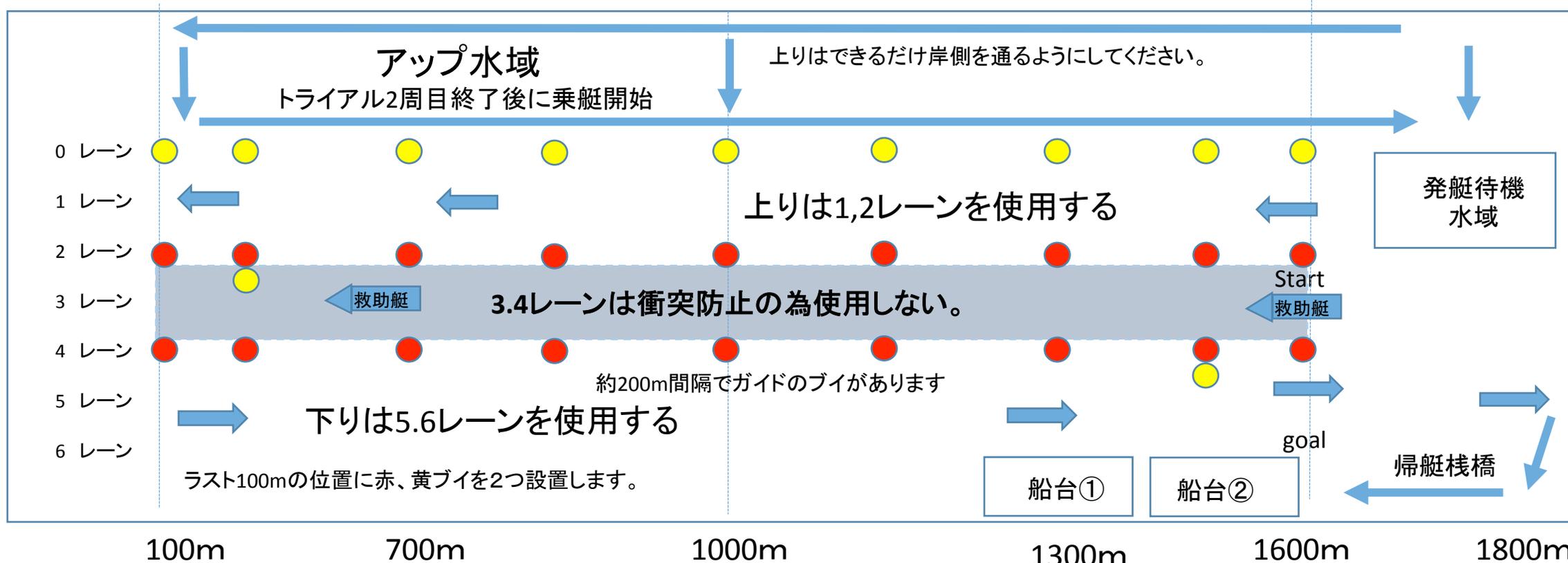


# H29年度近畿3000mT.T コースレイアウト及び出漕の注意事項

**重要**  
45秒以内でターンを行う。45秒を超える場合はタイムに加算されます。



## タイムスケジュール

- 8:40 バウプレート配布開始
- 9:00 **選手・監督ミーティング** 終了後 選手は出艇 船台①②使用
- 9:50 選手水上集合 出漕順に発停待機場所に集合 → 水上点呼
- 10:00 **男子タイムトライアル開始**
- 10:15 女子出艇開始(全選手3000mターン終了後) 船台①②使用
- 10:40 タイムトライアルB終了 → 船台②より帰艇
- 10:50 女子選手水上集合 (出漕順に発停待機場所に集合 → 水上点呼)
- 11:00 **女子タイムトライアル開始**
- 11:40 女子タイムトライアルA終了予定
- 12:30 記録配布(閉会式は行いません)

## 注意事項

- ①出艇について
  - ・男子トライアルB以降の選手は前のトライアルの3000mターン終了後に出艇してください。
- ②アップについて
  - ・最初の選手はトライアルのコースを使ってください。男子T.T.B以降の選手はレイアウトを参考にしてアップ水域でアップを行ってください。(一般の練習艇があるかもしれませんので十分注意してください。)
- ③集合について
  - ・トライアル開始の10分前には必ず発停待機水域に集合してください。
- ④トライアルについて
  - ・発艇は男女トライアルは30秒間隔、トライアルBは20秒間隔で行います。
  - ・行きは1.2レーン、帰りは5.6レーンの範囲を通るようにしてください。ブイをしっかりと見て逆行にならないように十分注意してください。
  - ※追い越しが起こる場合は、艇速の遅いクルーが外側(1.6レーン)によけるようにしてください。
- ⑤ターンについて
  - ・1ターンにつき45秒以内で行なってください。45秒を超えるターンはタイムに加算します。
- ⑥帰艇について
  - ・トライアル終了後はすぐに止まらず、1800m付近まで漕ぎ、棧橋側に艇を回し帰艇してください。
  - ※接触には十分注意してください。