**吹田市長杯アクアスロン大会　競技説明資料**◎受付は8時30分から9時30分までです。  
参加費を払いナンバーカードを受け取ってください。  
スイムキャップ、ゴーグル、ナンバーベルト等は持参してください。  
 **◎**スイム　　プールを泳ぎます

小学1・2年生　変形プール３角コース60m  
小学3・４・５・６年生は50mプール1周125m

中学生　50mプール125mコース2周　250m

一般　　50mプール125mコース4周　500m  
各グループ一斉スタートです。  
ウエットスーツの着用は自由です。  
  
◎ラン　　公園内 1周1250mのコースを走ります。  
注：熱中症アラートの発令が予想されますので小学5・6年と中学生のランの　　　　　　　　　　　　距離を短縮します。

小学生 1年～4年 1周　 1250m  
 5年6年　 1周　 1250m　  
中学生 2周　 2500m  
一般 4周　 5000m  
（周回はチェックはゴムバンドを渡します、

　　　　　　　　中学生　　2個　　一般　　４個  
・ランコースは左側通行になります。   
・ランニングシューズ、ナンバーベルト、シャツは50mプールの入り口にあるシューズ置き場で履いてください。  
・上半身裸でのランニングは禁止です。ナンバーカードは前につけてください。  
・ナンバーカードは1枚です。シャツの腹部に張り付けるか、ゼッケンベルトを使用してください。

・50mプールサイドは土足禁止です。スリッパ等を準備してください。

**◎記録はフィニッシュ記録を手動計測します。公式記録は後日HPで公表します。  
表彰は　小学生は各学年男女3位。中学生は男女3位にメダルがあります。  
一般は～40歳、41～50歳、50歳以上の男女3位に賞状があります。（メダルは有りません）  
  
◎競技終了後は参加者スタッフ全員で宝探しゲームをします。（商品あり）  
  
◎大会開催中の熱中症対策として  
当日WBGTが31度以上になればレース途中でも中止します。**  
・スタート前にも水分補給してください。  
・ランニング中掛け水で身体を冷やしてください。  
・フニッシュ後はプールに入り身体を冷やすようにしましょう。

・観戦中も水分補給してください。エイドステーションの水は誰でも飲んでください。