

第35回立石記録会兼特別認定会 タイムスケジュール

NO	種 目	組数	時間	NO	種 目	組数	時間
1	女子 200m 個人メドレー	1	10:00	29	女子 50m 自由形	3	12:52
2	男子 200m 個人メドレー	2	10:04	30	男子 50m 自由形	5	12:57
3	女子 100m 自由形	1	10:12	31	女子 200m 平泳ぎ	1	13:06
4	男子 100m 自由形	3	10:14		15分休憩	1	13:10
5	女子 100m 平泳ぎ	2	10:20	32	男子 200m 平泳ぎ	1	13:25
6	男子 100m 平泳ぎ	1	10:25	33	女子 50m 平泳ぎ	1	13:29
	15分休憩	1	10:27	34	男子 50m 平泳ぎ	2	13:31
7	女子 100m バタフライ	0	10:42	35	女子 200m バタフライ	0	13:34
8	男子 100m バタフライ	1	10:42	36	男子 200m バタフライ	0	13:34
9	女子 100m 背泳ぎ	1	10:44	37	女子 50m バタフライ	3	13:34
10	男子 100m 背泳ぎ	1	10:46	38	男子 50m バタフライ	4	13:39
11	女子 25m 自由形	1	10:49	39	女子 200m 背泳ぎ	0	13:46
12	男子 25m 自由形	2	10:50	40	男子 200m 背泳ぎ	1	13:46
	15分休憩	1	10:52	41	女子 50m 背泳ぎ	2	13:50
13	女子 25m 平泳ぎ	1	11:07	42	男子 50m 背泳ぎ	2	13:53
14	男子 25m 平泳ぎ	1	11:09	43	女子 400m 自由形	↑ 1	13:57
15	女子 25m バタフライ	1	11:10	44	男子 400m 自由形	↓	14:03
16	男子 25m バタフライ	0	11:11				14:03
17	女子 25m 背泳ぎ	1	11:11				14:03
18	男子 25m 背泳ぎ	0	11:12				14:03
19	女子 800m 自由形	1	11:12				14:03
20	男子 1500m 自由形	1	11:22				14:03
21	「25m X 4人 絆リレー」	4	11:42				14:03
22	特別認定会	1	11:50				14:03
23	女子 400m 個人メドレー	↑ 1	12:30				14:03
24	男子 400m 個人メドレー	↓	12:37				14:03
25	女子 100m 個人メドレー	1	12:37				14:03
26	男子 100m 個人メドレー	1	12:40				14:03
27	女子 200m 自由形	1	12:43				14:03
28	男子 200m 自由形	2	12:46				14:03



同時レース

※競技終了予定

14:03

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。

* 各競技の約10分前にシャワー前で招集を行ないます。各自、時間を見て招集場所に集まってください。（わからない人は近くのコーチにたずねてください。）

* 人数の少ない種目は男女同時レースとなります。

* ウォーミングアップについて

選手・準選手：8：30～9：15 育成・スパーチャイルド・本科クラス：9：15～9：45

* 自分の種目が終わり次第、各自帰宅となります。