**赛事提醒**

各参赛者务必在比赛前一周浏览上海市游泳协会官网进行赛事信息的核实与查询。

**未按时参加比赛运动员，自动延期至下次赛事，每位运动员仅有一次补考机会。延期后未能按时参加比赛运动员视为自动放弃，不退费。名额有限，请在第一时间进行报名！**

**报名须知**

**参赛者需递交由本人签字的《自愿参加比赛责任书》，下载附件**

**一、运动员身体健康要求**

**游泳竞赛是一项负荷强度较大的运动，对参与者身体状况有较高的要求，参与者应身体健康，有长期参加游泳锻炼或训练的基础。参与者可根据自己的身体状况和实际能力，选择报名。**

**有以下疾病患者不宜参加比赛：**

**①****先天性心脏病和风湿性心脏病患者；**

**②高血压和脑血管疾病患者；**

**③心肌炎和其他心脏病患者；**

**④冠状动脉病患者和严重心律不齐者；**

**⑤血糖过高或过低的糖尿病患者；**

**⑥比赛日前两周以内患过感冒；**

**⑦赛前一晚大量饮酒或睡眠不足；**

**⑧孕妇；**

**⑨新型冠状病毒感染未愈或新冠病毒感染康复后30天内；**

**⑩其它不适合本项运动者。**

**如擅自违反规定参赛，其产生的一切后果由其本人自行承担。**

**二、在考核过程中，因个人身体及其它个人原因导致的人身损害和财产损失，由参赛者个人承担责任。**

**运动员入场须知**

**1、报名截止后3天，上海市游泳协会官网站公示各组别考级入场时间安排。**

**2、选手需根据入场时间安排公告提前30分钟抵达赛场，配合工作人员进行签到登记、携带运动员身份证、报名表、《自愿参加比赛责任书》入场。**

**3、本次比赛一名参赛选手只允许一位家长陪同。入馆后家长在指定休息区休息，不进入主赛场。**

**4、参赛运动员需自行办理当日有效《上海市游泳场所游客健康承诺卡》，如选手出现如发烧、咳嗽、头痛等身体不适情况，请立刻联系赛场的工作人员。**

**5、各组比赛结束后，运动员可通过现场成绩公告查询考核成绩，也可以在比赛结束24小时后登录考级报名网站查询考核结果。**

上海市游泳协会