2026 年 9 月 25 日
公益財団法人日本水泳連盟
オープンウォータースイミング委員会

# 第１０２回日本学生選手権水泳競技大会〔ＯＷＳ競技〕
# 第４９回全国 JOC ジュニアオリンピックカップ夏季水泳競技大会〔ＯＷＳ競技〕

大会出場に際し、下記の点をご留意の上、ご参加ください

１）低水温・低気温が想定されますので、防寒対策をしてご来場ください。
（スタート直前までの防寒具着用、暖かい飲み物の準備、ホットクリーム（なければワセリン）等）

２）レース後も気温が低いことが想定されますので、温かい飲み物等各自準備してください。

３）スタート後が１番混雑するので、慌てず、冷静に自分のスペースを作り、極力他者との接触を避ける泳ぎを心がけましょう。

４）終始、周りをよく見て、コースアウトしないようにブイを確認して泳ぎましょう。

５）フェアに戦いましょう（水中の格闘技ではありません）

６）ゴールタッチはタッチ板に、しっかりとタッチしましょう。

７）５㎞は給水がありません。レース前後にしっかり補給しましょう。

８）手足のしびれ、体が動かない、呼吸が苦しいなどの体に異変を感じたら無理をせず、ライフセーバーを呼んで（ヘルプサイン）、勇気ある棄権をしましょう。

以上