

東京都特別水泳大会 アーティスティックスイミング競技

練習時間 (予定)

	メインプール		ダイビングプール
	競技エリア	20メートル	
9月26日 入館 9:00 15-18歳 退館 12:00	9:15 ~ 9:45 フリー 9:45 ~ 10:15 曲かけ(T1S9) 10:40 ~ 10:50 15-18歳T 15-18歳T終了後~ 11:05 15-18歳Sのみ 11:10 ~ 11:45 15-18歳S	9:15 ~ 11:05 * 競技時間外フリー	9:15 ~ 11:55 * 競技時間内は アップ&ダウンのみ
9月26日 入館 13:00 シニア 13-15歳S 退館 16:30	13:30 ~ 14:00 フリー 14:00 ~ 14:40 曲かけ(シニア女男S5+2) (13-15S7) 15:00 ~ シニア女子S ~ 15:30 シニア男子S シニアS終了後~ 15:40 13-15歳Sのみ 15:45 ~ 16:15 13-15歳S	13:30 ~ 15:40 * 競技時間外フリー	13:30 ~ 16:25 * 競技時間内は アップ&ダウンのみ
9月27日 入館 9:00 12歳以下 退館 12:45	9:30 ~ 10:10 フリー 10:00 ~ 10:35 曲かけ(T5D3S3) 11:00 ~ 11:30 12歳以下T 12歳以下T終了後~ 11:45 13-15Tのみ 11:50 ~ 12:05 12歳以下D 12歳以下D終了後~ 12:15 10-12のみ 12:20 ~ 12:30 12歳以下S	9:30 ~ 12:15 * 競技時間外フリー	9:30 ~ 12:40 * 競技時間内は アップ&ダウンのみ
9月27日 入館 13:30 13-15歳DT 退館 17:05	14:00 ~ 14:30 フリー 14:30 ~ 15:10 曲かけ(T4D8) 15:30 ~ 15:50 13-15歳T 13-15歳T終了後~ 16:05 13-15Dのみ 16:10 ~ 16:50 13-15歳D	14:00 ~ 16:05 * 競技時間外フリー	14:00 ~ 17:00 * 競技時間内は アップ&ダウンのみ

* 新型コロナウイルスの影響により、今後変更の可能性があります。
 また、プール状況により制限される場合もありますので、役員の指示に従って下さい。
 くれぐれも密にならないよう気をつけ、怪我や事故のないように各クラブで注意願います。