

第17回 調布市室内水泳記録会 進行予定表

各種目の開始時間はあくまでも目安です。状況によって変動しますのであらかじめご了承ください。(進行が早まる場合があります)

12:10	参加者入場 (着替え)
	ウォーミングアップ
	■ 12:30より1コースは飛込講習会専用とします。 希望者のみの参加です。
	■ 12:30より6コースは飛込み練習専用とします。 希望者のみの使用とします。
13:15	ウォーミングアップ終了
13:20	開 会 式
13:30	25m 自由形キック 1組
13:35	100m 個人メドレー 5組
14:00	100m 自由形 1組
14:05	100m 背泳ぎ 1組
14:10	100m 平泳ぎ 2組
14:20	100m バタフライ 1組
14:25	25m 自由形 4組
14:40	25m 背泳ぎ 3組
14:50	25m 平泳ぎ 2組
14:55	25m バタフライ 3組
15:05	50m 自由形 7組
15:30	50m 背泳ぎ 2組
15:35	50m 平泳ぎ 2組
15:40	50m バタフライ 3組
15:50	終 了

競技開始時間は早まる場合がありますのでご了承ください。

各レース参加者は約20分前に召集場集合となります。

常時1コースをウォーミングアップコースとして開放します。