

競技順序

NO	男	組数	種目数	時間	NO	種 目	組数	種目数	時間
1	女子 200m 個人メドレー				15	女子 100m 個人メドレー			
2	男子 200m 個人メドレー	1	1	10:00	16	男子 100m 個人メドレー	1	2	11:05
3	女子 25m 板キック	1	4	10:07	17	女子 25m 平泳ぎキック	↑ 1	1	11:09
4	男子 25m 板キック	1	4	10:11	18	男子 25m 平泳ぎキック	↓	1	
5	女子 25m 自由形	1	3	10:15	19	女子 25m 平泳ぎ			
6	男子 25m 自由形	1	2	10:17	20	男子 25m 平泳ぎ	1	1	11:11
約 10 分 休 憩					約 10 分 休 憩				
7	女子 50m 背泳ぎ				21	女子 50m バタフライ			
8	男子 50m 背泳ぎ				22	男子 50m バタフライ			
9	女子 25m 背泳ぎキック				23	女子 25m バタフライキック			
10	男子 25m 背泳ぎキック	↑ 1	1	10:30	24	男子 25m バタフライキック	1	1	11:18
11	女子 25m 背泳ぎ	↓	1		25	女子 25m バタフライ	1	1	11:21
12	男子 25m 背泳ぎ		1		26	男子 25m バタフライ			
13	女子 50m 平泳ぎ				27	女子 50m 自由形			
14	男子 50m 平泳ぎ	1	3	10:33	28	男子 50m 自由形	1	3	11:24
約 10 分 休 憩					競 技 終 了 予 定				
『R3～O1級認定会』									
				10:45					11:26

↑ 合同レース

※No.10～12、No.17～18

注意事項

*競技時間は予定です。レースに遅れないようご注意ください。

***招集は目洗い場前**で行ないます。プールサイドで待機となりますが、

各競技の約10分前にはいるようにしてください。（わからない人は近くのコーチにたずねて下さい。）

*人数の少ない種目は男女同時レースの場合があります。