

2026 年度 日本パラ水泳連盟（J P S F）競技運営指針 競泳規則

この競技運営指針競泳規則は、世界パラ水泳連盟（W P S）の競技規則を抜粋している。日本パラ水泳選手権大会、ジャパンパラ水泳競技大会およびパラ水泳春季チャレンジレースは、泳法等主なW P S 規則そのものが適用される。また、地域大会もできるだけW P S 競技規則に準じて行うが、それぞれの要項によるところも大きい。そのため、地域大会向けに競技運営指針競技規則編としてまとめた。

なお、この指針は一般社団法人日本パラ水泳連盟（以下「J P S F」という。）関係大会のS 1 4（知的障がい）やS 1 5（聴覚障がい）にも基本的に適用されるが、スタート合図方法などは、それぞれの大会で工夫をすること。S 2 1（障害者手帳所持者でF C S クラス基準に達しない選手等）も基本的にはこの規則が適用されるが、S 2 1の選手の障がいの状態によって泳法審判員は適用事項を判断すること。

2026年2月から新W P S 競技規則が施行されており、それに準拠している。

競技会の運営など一般競技規則については、W P S の一般競技規則もあるが概ね World Aquatics（旧 F I N A）の規則を根拠とした日本水泳連盟の規則と同一であることから、障害を前提として、クラス分けやパラ独自の例外事項、サポートスタッフ、水着の扱い^{注1}などを除いて日本水泳連盟の規則を準用して運営をして構わない。また、記録の公認については、「一般社団法人日本パラ水泳連盟の公認競技大会の申請及び記録の公認について（2026年2月24日）」によるが、地域連盟が主催する大会における25m プールでの競技については、上位の大会等参加、公認記録としては認めるが、日本新記録の設定はプール条件が様々なため設定しない。大会記録については、それぞれの主催者に

よる。また、50m 公認プールにおける日本記録については、クラスステータスが J 以上の記録でないと公認されない。

日本水泳連盟の公認プールではなく、非公認のプールで実施した場合も日本新記録として公認しない。

注1：水着の扱いなどにおいて、WPS 競技規則では障がいにあった加工が許されることがある。またロゴマークなどは JPSF「競技会において着用又は携行することができる水泳用品、用具の商業ロゴマーク等についての取り扱い規程（2026年4月改訂）」を参考にすること。

競泳規則

規則番号はオリジナルである。2026年2月から適用のWPS競技規則に基づくJPSF等の考え方を整理している。

ただし、2026年2月のワールドアクアの規則改定により、日本水泳連盟が改定した自由形とバタフライのゴール5m手前からの水没可の規定は、反映されていないので、適用しない。また、400mの振鈴も改定されていないので、合図はなくとも良いが、国内大会で合図があっても問題はない。（WAの改定に伴うさらなる改定についてWPSに確認したところ、改定の予定はないとのことであった）

1. 1 スタート

1.1.1 すべての競技者が水着以外の衣服を脱いだ後、審判長はホイッスルを短く連続して吹き競技の開始を知らせスタートの準備をするよう誘導し、その後の長いホイッスルによって競技者がスタート台に上がりスタート位置につく（背泳ぎとメドレーリレーでは速やかに入水する）よう指示する。背泳ぎとメドレーリレーでは、審判長の2回目の長いホイッスルで競技者に速やかにスタート位置につかせる。競技者と競技役員がスタートの準備ができたなら、審判長は出発合図員に片腕を伸ばして合図し、競技者が出発合図員の指示下にあることを知らせる。伸ばした片腕はそのまま出発合図が発せられるまで保持されなければならない。

1.1.1.1 プールサイドから入水する競技者は、短い連続したホイッスルにより入水することが求められる。スタート台の後方から入水する競技者は、長いホイッスル

の合図を待たなければならない。

1.1.2 自由形、平泳ぎ、バタフライ、個人メドレー（バタフライが最初の泳法の場合）のスタートは飛び込みで行う。審判長の長いホイッスル（規則 11.1.1）で、競技者はスタート台に上がり、そこで待つ。出発合図員の「Take your marks（位置について）」の号令で、競技者はスタート台の前方に少なくとも一方の足をかけ、速やかにスタートの姿勢をとる。両手の位置は問わない。すべての競技者が静止したら、出発合図員はスタートの合図を発する。

