

せとうち OWS 2026in 渋川 大会参加者への最終案内

2026.9.10 版

この度はせとうち OWS2026in 渋川にお申込みいただき、ありがとうございます。

大会参加に関する最終案内をお知らせさせていただきます。

大会について

本大会は瀬戸大橋を望む景観の素晴らしい瀬戸内海を泳ぐ今年で20回を迎える OWS の大会です。中国地方には数少ない瀬戸内海を泳ぐ OWS 大会となっています。大会に参加される選手の皆さんにはぜひこの渋川海岸近辺での瀬戸内海でのレースを楽しんでいただけたらと思います。

基本、フォームで提出、入力が不可の方は当日用紙で提出

当日提出する健康チェックフォーム⇒



当日のタイムスケジュール

スケジュール (9/20)

- 13:45 OWS クリニック受付開始
- 14:00 OWS クリニック (OWS 検定 5 級) 開始
- 15:00 OWS クリニック終了 (OWS 検定 5 級)
- 15:00-15:30 前日公式練習

アップなどは決められた時間のライフセーバーが
決めたエリアで指示に従って行ってください。

スケジュール (9/21)

▼ワンウェイスイム 3km

- 8:00 ワンウェイスイム 3km 受付、ウォーミングアップ (-8:40 まで) (受付終了 8:40)
- 8:45 開会式 終了後、ワンウェイスイム 3km 招集
- 8:50-9:20 ワンウェイスイム (自家用車エントリー) スタート地点受付・招集
- 8:55 ワンウェイスイム 3km 第1グループ 301-329
- 9:15 ワンウェイスイム 3km 第2グループ 330-336/401-418
- 9:40 ワンウェイスイム 3km スタート
- 11:10 ワンウェイスイム 3km 終了

▼5km/2.5km

- 9:30 5km/2.5km 受付開始/ウォーミングアップ (-10:10 まで)
(5km/2.5km 受付終了 11:45)
- 12:00 5km/2.5km 招集
- 12:15 5km スタート
- 12:16 2.5km スタート

▼1.25km/625m

- 12:00 1.25km/625m 受付開始 (1.25km/625m 受付終了 14:00)
- 14:15 1.25km/625m 招集
- 14:30 1.25km スタート
- 14:31 625m スタート

15:30 頃 全競技終了 ※閉会式は行いません。

受付について

※ 受付の前に必ず当日健康チェックフォームにご入力の上受付にお越しください。

☆受付ではお名前をお伝えください。(持参物はありません)

受付時混雑緩和のために、8時からの受付はワンウェースイム3kmご参加の選手のみとさせていただきますので、それ以外の種目の参加者の方は9時以降に受付を行いますのでお気を付けください。

受付の締切には、余裕をもって会場にお越しください。

タイムスケジュールを必ずご確認ください。

2種目エントリーの選手の方へ注意事項

2種目以上エントリーの方へはICチップが参加種目数配布されます。該当種目のレースナンバーのICチップを装着してください。また、レースナンバーも各レースで異なりますので、ナンバーリングの書き直しを行いますので受付までお越しください。

水着

自由となっています。ウェットスーツ、ラッシュガードなどの着用も可です。(表彰対象です。なお5km日本選手権トライアルの部はのぞく(WorldAQUA 公認水着着用のこと。招集時確認します)) ご不明な点は当日までにメールにて質問していただくか、当日本部にて使用の可否を確認してください。ただし、足ひれ、パドル、グローブ、シュノーケル、マスクなどの着用は不可とします。

キャップ

参加距離別に色分けされたキャップを参加賞として用意しておりますので、配布されたキャップをかぶるように義務付けられています。*複数種目参加の方は距離により決められたカラーのキャップの着用をお願いします。

625m グリーン	1.25km イエロー	2.5km レッド	ワンウェースイム 3km ブルー	5km 一般 サックス
5km トライアル ホワイト				

クリニック参加の方は各自でスイミングキャップをご用意ください。

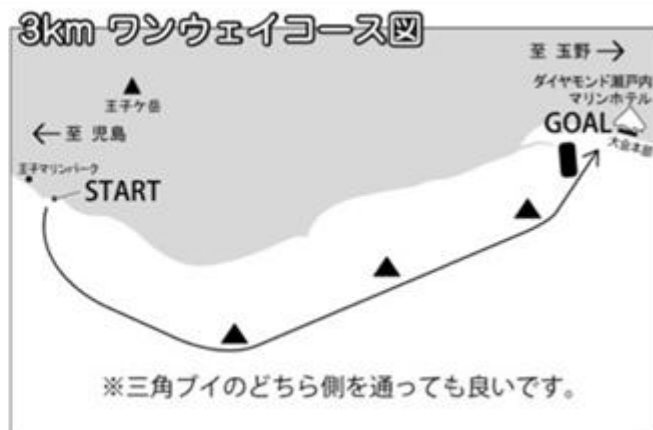
*スマートウォッチや計測用の時計の使用について

特に申請は必要ありませんが、できるだけカバーなどをして利用するようにしてください。また、5km日本選手権トライアルの部の選手は事前申請が必要となりますので受付で申し出てください。

