

50本チャレンジ！ サークルごとの時間配分表

2020.08.02

通常スイム(時間帯:A以外)

1分	50本
12本	720 ⇒ 12分
休憩	1分
12本	720 ⇒ 12分
休憩	1分
12本	720 ⇒ 12分
休憩	1分
14本	840 ⇒ 14分
53分	

1分10秒	50本
12本	840 ⇒ 14分
休憩	1分
12本	840 ⇒ 14分
休憩	1分
12本	840 ⇒ 14分
休憩	1分
14本	980 ⇒ 16分 20秒
61分 20秒	

1分15秒	50本
12本	900 ⇒ 15分
休憩	1分
12本	900 ⇒ 15分
休憩	1分
12本	900 ⇒ 15分
休憩	1分
14本	1050 ⇒ 17分 30秒
65分 30秒	

0分45秒	60本
12本	540 ⇒ 9分
休憩	1分
12本	540 ⇒ 9分
休憩	1分
12本	540 ⇒ 9分
休憩	1分
12本	540 ⇒ 9分
休憩	1分
12本	540 ⇒ 9分
休憩	1分
12本	540 ⇒ 9分
49分	

フィンスイム(時間帯:A)

1分	50本
UP 4本	240 ⇒ 4分
休憩	1分
BF 10本	600 ⇒ 10分
休憩	1分
BF 10本	600 ⇒ 10分
フィン交換休憩	4分
MF 10本	600 ⇒ 10分
休憩	5分
MF 10本	600 ⇒ 10分
休憩	1分
6本	360 ⇒ 6分
62分	

1分10秒	50本
UP 4本	280 ⇒ 4分 40秒
休憩	1分 20秒
BF 10本	700 ⇒ 11分 40秒
休憩	1分 20秒
BF 10本	700 ⇒ 11分 40秒
フィン交換休憩	4分 20秒
MF 10本	700 ⇒ 11分 40秒
休憩	4分 20秒
MF 10本	700 ⇒ 11分 40秒
休憩	1分 0秒
6本	420 ⇒ 7分 0秒
70分40秒 ⇔ 66分 280秒	

1分15秒	50本
UP 4本	300 ⇒ 5分
休憩	1分
BF 10本	750 ⇒ 12分 30秒
休憩	1分 30秒
BF 10本	750 ⇒ 12分 30秒
フィン交換休憩	4分 30秒
MF 10本	750 ⇒ 12分 30秒
休憩	4分 30秒
MF 10本	750 ⇒ 12分 30秒
休憩	1分 0秒
6本	450 ⇒ 7分 30秒
75分00秒 ⇔ 71分 240秒	

今回は……
 飛沫感染防止の為、
 役員は「スタート出し」
 (ヨーイハイ!)のお声
 掛けを行わないように
 します。
 先頭の方はスタート
 時間を間違えない
 ように!(^^)!

* フィンスイムは休憩時間がサークルによってバラバラです。セット間後のスタート(10本のスタート)は常に00秒からスタートにしています