1.1.2.1 視覚障がいを持つ競技者の場合、審判長の長いホイッスルで、出発合図員の「take your marks（位置について）」の号令前に、スタート姿勢をとることができる。

1.1.2.2 バランス維持に問題のある（即ち立位にて静止するのが困難）競技者は、スタート台上でバランスをとるための介助（腰、手、腕をつかむ等）を1名のサポートスタッフから受けることができる。サポートスタッフは、競技者がスタート時に静止していただけるよう補助できるが、スタート台で身体が90度垂直を超える状態で支え競技者に不当なアドバンテージを与えてはならない。また、スタート時に競技者に勢いを与えてはならない。

1.1.2.3 完全に機能する脚が1本以下の競技者は、スタート台の前縁に足を置く必要はない。ただし、片手または腕の一部をスタート台の前縁に接触させていなければならない。

1.1.2.4 競技者はスタート台の横からスタートしてもよい。

1.1.2.5 競技者はスタート台で座位の姿勢をとってもよい。

1.1.2.6 競技者は水中からスタートしてもよいが、スタートの合図が発せられるまでスタート場所に片手が触れていなければならない。排水溝の中や上、あるいはプールの底に立つことは禁止する。

1.1.2.7 競技クラス S/SB/SM1-3 の競技者は、サポートスタッフの補助により、スタートの合図が発せられるまで、足または下肢の端部を壁に保持してもらうことが認められる。ただし、スタート時に競技者へ推進力を与えることは認められない。

1.1.2.8 水中スタートにおいて、競技者がスタート位置を握ることができない場合、サポートスタッフおよび／またはスターティング用具によって補助を受けられる。スターティング用具は、競技会開始前に主催団体が任命した競技役員の許可

を得て安全と判断されなければならない。スタートで競技者に勢いを与えてはならない。競技者は、スタート合図が発せられるまで体のどこか一部が壁に触れていなければならない。

1.1.2.9 擦り傷を防ぐため、タオルを一枚（を一重に敷く）もしくはそれと同様のものをスタート台の上に敷いてもよい。

1.1.3 背泳ぎ、75m/150m 個人メドレーおよびメドレーリレー種目のスタートは水中から行う。審判長の長いホイッスル（規則 11.1.1）で、競技者は速やかに入水する。2 回目の長いホイッスルで、競技者は故意に遅らせることなくスタート位置につく。すべての競技者がスタート位置についたら、出発合図員は「take your marks（位置について）」の号令を発する。すべての競技者が静止したら、出発合図員はスタートの合図をする。

1.1.4 J P S F 競技会や公認の大会においては、「位置について」の号令は基本的には英語「take your marks（位置について）」で行うが、「ようい」の号令でも構わない。

1.1.5 スタートの合図の前にスタート動作を開始した競技者は失格となる。失格が宣言される前にスタートの合図が発せられていた場合、競技は続行し、当該競技者は競技終了後に失格とされる。失格の宣告がスタート合図の前に行われた場合は、スタートの合図は発せられず、残りの競技者は元の位置に呼び戻されて再スタートとなる。審判長は、規則 11.1.1 に従い、長いホイッスル（背泳ぎの場合は 2 回目の長いホイッスル）からスタート手順を繰り返す。

1.1.6 聴覚障がいを持つ競技者のスタートには、ストロボ/スタート用のライトが使用される。競技者が出発合図員による腕の合図も併せて必要とする場合、当該セッションの開始前に当該チームリーダーがその旨を要請しなければならない。

1.1.7 競技クラス S1-10/SB1-9/SM1-10 および S/SB/SM14 の競技者が聴覚障がいを併せ持つ場合で、スタート用のライトがない場合は、サポートスタッフは競技者に言葉以外の方法でスタートの合図を送ることができる。