競技内容

625m、1.25km、2.5km、5km

渋川海岸の海に向かって右側の砂浜からスタートし、三角形のブイを時計回りに回る1周625mのコースです。(625mは1周、1.25kmは2周、2.5kmは4周、5kmは8周) 1周終えるごとに周回ラップタイムがでますので、周回ごとにタッチ板へのタッチをお願いします。周回数のカウントは選手ご自身にてお願い致します。(周回数不足のまま退水した場合は失格となる場合があります)周回ごとに波打ち際にある場所で給水することも可能です。周回カウントの補助に輪ゴムをつけると便利です。各自でもご準備ください(限定数準備します。8周なら手首に4本ゴムをつけ、1周ごと反対の手首に移動する)



ワンウェースイム(3km)

ダイヤモンド瀬戸内マリンホテル前よりバスで王子ヶ岳辺りの唐琴丸発着所まで移動します。唐琴丸発着所から海に向かってビーチ左側よりスタートし、岸沿いに渋川海岸に向かって泳ぐワンウェイ（一方通行）コースです。ブイが浮いていますが、どちらを通過しても構いません。*受付でお渡しをする白い袋に入っている、名前の記載のある袋に必要なものを入れ移動してください。またバス乗車時には濡れた体で乗車しないようお気を付けください。(受付時にお渡しする袋に入っているゴミ袋を座席に敷いてお座りください。)

※自家用車でスタート地点に向かう参加者の方は決められた時間（8：50～9：20）にスタート地点で受付を済ませてください。(フィニッシュ地点の渋川海水浴場で受付を希望される方は前日までに info@setouchiows.jp または LINE にて連絡を必ずしてください) 可能な方はナンバリングを各自で行ってください。

1
0
7

←両腕上腕に縦に
番号をはっきり書いてください。

OWSクリニック&OWS検定5級(9/20(日)実施)

(公財)日本水泳連盟 OWS 指導員が指導をするOWSクリニックです。クリニック内で泳ぐミニコースでの時間泳でOWS検定5級取得となります)

注意⇒すべての種目において途中でブイやロープに掴まったり、ライフガードのボードで休憩することは失格にはなりません。(5km日本選手権トライアルの部をのぞく)。ただし他選手への妨害行為やその他レースを妨げるような行為や設定したコース上を泳がないコースアウトは協議の上、審判長の判断により失格となることもあります。その際、レース中であっても途中退水していただくこともありますので、ご了承ください。

フィニッシュ形式について

例年通り同じようにタッチ板へのタッチとします。ICチップをしっかりと両手首に装着し、タッチ板へのタッチをしっかりと行ってください。(両手どちらのタッチでもOKです)1周ごとの通過もお手数ですが、タッチ板へのタッチをお願いします。

制限タイムについて

625m:30分/1.25km:1時間/2.5km:1時間30分/ワンウェースイム3km:1時間30分
5km(一般):2時間 / 5km(日本選手権トライアル):1時間30分

全ての泳者がフィニッシュする前に大会運営上、次の種目がスタートする場合があります。また、上記時間を超えてフィニッシュした場合は審判長の判断の上、失格となることもあります。制限時間を超えて泳いでいる場合は途中退水をお願いする場合がありますので、ご了承ください。5kmについて→制限時間トライアル 1時間30分/一般2時間経過の時点で海上にいる選手は審判長の判断により途中退水、失格となります。

サポートスイマーについて

当大会は完泳目標の方のためにサポートをする泳者(サポートスイマー)と一緒に泳ぐことができます。サポートスイマーの方は事前に必ず大会事務局までメールでお知らせください。サポートスイマーの方は計測なし、チップは自前のものをご用意ください。エントリー費は必要ではありません。(チップは装着しないでください)

計測

全種目！Cチップにて計測をします。1種目につき1つありますので2種目以上参加の方は付け替えてください。マジックテープ式のバントとなっており、受付の際(当日)お渡しする袋に入っておりますので、ご確認のうえ招集の際には必ず両手首に装着ください。紛失した場合は、実費負担いただきますのでご了承ください。(ビニールテープなどで補強することは可能ですが各自でご準備ください)

給水

給水はスタート地点(折り返し、フィニッシュも同じ場所)にて波打ち際にて給水場所を用意する予定ですが、自身で飲み物を用意したい方はわかりやすい目印などをしてご自身でご用意ください。ワンウェースイム3kmは給水船は設置しませんので、ご了承ください。ご自身の水着にジェルなどを挟んで泳いでも構いません。受付時に今年度協賛のアサヒ飲料よりH2O(スポーツドリンク) ペットボトルを1本お渡しをします。

表彰の対象(予定)

