

第99回日本選手権水泳競技大会 アーティスティックスイミング競技
東京都予選 兼 関東予選
練習時間 (予定)

3月27日(日)	競技エリア内	競技エリア外
午前 入場 9:00	9:15 ~ 9:40 自由練習	終日 フリー
	9:40 ~ 9:50 チーム T ①出場順 No.1~No.4	
	9:50 ~ 10:00 ②出場順 No.5~No.8	
	10:00 ~ 10:25 チーム T 出場順で曲かけ(8)	
	10:30 ~ 11:10 チーム テクニカル	
	チームT終了後 ~ 11:35 デュエット T ミックスデュエット T のみ	
	11:40 ~ 12:15 デュエット テクニカル ミックスデュエット テクニカル	* 競技時間内は アップ&ダウンのみ
デュエットT終了後 ~ 12:30 ソロ T 男子ソロ T のみ		
12:35 ~ 12:50 ソロ テクニカル 男子ソロ テクニカル		
午後	男子ソロT終了後 ~ 13:30 自由練習	終日 フリー
	13:30 ~ 13:45 ACRO のみ	
	13:45 ~ 14:05 ACRO 出場順で曲かけ(4)	
	14:10 ~ 14:30 アクロバティックルーティン	
	14:30 ~ 14:39 チーム F ①出場順 No.1~No.3	
	14:39 ~ 14:48 チーム F ②出場順 No.4~No.6	
	14:48 ~ 14:57 チーム F ③出場順 No.7~No.9	
	15:00 ~ 15:45 チーム フリー	
	チームF終了後 ~ 16:10 デュエット F のみ	
	16:15 ~ 17:00 デュエット フリー	
デュエットF終了後 ~ 17:15 ソロ F 男子ソロ F のみ	* 競技時間内は アップ&ダウンのみ	
17:20 ~ 17:50 ソロ フリー 男子ソロ フリー		
退場 18:15		

* 競技エリア外は、終日練習可能です。

ただし、混雑状況によっては制限される場合もあります。係員の指示に従ってください。

競技時間中は、中央のブリッジから5M以上離れたエリアでアップ&ダウンのみとします。

* 曲かけ練習(チームT と ACRO)は出場順に1回ずつ行います。

* 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。

* 新型コロナウイルス感染状況等により、今後変更の可能性がります。