

第48回 全国JOCジュニアオリンピックカップ夏季水泳競技大会
練習時間（予定）

	メインプール				飛込プール	
	競技エリア		競技エリア外(30m外)			
8/20(水)						
開場 10:00	11:55 ~ 12:55	設営 (使用なし)	11:55 ~ 17:35	公式練習	11:55 ~ 17:35	公式練習
	13:00 ~ 18:45	公式練習 (曲かけ練習)				
閉場 19:00						
8/21(木)						
開場 9:20	9:30 ~ 9:45	10-12歳 W-up	9:30 ~ 9:45	13-15歳 W-up	9:30 ~ 9:45	10-12歳 W-up
	9:45 ~ 12:00	10-12歳フィギュア	9:45 ~ 12:00	13-15歳 フィギュア	9:45 ~ 10:00	10-12歳フィギュア
	12:00 ~ 14:50	13-15歳 フィギュア	12:00 ~ 13:00	10-12歳 G1 個人種目	10:10 ~ 12:00	10-12歳 フィギュア競技
	14:50 ~ 15:00	10-12歳 デュエット(1~10)	12:00 ~ 13:00	10-12歳 G2 個人種目	12:10 ~ 13:10	13-15歳 フィギュア
	15:00 ~ 15:10	10-12歳 デュエット(11~20)	13:00 ~ 14:00	10-12歳 G3 個人種目	13:20 ~ 14:55	13-15歳 フィギュア競技
	15:10 ~ 15:20	10-12歳 デュエット(21~27)/ミックスデュエット(1~3)	14:00 ~ 15:00	10-12歳 G1 フリー	Fig終了後~	休憩
	15:30 ~ 18:15	10-12歳 デュエット	15:00 ~ 15:30	10-12歳 G2 フリー	15:30 ~ 16:30	13-15歳 G1 フリー
	18:15 ~ 18:35	10-12歳 ミックスデュエット	15:30 ~ 16:30	10-12歳 G2 フリー	15:30 ~ 16:30	13-15歳 G1 フリー
閉場 18:55						
8/22(金)						
開場 8:20	8:30 ~ 8:45	10-12歳 UP	8:30 ~ 8:45	10-12歳 UP	8:30 ~ 9:45	10-12歳 G1 フリー
	8:45 ~ 8:55	10-12歳 ソロ(1~21)	8:45 ~	10-12歳	9:45 ~ 11:00	10-12歳 G2 フリー
	8:50 ~ 8:55	10-12歳 ソロ(22~38)/男子ソロ(1~3)		10-12歳 ソロ/男子ソロ	11:00 ~	10-12歳 G3 フリー
	9:05 ~ 12:20	10-12歳 ソロ			12:15	
	12:20 ~ 12:40	10-12歳 男子ソロ	12:40		12:15 ~	13-15歳 G1 フリー
	12:50 ~ 12:55	10-12歳 チーム (1~7)	12:50 ~		13:45	
	12:55 ~ 13:00	10-12歳 チーム (8~14)		10-12歳 チーム	13:45 ~	13-15歳 G2 フリー
	13:00 ~ 13:05	10-12歳 チーム (15~20)			15:15	
	13:15 ~ 15:45	10-12歳 チーム	15:45		15:15 ~	13-15歳 デュエット
	16:00 ~	10-12歳 表彰	15:45 ~ 16:15	休憩	16:15	13-15歳 ミックスデュエット
	16:15 ~ 16:20	13-15歳 デュエット (1~12)	16:15 ~		16:15 ~	
	16:20 ~	13-15歳 デュエット (13~23)		13-15歳 デュエット/ミックスデュエット		15-18歳 フリー
	16:25 ~	13-15歳 ミックスデュエット(1)				
	16:35 ~ 18:50	13-15歳 デュエット				
	18:50 ~ 19:00	13-15歳 ミックスデュエット	19:00		19:00	
閉場 19:20						
8/23(土)						
開場 8:20	8:30 ~ 8:45	13-15歳 UP	8:30 ~ 8:45	13-15歳 UP	8:30 ~ 8:45	13-15歳 UP
	8:45 ~ 8:50	13-15歳 ソロ (1~16)	8:45 ~	13-15歳 ソロ	8:45 ~	
	8:50 ~ 8:55	13-15歳 ソロ (17~32)	8:55 ~	13-15歳 チーム		13-15歳 フリー
	8:55 ~ 9:00	13-15歳 チーム (1~5)	9:05 ~	13-15歳 チーム		
	9:00 ~ 9:05	13-15歳 チーム (6~9)	9:15 ~ 11:50	13-15歳 ソロ		
	9:15 ~ 11:50	13-15歳 ソロ	12:05 ~ 13:05	13-15歳 チーム	13:05	
	12:05 ~ 13:05	13-15歳 チーム				
	13:20 ~	13-15歳 表彰	13:05 ~ 13:40	休憩	13:05 ~	
	13:40 ~ 13:45	15-18歳 ソロ(1~29)/男子ソロ(3)TECH	13:40 ~	15-18歳 フリー		
	13:45 ~ 13:50	15-18歳 デュエット(1~10)/ミックスデュエット(1)TECH				15-18歳 フリー
	13:50 ~ 13:55	15-18歳 チームTECH (1~7)				
	14:05 ~ 16:30	15-18歳 ソロTECH				
	16:30 ~ 16:45	15-18歳 男子ソロTECH				
	17:00 ~ 18:30	15-18歳 デュエットTECH				
	18:30 ~ 18:40	15-18歳 ミックスデュエットTECH				
	18:55 ~ 19:45	15-18歳 チームTECH	19:45		19:45	
閉場 20:05						
8/24(日)						
開場 8:20	8:30 ~ 8:45	15-18歳 UP	8:30 ~ 8:45	15-18歳 UP	8:30 ~ 8:45	15-18歳 UP
	8:45 ~ 8:55	15-18歳 ソロFREE(1~29)/男子ソロFREE(3)	8:45 ~		8:45 ~	
	9:05 ~ 11:35	15-18歳 ソロFREE		15-18歳 フリー		15-18歳 フリー
	11:45 ~ 12:05	15-18歳 男子ソロFREE				
	12:15 ~ 12:25	15-18歳 デュエットFREE (1~20)				
	12:25 ~ 12:35	15-18歳 チームFREE (1~7)				
	12:45 ~ 14:30	15-18歳 デュエットFREE				
	14:40 ~ 14:50	15-18歳 ミックスデュエットFREE				
	15:15 ~ 15:55	15-18歳 チームFREE	15:55		15:55	
	16:10 ~	15-18歳 表彰				
閉場 16:40						

