

競技順序(予定時間)

開 場	8:00 ~
ウォーミングアップ	8:00 ~ 8:55
役員(主任・副主任)MT	8:15 ~
競技・運営役員打ち合せ	8:30 ~
公式スタート練習	8:35 ~ 8:55
開 会 式	9:20 ~
競 技 開 始	9:30 ~
ワンポイントアドバイス	10:59 ~ 12:44

【 イベント 】

8:15~8:45 (飛込みプールにて)
小西先生のCMA(シーマ)イベント

9:05~9:15 (50mプールにて)
フィンスイミングのデモンストレーション

対象の方(詳しくはP20)は時間内に
飛込みプールへお越しください
(競技順序 No.7~No.19)

レース間隔:35秒(背泳ぎ+10秒 リレー+0秒) RTチャレンジ:+240秒

No. 1 女子 200 m 個人メドレー	4組 9:30	No. 18 女子 100 m ファミリーリレー(母と子)	2組 12:33
No. 2 男子 200 m 個人メドレー	5組 9:48	No. 19 男子 100 m ファミリーリレー(父と子)	3組 12:38
No. 3 女子 200 m フリーリレー	4組 10:08	休憩 その場で! みんなで! ストレッチ!	
No. 4 混合 200 m フリーリレー	5組 10:24	No. 20 無差別 10 m RTチャレンジ(最速王)	2組 13:04
No. 5 男子 200 m フリーリレー	4組 10:41	No. 21 女子 50 m バタフライ	7組 13:11
No. 6 無差別 10 m RTチャレンジ(1.00秒)	1組 10:54	No. 22 男子 50 m バタフライ	8組 13:22
No. 7 女子 100 m バタフライ	2組 10:59	No. 23 女子 50 m 背泳ぎ	11組 13:32
No. 8 男子 100 m バタフライ	2組 11:05	No. 24 男子 50 m 背泳ぎ	6組 13:51
No. 9 女子 100 m 背泳ぎ	4組 11:10	No. 25 女子 50 m 自由形	17組 14:01
No. 10 男子 100 m 背泳ぎ	3組 11:21	No. 26 男子 50 m 自由形	19組 14:24
No. 11 無差別 10 m RTチャレンジ(0.80秒)	1組 11:29	No. 27 女子 50 m 平泳ぎ	9組 14:48
No. 12 女子 100 m 自由形	7組 11:34	No. 28 男子 50 m 平泳ぎ	11組 15:02
No. 13 男子 100 m 自由形	8組 11:50	No. 29 女子 200 m メドレーリレー	3組 15:18
No. 14 女子 100 m 平泳ぎ	4組 12:06	No. 30 混合 200 m メドレーリレー	5組 15:31
No. 15 男子 100 m 平泳ぎ	6組 12:18	No. 31 男子 200 m メドレーリレー	3組 15:49
No. 16 女子 100 m ファミリーリレー(祖母と孫)	0組	No. 32 無差別 50 m 1分間泳チャレンジ	3組 15:59
No. 17 男子 100 m ファミリーリレー(祖父と孫)	1組 12:31	競技終了予定 16:04	

閉 会 式 16:15 ~ 16:25 団体戦表彰式

* 閉会式のあとは2階の表彰デスクが大変混雑致します レースが終わり、速報が出ましたらお早めにお越しください

リレーオーダー変更締切時間 (変更がある場合のみ【2階総合受付】に用紙を提出してください)

No. 3~5	女子・混合・男子	200m	フリーリレー	8:30
No. 16~19	女子・男子	100m	ファミリーリレー	10:15
No. 29~31	女子・混合・男子	200m	メドレーリレー	13:15