

東京都ASマスターズルーティン大会2025 エレメントカード

※ 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： 2025年 5月 26日（月）12：00

送 付 先： （公財）東京都水泳協会AS委員会 tosuikyo.as@gmail.com

クラブ名	
競技会名	東京都ASマスターズルーティン大会2025
種目	
チーム名 (チームに出場する場合のみ)	
選手氏名	
リザーブ選手氏名	

REQUIRED ELEMENTSを実施する順番

実施順	DD	ORDER DECLARED
1		
2		
3		
4		
5		

* 規定要素を実施する順番に記入してください

提出年月日 : _____

提 出 者 名 : _____

提出者連絡先： E-mail _____

携帯電話 _____