

# 東京都ASマスターズルーティン大会2024 ルーティン紹介用紙

※ 複数のルーティンに参加する場合は、ルーティンごとに個別に提出してください

提出締切： 2024年 6月 6日（木）正午

送付先：（公財）東京都水泳協会AS委員会 tosuikyo.as@gmail.com

記入または入力項目

クラブ名				
種目（○をつける）	<input type="checkbox"/>	フリーパフォーマンス 1~3人	<input type="checkbox"/>	フリーパフォーマンス 団体
	<input type="checkbox"/>	テクニカル ソロ	<input type="checkbox"/>	フリー ソロ
	<input type="checkbox"/>	テクニカル 男子ソロ	<input type="checkbox"/>	フリー 男子ソロ
	<input type="checkbox"/>	テクニカル デュエット	<input type="checkbox"/>	フリー デュエット
	<input type="checkbox"/>	テクニカル ミックスデュエット	<input type="checkbox"/>	フリー ミックスデュエット
	<input type="checkbox"/>	テクニカル チーム	<input type="checkbox"/>	フリー チーム
	<input type="checkbox"/>	フリーコンビネーション	<input type="checkbox"/>	
選手氏名（S/D/MD種目）				
チーム名（団体/チーム種目のみ）				
テーマ				
曲名				
曲の長さ				

## ルーティン紹介コメント（100字程度）

※演技終了後、プールサイドに上がるまでの時間にアナウンスさせていただきます

### 【コメント例】

週1回、〇〇プールを中心に練習しています。始めて〇年のベテランから、昨年からチームに加わった者も参加しています。「白鳥の湖」の曲によって白鳥になりきって演じました。

鹿児島の世界マスターズ選手権に出場し、世界中のASスイマーと一緒に盛り上がり、とても楽しい思い出になりました。来年のシンガポール大会も、是非出場したいと思っています。