

JAPAN OPEN 2019  
第95回（2019年度）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  
練習時間（予定）

	メインプール		サブプール & ダイビングプール
	競技エリア	競技エリア外(30m外)	
<b>2019/4/25(木)</b> 海外選手団のみ 開場 9:00  閉場 19:00	13:00 ~ 13:30 フリー 13:30 ~ 19:00 曲かけ練習	13:00 ~ 18:45 フリー	サブプール 9:05 ~ 18:45 フリー ダイビングプール 13:00 ~ 18:45 フリー
<b>2019/4/26(金)</b> 開場 7:30  閉場 19:00	7:35 ~ 8:00 UP 8:00 ~ 9:00 フリー 9:00 ~ 18:08 1~8 グループ 曲かけ 18:08 ~ 18:45 フリー	7:35 ~ 8:00 フリー 8:00 ~ 17:15 1~8 グループ 17:15 ~ 18:45 フリー	サブプール ダイビングプール 7:35 ~ 18:45 フリー
<b>2019/4/27(土)</b> 開場 7:00  閉場 21:30	7:05 ~ 7:50 フリー 7:50 ~ 8:30 国内T.Tecのみ2区分に分けて行う (T出場順1~5)(T出場順6~11) <b>9:00 ~ 9:15 日本選手権オープニングセレモニー</b> <b>9:30 ~ 10:10 Solo Technical(日本選手権)</b> <b>10:35 ~ 11:20 Duet Technical(日本選手権)</b> <b>11:45 ~ 12:45 Team Technical(日本選手権)</b> <b>Technical 表彰 Solo/Duet/Team</b> 表彰後 ~ 13:40 D.Tec/MD.Tecのみ2区分に分けて行う (D出場順1~16) (D出場順17~27/MD出場順1~5) <b>14:00 ~ 14:15 ASWSオープニングセレモニー</b> <b>14:30 ~ 16:40 Duet Technical</b> <b>16:50 ~ 17:20 Mixd Duet Technical</b> <b>Technical 表彰 Duet/Mixd Duet</b> 表彰後 ~ 17:55 S.Tecのみ <b>18:10 ~ 19:30 Solo Technical</b> S終了後 ~ 19:55 T.Tecのみ2区分に分けて行う (T出場順1~4)(T出場順5~8) <b>20:10 ~ 20:55 Team Technical</b> <b>21:00 ~ 21:15 Technical 表彰 Solo/Team</b>	7:05 ~ 19:55 競技・表彰時間外 メイン練習時間内のみフリー	サブプール 7:05 ~ 21:15 フリー ダイビングプール 競技・表彰時間外、メイン練習時間内のみ 7:05 ~ 19:55 フリー
<b>2019/4/28(日)</b> 開場 7:00  閉場 18:10	7:05 ~ 8:05 フリー 8:05 ~ 8:45 国内Tのみ2区分に分けて行う (T出場順1~6)(T出場順7~12) <b>9:00 ~ 10:10 Team Free(日本選手権)</b> <b>10:35 ~ 11:30 Duet Free(日本選手権)</b> <b>Free 表彰 Team/Duet</b> 表彰後 ~ 13:00 T.Free/MD.Free/D.Free 4区分に分けて行う (T出場順1~4) (T出場順5~9) (D出場順1~14) (D出場順15~24/MD出場順1~5) <b>13:15 ~ 14:10 Team Free</b> <b>14:40 ~ 16:40 Duet Free</b> <b>17:00 ~ 17:30 Mixed Duet Free</b> <b>17:40 ~ 18:00 Free 表彰 Mixed Duet/Duet/Team</b>	7:05 ~ 13:00 競技・表彰時間外 メイン練習時間内のみフリー	サブプール 7:05 ~ 17:55 フリー ダイビングプール 競技・表彰時間外、メイン練習時間内のみ 7:05 ~ 13:00 フリー
<b>2019/4/29(月)</b> 開場 7:00  閉場 18:30	7:05 ~ 8:00 フリー 8:00 ~ 8:15 国内HR/S.Free 8:15 ~ 8:30 国内FC出場順1~5/S.Free 8:30 ~ 8:45 国内FC出場6~9/S.Free <b>9:00 ~ 9:25 Highlight Routine(日本選手権)</b> <b>9:55 ~ 10:45 Solo Free(日本選手権)</b> <b>11:15 ~ 12:05 Free Combination(日本選手権)</b> <b>Free 表彰 Highlight/Solo/FC</b> 表彰後 ~ 13:15 HR/S.Free/FC 2区分に分けて行う (HR/S.Free) (FC/S.Free) <b>13:30 ~ 13:50 Highlight Routine</b> <b>14:20 ~ 16:05 Solo Free</b> <b>16:35 ~ 16:50 Free Combination</b> <b>17:00 ~ 17:20 Free 表彰 Highlight/Solo/FC</b> <b>17:30 ~ 18:00 GALA</b>	7:05 ~ 13:15 競技・表彰時間外 メイン練習時間内のみフリー	サブプール 7:05 ~ 18:00 フリー ダイビングプール 競技・表彰時間外、メイン練習時間内のみ 7:05 ~ 13:15 フリー