

立石記録会 進級テスト 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 100m個人メドレー	2	9:30	24	女子 50m自由形	5	11:44
2	男子 100m個人メドレー	3	9:36	25	男子 50m自由形	5	11:54
3	女子 25mバタ足	2	9:45	26	進級テスト	1	12:04
4	男子 25mバタ足	1	9:48	27	女子 200m個人メドレー	1	13:15
5	女子 50mバタフライ	3	9:49	28	男子 200m個人メドレー	0	13:19
6	男子 50mバタフライ	4	9:57	29	女子 25mバタフライ	0	13:19
7	女子 100m自由形	1	10:07	30	男子 25mバタフライ	0	13:19
8	男子 100m自由形	2	10:09	31	女子 50m平泳ぎ	4	13:19
9	女子 25m自由形	1	10:14	32	男子 50m平泳ぎ	4	13:29
10	男子 25m自由形	0	10:16	33	女子 200m自由形	1	13:39
11	女子 200mバタフライ	0	10:16	34	男子 200m自由形	1	13:39
12	男子 200mバタフライ	1	10:16	35	女子 25m背泳ぎ	1	13:43
13	女子 50m背泳ぎ	4	10:20	36	男子 25m背泳ぎ	0	13:45
14	男子 50m背泳ぎ	3	10:30	37	女子 100mバタフライ	1	13:45
15	女子 800m自由形 ↑	1	10:37	38	男子 100mバタフライ	2	13:45
16	男子 1500m自由形 ↓	1	10:37	39	女子 400m個人メドレー	0	13:51
17	ピットリレース	15	10:57	40	男子 400m個人メドレー	0	13:51
	～10分休憩～	1	11:20	41	女子 100m背泳ぎ	1	13:51
18	女子 100m平泳ぎ	1	11:30	42	男子 100m背泳ぎ	2	13:51
19	男子 100m平泳ぎ	2	11:33	43	女子 200m平泳ぎ	1	13:57
20	女子 25m平泳ぎ	1	11:39	44	男子 200m平泳ぎ	1	13:57
21	男子 25m平泳ぎ	0	11:40	45	女子 400m自由形	1	14:01
22	女子 200m背泳ぎ ↑	1	11:40	46	男子 400m自由形	0	14:07
23	男子 200m背泳ぎ ↓	1	11:40				



合同レース

※競技終了予定

14:07

※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合同レースとなります。

※プールサイドへのスマートフォン等の持ち込みは一切禁止いたします。