

第1回 根浜アクアスロン・LS体験会

目的 スポーツ・ビーチクリーンを通じて海に慣れ親しみ、水辺の事故ゼロを目指す
ライフセービング活動を理解し、相互交流をはかる

主催 釜石ライフセービングクラブ(釜石LSC)

開催日 令和6年7月7日(日)

会場 岩手県釜石市根浜海岸海水浴場

競技内容 アクアスロン(スイム+ラン)
※ランは砂浜を走ります

参加資格 小学生以上※立てる深さの場所でスイムを行うので歩けます。泳げない方も大歓迎

参加費 中学生以下 1000円 高校生以上 1500円 ※釜石LSCメンバーは300円引き
※当日徴収いたします

定員 30名

締切 令和6年6月30日

表彰 小学1～3年男女別1～3位
小学4～6年男女別1～3位
中学男女別1～3位
高校生以上男女別1～3位
MVP男女各1名

種目

小学1～3年	スイム50m+ラン500m
小学4～6年	スイム100m+ラン500m
中学生	スイム150m+ラン1000m
高校生以上	スイム200m+ラン1000m

持ち物

水着・水泳帽子・ゴーグル・タオル・飲み物等・昼食・補給食

※ランは砂浜を走るののでシューズは不要です

※傷害保険は各自加入願います

※女子選手はランニング時、パンツ・Tシャツ着用推奨 盗撮対策

タイムテーブル

9:30	受付 海水浴場芝生エリア
9:40	開会式
10:20	ビーチクリーン
10:15	ウォーミングアップ
10:30	競技開始 小学1～3年の部から
11:30	競技終了
11:45	表彰・閉会式
12:00	ライフセービング体験&OWS練習

申込み先

名前・住所・年齢・勤務先・学校名・緊急連絡先・保護者名(未成年のみ)
を明記して

メール takupmakoto@gmail.com

FAX 019-662-7757

まで送信願います

担当 大志田 誠

※特別ルール

釜石LSCでは、一人でも多くの方々に海に慣れ親しんでほしいと思っています

そこで、スイムが苦手な方は【Enjoy&Safety】を活用してください
スタート後、少しだけ泳いでください。その後はライフセーバーが代わりに
泳ぎます。スイムフィニッシュで待っていただき、ランに移ってください。

また、レスキューチューブに巻いてもらって、ライフセーバーに泳いで
引っ張ってもらうことも可能です。

浮き輪などの浮力体を用いて泳いでもOKです。