各種目 男女別総合1～3位、各種目年代別(1～3位(総合3位までの入賞者除く))。表彰は該当競技終了後受付本部にて準備が整い次第総合表彰のみ簡素的な表彰式を行います。年齢別の表彰式はありませんのでご自身で受付まで表彰状を取りに来てくださいますようお願いいたします。

記録証

記録証はレース終了後、全員に間もなく発行いたします。

貴重品預り

貴重品預かりは行いませんので各自での対策をお願いいたします。(海水浴場中央の建物1階にコインロッカー(200円)があります。

お困りの方は受付でお声掛けください



駐車場

渋川海水浴場の駐車場に駐車してください。(1時間/100円/1,000台)ダイヤモンド瀬戸内マリンホテルの駐車場には駐車しないようにお気をつけください。(宿泊の方を除く)また、駐車場内の盗難・事故に関しては当大会においては一切責任を負いません。大会参加者へ駐車場割引などはございません。

その他

更衣室やシャワー(水シャワー)にはついては変更があります！シャワーは海水浴場中央のシャワー室(男女それぞれ、水シャワー)更衣室は2階建ての建物の2階(男子→テント、女子→2階奥の部屋)、大会参加者の多くが使用されますので、譲り合ってお使いくださいますようよろしくお願いします。ホテルのお風呂をご利用の際には必ず体を拭いて、砂をできるだけ払った状態で着衣の上ご入館ください。マリンホテルのお風呂は申し訳ありませんが15時からとなります。



ビジターハウス
2階が更衣室です。
男性 テント
女性 1番奥の部屋

シャワー 男女分かれてます。
シャンプーなどの利用不可
水シャワーです。

開催の判断

台風などの悪天候により、海のコンディションが非常に悪くなる予報などの場合に大会を中止する最終判断は当日の朝7時の気象情報(警報発令や台風接近)によって決定いたします。(場合によってはもっと事前に荒天が判断される場合は早目に中止の判断をする場合もあります。) 決定次第せとうちOWSのHP・フェイスブック・インスタでできる限り早くお知らせしますのでご確認ください。中止の際のエントリー費の返金はありませんので、ご了承ください。

大会会場までのアクセス(公共交通機関) JR岡山駅より渋川海岸へは直通のバスがあります。(約1時間・両備バス運行)

岡山駅から渋川海水浴場のバス時刻表 →



その他 JR 宇野駅からのバスもあります。

***当日の天候や海況により時間の変更がある場合もありますのでご了承ください。**

*遅い種目の参加者の方は受付終了までの時間に受付を済ませること。(岡山駅始発のバスが朝の受付に間に合わない場合は事前にメールにてご連絡ください)

☆大会に関する連絡(当日棄権連絡などもこちらに)

info@setouchiows.jp

または公式 LINE(個別やり取りのみ)

* 早朝、深夜の時間帯のお問い合わせはご遠慮ください。

せとうちOWSHP、Facebook、Instagram、公式LINE(個別やり取りのみ)にて、大会直前情報などアップ予定です。大会中止などの案内もHP等で案内していきますので、ご確認ください。公式 LINE→

ID 検索 @gyz2886d



大会参加にあたり

*OWSは自然の中で行う危険なスポーツです。大会までの十分な練習と体調管理を行い、当日の体調の変化などに気を付けてご参加ください。体調に不安がある方は当日ドクターにご相談ください。また近年ウェットスーツの締め付け、圧迫による事故も多く報告されております。ウェットスーツを着用することで呼吸の息苦しさなどある場合はレース中にファスナーなどの開け口を開けたり、水の中に入れると少し楽になります。水温は例年25~27度ほどありますが今年の猛暑により水温上昇も予想されます。

初めて出場される選手の皆さまへ【重要】

OWSはスタート後10分以内のリタイヤが全体の8割を占めると言われています。集団の中で泳ぐことに不慣れな方はスタートのホーンが聞こえてから、数回落ち着いて呼吸を繰り返す頃には周りにいたたくさんの人たちはいなくなっていますので、自分のペースで落ち着いてスタートをすることをお勧めします。まずはスタートして10分程度は自分のペースを落ち着いて作る時間と意識しましょう。またレース中はライフセーバーのボードにつかまったり、足の着くところで立っても失格にはなりませんので（5km日本選手権トライアルをのぞく）不安を感じたらあおむけで呼吸を落ち着かせてみたり、ライフセーバーのボードでちょっと休んだり、落ち着いて泳げる状態を作るようにしましょう。時には異変を感じた時には勇気あるリタイヤが必要な時もあります。自分の身は自分で守り、安全に楽しく自然を感じて泳いでもらえたらと思います。

☆9月に入り、大雨被害や台風の影響も多いですが、今年こそ晴天を期待したいので、晴れ女、晴れ男の皆さんお願いします！参加される選手の皆さんと渋川海水浴場で笑顔でお会いできますようにお待ちしておりますのでお気を付けお越しください！

