

日本アーティスティックスイミングチャレンジカップ2023

練習時間（予定）

	メインプール		ダイビング プール	サブプール
	競技エリア	競技エリア外(30m外)		
<b>6/8(木)</b> 開場 10:00  閉場 18:55	10:15 ~ 11:45 設営（使用なし） 11:45 ~ 18:40 曲かけ練習	10:15 ~ 10:45 UP 10:45 ~ 18:40 公式練習（クラブ別）	10:15 ~10:45UP 10:45 ~18:40 公式練習 （クラブ別）	10:15 ~10:45UP 10:45 ~18:00 フリー
<b>6/9(金)</b> 開場 7:30  閉場 19:35	7:45 ~ 8:00 UP 8:00 ~ 8:15 WDT/XDT のみフリー 8:15 ~ 8:25 WDT (1~10) 8:25 ~ 8:35 WDT (11~20) 8:35 ~ 8:45 WDT (21~28) XDT (1) <b>9:00 ~ 9:10 開会式</b> <b>9:20 ~ 12:35 デュエット Technical</b> <b>ミックスデュエット Technical</b> <b>12:45 ~ デュエット/ミックスデュエット Technical 表彰</b> 表彰後~ 13:10 WST/MST のみフリー 13:10 ~ 13:20 WST (1~8) 13:20 ~ 13:30 WST (9~14) MST(1~3) <b>13:40 ~ 15:20 ソロ Technical</b> <b>男子ソロ Technical</b> <b>15:30 ~ ソロ/男子ソロ Technical 表彰</b> 表彰後~ 15:55 WTT のみフリー 15:55 ~ 16:45 WTT 曲かけ(出場順) <b>16:55 ~ 19:00 チーム Technical</b> <b>19:10 ~ チーム Technical 表彰</b>	*競技中は使用不可 7:45 ~ 8:00 UP 8:00 ~ 8:45 WDT/XDT のみフリー  表彰後~ 13:30 WST/MST のみフリー  表彰後~ 16:45 WTT のみフリー	*競技中は UP/DOWN のみ  *式典中は 使用不可  *メイン 練習中は フリー	終日 フリー
<b>6/10(土)</b> 開場 7:30  閉場 19:00	7:45 ~ 8:00 UP 8:00 ~ 8:10 WTF のみフリー 8:10 ~ 9:30 WTF 曲かけ(出場順) <b>9:40 ~ 12:55 チーム Free</b> <b>13:05 ~ チーム Free 表彰</b> 表彰後~ 13:25 WSF/MSF のみフリー 13:25 ~ 13:35 WSF(1~13) 13:35 ~ 13:45 WSF (14~21)MSF(1~6) <b>13:55 ~ 16:55 ソロ Free</b> <b>男子ソロ Free</b> <b>17:05 ~ ソロ/男子ソロ Free 表彰</b> 表彰後~ 17:30 WFC のみフリー 17:30 ~ 17:45 WFC 曲かけ(出場順) <b>17:55 ~ 18:25 フリーコンビネーション</b> <b>18:35 ~ フリーコンビネーション 表彰</b>	*競技中は使用不可 7:45 ~ 8:00 UP 8:00 ~ 9:30 WTF のみフリー  表彰後~ 13:45 WSF/MSF のみフリー  表彰後~ 17:45 WFC のみフリー	*競技中は UP/DOWN のみ  *式典中は 使用不可  *メイン 練習中は フリー	終日 フリー
<b>6/11(日)</b> 開場 7:30  閉場 17:30	7:45 ~ 8:00 UP 8:00 ~ 8:15 WAC のみフリー 8:15 ~ 8:50 WAC 曲かけ(出場順) <b>9:00 ~ 10:20 アクロバティックルーティン</b> <b>10:30 ~ アクロバティックルーティン 表彰</b> 表彰後~ 10:50 WDF/XDF のみフリー 10:50 ~ 11:00 WDF (1~10) 11:00 ~ 11:10 WDF(11~20) 11:10 ~ 11:20 WDF (21~30) 11:20 ~ 11:30 WDF(31~36)XDF (1~3) <b>11:40 ~ 16:35 デュエット Free</b> <b>ミックスデュエット Free</b> <b>16:55 ~ デュエット 表彰</b> <b>17:10 ~ 17:15 世界選手権日本代表選手 紹介式</b> <b>*エキシビション：競技の間に日本代表が演技を行います</b>	*競技中は使用不可 7:45 ~ 8:00 UP 8:00 ~ 8:50 WAC のみフリー  表彰後~ 11:30 WDF/XDF のみフリー	*競技中は UP/DOWN のみ  *式典中は 使用不可  *メイン 練習中は フリー	終日 フリー