1.1.8 視覚障がいのある競技者が聴覚障がいを併せ持つ場合、サポートスタッフは競技者に言葉以外の方法でスタートの合図を送ることができる。

1. 2 自由形

- 1.2.1 自由形とはどのような泳ぎ方でもよい。ただし、個人メドレーとメドレーリレーにおける自由形は、背泳ぎ、平泳ぎ、バタフライ以外の泳法でなければならない。
75m または 150m 個人メドレーにおける自由形は、背泳ぎまたは平泳ぎ以外の泳法でなければならない。
- 1.2.2 折り返しおよびゴールタッチの際は、競技者の体の一部がプールの壁に触れなければならない。
- 1.2.3 競技中は競技者の体の一部が常に水面上に出ていなければならないが、折り返しの間、スタート後・折り返し後の壁から 15m以内の距離では体が完全に水没してもよいが、壁から 15m 地点までに頭が水面上に出ていなければならない。
- 1.2.3.1 競技クラス S1-5 の競技者は、各完全な一かきの間、体の一部が水面上に出なければならない。一かきとは、肩関節の完全な 1 回旋および／または股関節の完全な上下動作 1 回を指す。
- 1.2.4 自由形およびメドレー種目での自由形の最中にプールの底に立っても失格にはならないが、歩いてはならない。

1. 3 背泳ぎ

- 1.3.1 スタートの合図に先立ち、競技者は水中でスタート側の端壁に向き、両手でスターティンググリップを握って位置につかなければならない。排水溝の中や上に立ったり排水溝の縁に足の指を掛けたりしてはならない。スタートの際にバックストロークレッジを使用する場合は、両足共、少なくとも一本の指（またはその一部）が端壁またはタッチ板に接していなければならない。タッチ板の上端に足の指を掛けてはならない。

（*片下肢の障がいでは、足の指がタッチ板に接していないことがあるのは常識で判断することが必要である（JPSFの見解）。）

- 1.3.1.1 競技者が両手でスターティンググリップを握ることができない場合、片手だけで握ることができる。
- 1.3.1.2 競技者がどちらのスターティンググリップも握れない場合、プールの端をつかむことができる。
- 1.3.1.3 競技者がスターティンググリップを握ることもプールの端をつかむこともできない場合、サポートスタッフまたはスタート用具の補助を受けることができる。スターティング用具は競技会開始前に世界パラ水泳連盟を代表する者より許可

を得て安全と判断されなければならない。スタートの際、競技者に勢いを与えてはならない。競技者は、スタートの合図が発せられるまで身体のどこか一部が壁に触れていなければならない。

- 1.3.2 スタートの合図時、折り返し後、折り返し動作中（規則 11.3.4）を除き、競技者は競技中は常に仰向けの姿勢で泳がなければならない。仰向けの姿勢とは、体の回転動作を含むが、体が水平面に対し 90 度未満であることを指す。頭の向きは問わない。
- 1.3.3 競技中は、競技者の体の一部が常に水面上に出なければならない。ただし、ゴールの直前、頭の一部が 5m のマークを過ぎれば、ゴールタッチ時に体が完全に水没してもよい。折り返しの間、スタート後・折り返し後の壁から 15m 以内の距離では体が完全に水没してもよいが、壁から 15m 地点までに、頭は水面上に出なければならない。
- 1.3.3.1 競技クラス S1-5 の競技者は、各完全な 1 かきの間、体の一部が水面に出なければならない。一かきとは、肩関節の完全な 1 回旋および／または股関節の完全な上下動作 1 回を指す。
- 1.3.4 折り返しを行っている間に、競技者の体の一部が壁に触れなければならない。折り返し動作中は、肩が胸の位置に対して垂直以上に裏返しになってもよく、その後折り返しを始めるために、速やかに一連の動作として片腕あるいは同時の両腕のかきを使用することができる。足が壁から離れた時には仰向けの姿勢に戻っていなければならない。
- 1.3.5 両腕欠損または両腕を使わずに折り返しする競技者は、体が仰向けの姿勢でなくなった時点で折り返しを始めなければならない。競技者は壁から離れた時には仰向けの姿勢に戻っていなければならない。
- 1.3.6 ゴールタッチの際、競技者は仰向けの姿勢で壁に触れなければならない。

