

**第 20 回フレッシュカップ 及び  
アーティスティックスイミングバッジテスト検定  
スケジュール**

8 : 30	役員入館
8 : 45	フレッシュカップ出場選手入館、
8 : 50	監督者会議（プールサイド）
9 : 00 ~	練習
9 : 20 ~ 10 : 10	出場順に曲かけ練習（チームのみ 小 7、中 5、高 1）
10 : 30 ~	ソロ競技（小 5、中 2）
11 : 15 ~	チーム競技（小 7、中 5、高 1）
12 : 40 ~	デュエット競技（小 5、中 4、高 1）
13 : 30 ~	フレッシュカップ表彰式
13 : 50	AS バッジテスト受検者入館（フレッシュカップ参加者も再受付）
14 : 00 ~	練習
14 : 45	開始式
14 : 50 ~	テスト開始
16 : 30	テスト終了（予定）
17 : 20	選手退館（予定）
18 : 00	全員退館（予定）