★個人種目=ソロ、男子ソロ、デュエット、ミックスデュエット

★練習グループ分け

クラブ名	10~12歳		13~15歳		ジュニア		総数
	グループ	参加人数	グループ	参加人数	グループ	参加人数	
1 北海道 札幌アーティスティックスイミングクラブ	G1	2	-	-	-	-	2
2 岩手 盛岡スイミングスクール	G1	1	G1	2	G1	2	5
3 宮城 宮城アーティスティックスイミングクラブ	-	-	-	-	G1	2	2
4 福島 FSラベッシュ	G1	4	-	-	-	-	4
5 茨城 ジョイフルアスレティッククラブ	G1	4	G1	1	-	-	5
6 埼玉 アテナアクアメイツ	G1	15	G1	13	G1	7	35
7 千葉 千葉シンクロクラブ	-	-	G1	2	-	-	2
8 東京 アクラブ調布	G1	5	G1	9	G1	11	25
9 東京 ミキハウス東京アーティスティックスイミングクラブ	G1	6	G1	9	G1	2	17
10 東京 国土館ASクラブ	-	-	G1	4	G1	4	8
11 神奈川 アクラブ藤沢	G1	9	-	-	-	-	9
12 長野 長野アーティスティックスイミングクラブ	G3	3	G1	3	-	-	6
13 新潟 新潟アーティスティックスイミングクラブ	G2	1	G1	3	-	-	4
14 富山 富山スイミングクラブ	G2	7	G2	4	-	-	11
15 富山 富山スイミングバレス	G2	6	G2	1	G1	1	8
16 石川 金沢スイミングクラブ 小立野教場	G2	2	G2	3	G1	3	8
17 静岡 イール浜松	G2	8	G2	1	-	-	9
18 愛知 ザ・クラブ ピア・88	G2	4	G2	5	G1	5	14
19 三重 みえA.S.C	G2	4	G2	1	G1	2	7
20 滋賀 Shiga.A.Swim	-	-	-	-	G1	1	1
21 京都 京都踏水会水泳学園	G2	16	G2	6	G1	4	26
22 大阪 浜寺水練学校	G3	2	-	-	-	-	2
23 大阪 井村アーティスティックスイミングクラブ	G3	9	G2	7	G1	5	21
24 大阪 Y.Tアーティスティックスイミングクラブ	G3	10	G2	2	G1	3	15
25 兵庫 J.S.S宝塚スイミングスクール	G3	5	G2	2	G1	1	8
26 島根 島根アーティスティックスイミングクラブ	G3	5	G2	2	G1	1	8
27 広島 アーティスティックスイミング広島	G3	3	G2	1	G1	2	6
28 高知 高知スイミングクラブ	G3	1	G2	5	G1	2	8
29 福岡 福岡アーティスティックスイミングクラブ	G3	5	G2	3	G1	2	10
30 大分 サイズスイミングスクール	G3	1	-	-	G1	2	3
31 沖縄 波之上スイミングスクール	G3	4	G2	5	G1	1	10
合計		142		94		63	299

G1	46	G1	46	G1	63
G2	48	G2	48		
G3	48				