1. 4 平泳ぎ

- 1.4.1 スタート後および各折り返し後において、競技者は腕を脚の位置まで完全に後方へ引く一かきを行うことができ、この間は水没状態であってもよい。スタート後および各折り返し後の最初の平泳ぎキックの前であれば、バタフライキックを 1 回行うことが認められる。二かき目において、両腕が最も外側に達した位置から内側へ向きを変える前に、頭の一部は水面上に出なければならない。

1.4.1.1 スタート後および各折り返し後、片（両）脚で壁を蹴ることができない競技者は、うつ伏せの姿勢になるために、同時ではない腕の一かきを1回行うことが許される。

1.4.2 スタート後および折り返しの後の最初の一かきの始まりから、体はうつ伏せでなければならない。いかなる時も仰向けになってはならないが、折り返し動作中は、壁に手がついた後はうつ伏せ状態でなくてもよい。ただし、足が壁から離れた時にはうつ伏せ状態でなければならない。競技開始から、競技を通して泳ぎのサイクルは、1回の腕のかきと1回の足の蹴りをこの順序の組み合わせで行わなければならない。両腕の動作は、同時に行わなければならない、交互に動かしてはならない。

1.4.2.1 両脚または両腕またはそれらの一部が欠損している場合、足の蹴りまたはそれぞれの腕のかきで一つの泳ぎのサイクルが構成される。

1.4.2.2 うつ伏せの姿勢とは、体の回転動作を含むが、体が水平面に対し90度未満であることを指す。頭の向きは問わない。

1.4.3 両手は一緒に胸より水面、水中または水上から前方へ揃えて押し出さなければならない。両肘は、折り返し前の最後の一かき、折り返し動作中およびゴールの際の最後の一かきを除き、水中に入っていないなければならない。両手は水面または水面下をかかなければならない。両手は、スタートおよび折り返しの後の一かきを除き、ヒップラインより後ろに戻してはならない。

1.4.3.1 視覚障がいを持つ競技者は、折り返しまたはゴール付近でタップされた直後、泳ぎのサイクルのどの時点においても両手を前方へ出すことができる。

1.4.4 泳ぎの各サイクルの間に、頭の一部が水面上に出なければならない。両脚の動作は、すべて同時でなければならない、交互に動かしてはならない。

11.4.4.1 下肢障がいを持つ競技者は、競技を通して両脚を同時に蹴る意思を示さなければならない。そうでなければ、競技を通して片（両）脚を引きずった状態で泳がなくてはならない。

1.4.5 両足は推進力を得る際は外側に向かわなければならない。規則 11.4.1 の場合を除き、交互に足を動かすことおよび下方へのバタフライキックは許されない。両足が水面から出ることは、続く動きが下方へのバタフライキックとならない限り許される。

1.4.5.1 通常の推進力を得るのに片脚または両脚および／または片足または両足が使えない競技者は、推進する蹴りの際に、障がいのある片（両）脚を外側に向ける

必要はない。

1.4.6 各折り返しおよびゴールタッチは、両手が離れた状態かつ同時に、水面、水面の上もしくは下でのいずれかで行われなければならない。折り返し前およびゴールタッチの前の最後のかきは、その後足の蹴りに続かない腕のかきだけになってもよい。ゴールタッチ前の最後の完全もしくは不完全な泳ぎのサイクルの間のどこかで頭が水面上に出れば、タッチ前の最後の一かきの後は頭が水没してもよい。本規則の目的として「離れた状態」とは、一方の手が他方の手に重なってはならないということを目指す。両手の間に一定のスペースを開ける必要はない。偶発的に左右の指が触れることは許される。

