オリジナル種目説明

※8.レスキュー泳法

〇泳法
25mを顔を上げ（ヘッドアップ）前を向いて泳ぎます。
前半12.5mをヘッドアップクロール、後半12.5mを
ヘッドアップ平泳ぎで泳ぎます。
12.5m地点に設置してあるコーンを基準に泳法を
変えます。

〇スタート
飛び込み台横より、足から飛び込みます。
水中からのスタートも可。どちらの場合も顔が水に
つかないようにします。

〇ゴール
両手タッチでゴールとします。

〇詳細ルール
顔が水につかないように泳ぐこと。
泳いでいる間、常に顔は正面に向けること。

種目開始前に、消防士によるデモンストレーションを
予定しています。合わせて練習時間を設けます。

※14.ラッコリレー

〇泳法
背泳ぎのキックのみで泳ぎます。
「500mlペットボトル1本を乗せたビート板」をお腹に
乗せて泳ぎ、これをたすき代わりに次の泳者へ渡します。

〇スタート
水中スタートとします。

〇ゴール
500mlペットボトルをスタート台横の**バケツに入れて
ゴール**とします。

〇詳細ルール
ペットボトルには半分量の水を入れ、ビート板に立てて
置きます。
泳いでいる最中はペットボトルに触らないこと。

オリジナル種目は、無料で参加できるお楽しみ種目です。お気軽にご参加ください。
沢山のご参加をお待ちしております！