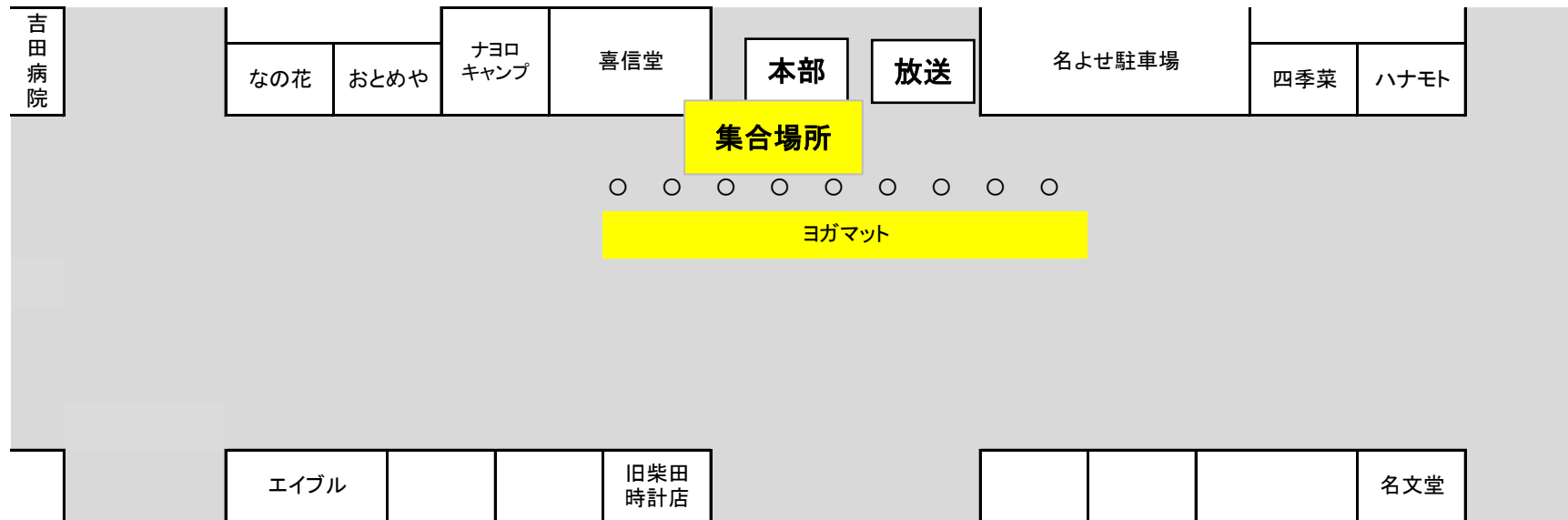


OTONA-UDETATE 競技説明



【競技について】必ず当日エントリーが必要です。

エントリーは9：45から開始し、定員になり次第締め切ります。

【競技ルールについて】

- ① 12時00分になったら、速やかに図の集合場所に集合し、スタッフの指示に従って整列をお願いします。
- ② 一人1回のみ計測を行います。
腕立て伏せについては、次の項目を必ず守ってください。
 - ・ 腕の幅は肩幅とする。
 - ・ 脚は閉じた状態で行う。
 - ・ カウント後、腕を曲げ、胸を所定の位置につける。
 - ・ 体勢を戻す際は、肘を伸ばしきること。
- ③ 2秒に1回カウントを行い、次のカウントまでに間に合わない場合は失格となる。
- ④ 全員計測を行い、最も回数が多かった人が優勝となる。