1.4.6.1 各折り返しおよびゴール時、両腕の長さが異なる競技者は、長い方の腕のみでタッチしてもよいが、両腕が同時に前方へ伸ばさなければならない。

1.4.6.2 各折り返し及びゴール時、伸ばした上肢の長さが頭の上に満たない競技者は、上半身のどこか一部でタッチを行う。

1.4.6.3 各折り返しおよびゴール時、片腕のみで泳ぎのサイクルを行う競技者は、かきを行う側の片手／片腕でタッチしなければならない。また、障がいにより片腕のみで競技する競技者は、機能しない腕を競技の全過程において引きずるか、前方に伸ばした状態で泳がなければならない。

1.4.6.4 各折り返しおよびゴール時、両腕を使うが肩や肘に制限がある場合、長い方の腕でタッチすることになっているが、両腕は同時に前方へ伸ばさなければならない。

1.4.6.5 競技クラス SB11-12 の競技者は、折り返しおよびゴール時、レーンロープとの接触が原因での動きの制限により、両手で同時にタッチすることが難しい場合があるが、その競技者に有利に働いていない限り失格にはならない。

1. 5 バタフライ

1.5.1 スタートおよび折り返し後、最初の腕のかき始めから、体はうつ伏せでなければならない。いかなる時も仰向けになることは許されていないが、折り返し動作中は、壁にタッチした後はうつ伏せ状態でなくてもよい。ただし、壁から離れた際にはうつ伏せ状態に戻っていなければならない。

1.5.1.1 スタートおよび各折り返し後、片脚または両脚で蹴ることができない競技者は、うつ伏せの姿勢になるために、両腕同時ではない腕のかきを一かき許さ

れる。

- 1.5.2 競技中、規則 1.5.5 を条件に、両腕を同時に水面上で前方へ運び、両腕を同時に水中を後方へ運ばなければならない。本規則における「両腕を同時に水面上で前方へ運ばなくてはならない」とは、腕の一部だけではなく肩から手首までの腕全体で、水面上にてリカバリーしなければならないことをいう。腕と水の間に隙間がある必要はない。

1.5.2.1 競技クラス S11-12 の競技者は、レーンロープとの接触により制限を受けた場合、両腕を同時ではなく前方へ運ぶことが認められる。この場合、競技者に有利に働いていない限り失格とはならない。

1.5.2.2 視覚障がいを持つ競技者が折返しまたはゴールに近づいている際、タップされた直後に両腕を水中で前方へ運ぶことができる。

1.5.2.3 片腕の一部が欠損している場合、欠損していない残りの部分ともう一方の腕は、同時に水面上で前方に運ばなければならない。

1.5.2.4 片腕のみでかきを行う競技者は、その片腕を水面上で前方に運ばなければならない。体の位置は水面に沿ったままでなければならない。障がいにより片腕のみで競技する場合、機能していない方の腕を競技の全過程において引きずるか前方に伸ばしておかななければならない。本規則は、片腕のみでかきを行う競技者がバタフライが本来そうであるように、水面に沿った／水面と平行でのうつ伏せ姿勢を保たせるようにすることである。本規則の目的として「体」とは肩も含む競技者の体幹部を指す。

(解説：息継ぎはフロントまたは機能していない腕側で行うと、この体勢維持を助けることができる。)

1.5.2.5 折り返しおよびゴール時、脚による推進ができない競技者は、壁にタッチするために、水面下で前進するように片（両）腕で半ストロークを行うことができる。

- 1.5.3 すべての脚の上下運動は同時に行わなければならない。両脚または両足は同じ高さになる必要はないが、交互に動かしてはならない。平泳ぎの蹴り動作は認められない。

1.5.3.1 障がいにより片脚のみで競技する場合、機能していない方の脚は引きずらなければならない。本規則の目的として「引きずらなければならない」とは、脚に推進力はないものの、腰のうねりに追従して交互に動いているように見える状

