決め、獲得点数の最も高いクラブにミミカップを授与します。
 各種目・距離別で、申告タイムに1番近い方に、10点のボーナスを加算します。
 (3事業所参加種目のみ)
- ◆綱引大会
 1回戦 中間順位1位 対 中間順位2位
 決勝戦 1回戦勝者 対 中間順位3位
 2位3位決定戦 1回戦敗者 対 決勝戦敗者
 参加者は各クラブ選抜となります。(各事業所 12名選出する)
 ミミカップ争奪戦の得点に加点される。
- ◆玉入れ大会
 参加者は各クラブの選抜となります。
 ミミカップ争奪戦の得点に加点される。
 1番目(中間順位1位事業所)2番目(中間順位2位事業所)3番目(中間順位3位事業所)の順で行う。
- ◆表彰 ①出場者全員に記録証と参加賞を贈ります。
 ②個人種目、各年齢区分各種目距離男女別の1～3位まで表彰を行います。
 ③リレー種目、1～3位まで表彰を行います。
 ※ひとつのクラブから同一年齢区分に複数チームが出場した場合は、記録上位のチームが表彰対象となります。
- ◆参加費 3,000円(リレーを除く2種目まで申込可能) 税込
 ※参加費に含まれるもの…個人種目代・リレー代・記録賞・参加賞・
 表彰式参加費・プログラム・スポーツ障害保険料
申込後のキャンセル及び、エントリー料の返金はできませんので、あらかじめご了承ください。
- ◆申込方法 別紙申込書に必要事項をご記入、誓約欄に署名・押印の上、参加費を添えてクラブフロントまでお申込ください。
- ◆申込締切 2019年6月1日(土)までにお申込ください。

ミミカップ2019参加申込書

申込日：2019年 月 日

ふりがな				性別	男 ・ 女	
氏名						
生年月日	西暦	年	月	日	大会当日の年齢	歳
参加種目	①	m	(エントリータイム)		分	秒
	②	m	(エントリータイム)		分	秒
綱引き (○で囲む)	参加する ・ 参加しない					
玉入れ (○で囲む)	参加する ・ 参加しない					
リレー (○で囲む)	参加する ・ 参加しない (100m/200m) (FR/MR)					
メンバー希望 ※4名お揃いの上で お申し込みください	1泳 () 様	2泳 () 様	3泳 () 様	4泳 () 様		
表彰式 (○で囲む)	参加する ・ 参加しない					

【参加誓約】

ミミカップ2019に参加するにあたり

大会参加中の健康管理は本人の責任とし、体調に十分留意することを誓約します。

2019年 月 日 【署名・押印】 _____ 印

ミミカップ2019領収書

様

3,000円

領収印

ミミカップ2019参加費として領収致しました。
ミミスイミングクラブ