態を指す。

- 1.5.4 各折り返しおよびゴールタッチは、両手が離れた状態かつ同時に、水面、水面上もしくは水面下のいずれかで行われなければならない。本規則の目的として「離れた状態」とは、一方の手が他方の手に重なってはならないということを指す。両手の間に一定のスペースをあける必要はない。偶発的に左右の手指が触れることは許される。
- 1.5.4.1 各折り返しおよびゴール時、両腕の長さが異なる競技者は、長い方の腕のみでタッチすればよいが、両腕が同時に前方へ伸ばさなければならない。
- 1.5.4.2 各折り返しおよびゴール時、上肢欠損や上肢の機能不全がある、または伸ばした上肢の長さが頭の上に満たない競技者は、上半身のどこか一部分でタッチしなければならない。
- 1.5.4.3 各折り返しおよびゴール時、片腕のみを使用する競技者は、腕のかきで使う方の片手／片腕でタッチしなければならない。
- 1.5.4.4 両方の腕を使うが、肩／肘の動きが制限される競技者は、ターンおよびフィニッシュでは長い方の腕だけでタッチするが、両腕は同時に前に伸ばさなくてはならない。
- 1.5.4.5 競技クラス S11-12 の競技者は、各折り返しおよびゴール時、レーンロープとの接触が原因での動きの制限により、両手で同時にタッチするのが困難な場合があるが、その競技者に有利に働いていない限り失格にはならない。
- 1.5.5 スタートおよび折り返しの際、競技者は、水面に浮き上がるため、水中で1回以上の蹴りと後方への腕の一かきが許される。スタートおよび折り返しの後15mまでは体が完全に水没してもよいが、その時点までに頭が水面上に出ていなければならない。次の折り返しまたはゴールまでは体が水面上に出ていなければならない。
- 1.5.5.1 競技クラスが S1-5 の競技者は、肩関節の完全な1回旋および/または股関節の完全な上下動作1回の際に競技者の体のどこか一部が水面上に出なければならない。

1. 6 メドレー競技

- 1.6.1 個人メドレーでは、競技者は4つの泳法をバタフライ、背泳ぎ、平泳ぎ、自由形の順序で泳がなければならない。それぞれの泳法を、定められた距離の4分の1ずつ泳がなければならない。自由形において壁から足が離れた時は仰向けの状態であ

ってもよいが、うつ伏せの状態に戻るまでは、バタフライキックも含めていかなる足の蹴りも行ってはならない。うつ伏せになった後はキック（バタフライキックを含む）を始めても良い。

1.6.1.1 150m および 75m 個人メドレーでは、競技者は3つの泳法を背泳ぎ、平泳ぎ、自由形の順序で泳がなければならない。それぞれの泳法を、定められた距離の3分の1ずつ泳がなければならない。自由形において壁から足が離れた時は仰向けの状態であってもよいが、うつ伏せの状態に戻るまでは、バタフライキックも含めていかなる足の蹴りも行ってはならない。

1.6.2 メドレーリレーでは、競技者は4つの泳法を背泳ぎ、平泳ぎ、バタフライ、自由形の順序で泳がなければならない。それぞれの泳法を、定められた距離の4分の1ずつ泳がなければならない。

1.6.3 自由形において、競技者は、折り返し動作中以外はうつ伏せの状態を保たなければならない。折り返しを行った後、競技者は、いかなる蹴りやかきを行う前にうつ伏せの状態に戻らなければならない。本規則の目的として「うつ伏せ姿勢」とは、体の回転動作を含むが体が水面に対し90度未満であることを指す。頭の向きは問わない。

1.6.4 それぞれの泳法区間ではそれぞれ該当する泳法規則に従って泳ぎ、ゴールしなければならない。

1.7 リレー

*JPSF 関連大会ーリレー種目は、日本パラ水泳選手権大会、地域大会それぞれの要項による。ただし、下記の条項は適用される。

1.7.1 メドレーリレーに出場する競技者の氏名は、それぞれの泳法および泳ぐ順番どおりに記入しなければならない。

1.7.1.1 提出した順番通りに泳がなければ失格となる。

1.7.2 競技者の交代は、医学的理由による棄権の場合にのみ行うことができる。医学的理由による棄権が認められた場合、新たにリレー申告用紙を提出すること。

1.7.3 リレー種目において、前の競技者が壁にタッチする前に次の競技者の足または身体の一部がスタート台を離れた場合、そのチームは失格となる。

1.7.3.1 リレー種目において、競技者は水中スタートすることができる。その競技者は、前の競技者が壁にタッチするまでスタート場所から離れてはならない。違反

した場合にはその競技者は失格となる。

- 1.7.4 指定泳者以外の泳いでいないチームメンバーが、競技が行われている最中、すべてのチームのすべての競技者が競技を終える前に入水した場合、そのリレーチームは失格となる。

1.7.4.1 リレー種目において、水中スタートをする競技者が入水できるのは、前の競技者がスタート側の端壁から出発してからのみとする。

- 1.7.5 タッパーは、競技者にリレーの引継ぎおよびリレーの順位を伝えることができる。タッパーはもう1名必要になることもある。1人が競技者にリレーの区間が終わることをタップして知らせ、もう1人が引継ぎを知らせる。コーチングは認めない。

- 1.7.6 リレー種目において、スタート側にいる各折返監察員は、前の競技者がスタート側の壁をタッチする際に、次にスタートする競技者がスタート台に触れているかどうかを判定すること。(リレーのスタートを判定する) AOE が利用可能な場合、規則に従って使用する。

- 1.7.7 リレー種目で、泳ぎ終わった競技者は、まだ泳ぎ終わっていない他の競技者の妨げにならないよう、速やかにプールから上がらなければならない。

1.7.7.1 S/SB1-5の競技者は、各チームの最終泳者が泳ぎ終えるまで、自分のレーンに残ることができる。水中に残っている競技者はプールの端壁から離れ、レーンロープの近くにいななければならないが、別のレーンにいる他の競技者の妨げになってはならない。

1.7.7.2 リレー泳者交代の際、プールデッキからの出走は認めない。競技者が可動バックプレートの後ろのブロックに足を置くこと、または可動バックプレートの上に片足または両足を置くことは許可されていない。

1. 8 競技

- 1.8.1 すべての個人競技は男女別で行われること。

- 1.8.2 競技を全うするためには、競技者は、単独で定められた全距離を泳ぎきらなければならない。全距離を泳ぎ切らない競技者は失格となる。

- 1.8.3 競技者は、スタートしたレーンと同じレーンで泳ぎ、ゴールしなければならない。

1.8.3.1 視覚障がいを持ち、タッパーがいる競技者が、使用されていないレーンで水面に出た場合、そのレーンでゴールすることが認められている。

1.8.3.2 視覚障がいを持つ競技者が使用されているレーンで水面に出た場合、本来

のレーンに戻ることが望ましい。競技者が正しいレーンに戻る間は、完全に水没しても良い。タッパーは口頭で指示を与えてもよいが、競技者の名前をはっきりと呼び、他の競技者の混乱を招いたり、妨害を与えたりしないようにすること。もし競技者が使用されているレーンでゴールした場合は、反則とせず、記録は有効となる。

(解説：本表で規則 1.8.3、1.8.3.1、1.8.3.2 を解説する。)

タッパーのいる競技者 (CoE T)	1.8.3.1 未使用のレーンで水面に出る。	失格ではない
	1.8.3.2 使用中のレーンで水面に出る。本来のレーンに戻るべきだが、戻れなくても罰則は与えられない。	失格ではない
	使用中のレーンで水面に出て、他の競技者の妨げになる。	11.8.7.1 を参照
タッパーのいない競技者	1.8.3 自レーンでゴール	失格ではない
	1.8.3 別のレーンで水面に出る	失格

- 1.8.4 すべての競技において折返しの際は、競技者は、プールの壁に身体の一部を接触させなければならない。折返しは壁で行われなければならない、プールの底から踏み出してはならない。
- 1.8.5 レーンロープを引っ張ってはならない。
- 1.8.6 別のレーンを泳いで他の競技者を妨害する、およびその他の妨害行為が行われた場合、違反競技者を失格とする。その違反が故意と認められた場合、審判長はその事実を主催団体と違反者の所属および J P S F に報告する。
- 1.8.7 違反により他の競技者が不利益を被った場合、審判長は、かかる違反が予選で起きた場合、その競技者を次の組に出場させ、決勝または予選最終組で起きた場合、競技のやり直しを命じる権限を持つ。
- 1.8.7.1 視覚障がいを持つ競技者の競技に関して、競技者がスタートや折返しの後に他の競技者のレーンに入る、またはレーンロープに接近しすぎて泳ぐなど、競技中に誤って違反が起きた場合、審判長は、1人または全競技者にその種目のやり直しをさせる権限を持つ。そのような違反が決勝で起きた場合、審判長は、決勝のやり直しを命ずる権限を持つ。
- 1.8.8 S11、SB11、SM11 の競技者は、両目義眼の競技者を除き、競技中、不透明（黒塗り）のゴーグルを着用すること。S11、SB11、SM11 の競技者で、顔の形状により

ゴーグルが着用できない場合、不透明のカバーで目を覆う必要がある。S11、SB11、SM11の競技者は、出場したレース後、ゴーグルチェックを受けなければならない。

1.8.8.1 競技において、ゴーグルが飛び込み時に誤って外れたり、レース中に破損したりしても、競技者は失格とはならない。

1.8.9 競技中、競技者は義眼を除き義足・義手または矯正装具の使用は認められない。

1.8.10 人工内耳とインシュリンポンプの装着は認められる。

1.8.11 競技に参加していない競技者が、競技中すべての出場泳者が競技を終了する前にそのプールに入った場合、当該競技者はその競技会における以後の出場予定の競技から失格となる。

1.8.12 競技の際、泳ぎ終わった競技者は、まだ泳ぎ終わっていない他の競技者の妨げにならないよう、速やかにプールから上がらなければならない。

1.8.13 各競技の終了時、審判長は2回の短いホイッスルを吹き、競技者にプールから上がるよう合図すること。

1.8.14 ペースメーカーとなる装置の使用またはペースメーカーとなるような行為は許されない。

1.8.15 競技役員によるミスに起因して競技者が過失を犯した場合、その過失は審判長より取り消される場合がある。

1. 9 サポートスタッフ

1.9.1 サポートスタッフは、プールデッキまたは招集所にいる際、競技者にコーチングしたりマッサージをしてはならない。サポートスタッフは、ストップウォッチ、無線通信装置、リュックサックまたはバッグを使用する、もしくは目に付くように持っていてはならない。

1.9.2 サポートスタッフがプールデッキ上で競技者の介助をできるのは、サポートスタッフ要請がクラス分けマスターリストに記載されている場合、またはJPSF関連大会の要項等で定めた場合に限る。

1.9.3 サポートスタッフは視覚障がいを持つ競技者に対し、競技者がプールの端壁に近づいてきた際に1回または2回軽くたたいて知らせる必要がある場合がある。この行為を「タッピング」と呼び、タッピングを行うサポートスタッフを「タッパー」と呼ぶ。プールの両端壁でタッピングが必要な場合、各端

壁にタッパーを各1名ずつ配置する。

1.9.3.1 競技クラス S11、SB11、SM11 の競技クラスには、毎折返しおよびゴール時のタッパーとタッピングが義務付けられる。

1.9.3.2 すべてのタッピング用具は、事前に J P S F による承認、記録、使用の安全（構造および長さ）の確認を受けなければならない。

1.9.3.3 競技クラス S11、SB11、SM11 以外の競技者の場合、タッパーおよび／またはタッピングは任意とし、必ずしも競技中または競技会期を通し起用する必要はない。

注1 保護用医療テーピングについて

保護用の医療テーピング（開放創、床ずれ、ストーマ、敏感肌などを覆う）を使用して競技出場を希望する競技者は、各セッションの開始前、またはテーピングが必要になった時点で、審判長の許可（競技会場においては医療資格者と協議の上）を得なければならない。本規則に違反した競技者は、失格および／またはその競技会において以後の競技出場ができなくなる場合がある。キネシオロジーテーピング（K-Tape）は、保護用医療テーピングとはみなされず、競技中に装着することは禁止される。