日本アーティスティックスイミングチャレンジカップ2024
練習時間（予定）

	メインプール		サブプール		
	競技エリア	競技エリア外(30m外)		A面	B面
8/6(火)					
開場 10:00			10:15 ～ 11:45	W-up（グループ指定）	W-up（グループ指定）
	11:45 ～ 18:35 曲かけ練習	11:45 ～ 18:35 公式練習	11:45 ～ 18:35	フリー	フリー
閉場 18:50					
8/7(水)		*＊競技中は使用不可*			
開場 7:30	7:45 ～ 8:00 W-up(WDTのみ)	7:45 ～ 8:00 W-up(WDTのみ)	7:45 ～ 8:00	W-up	W-up
	8:00 ～ 8:15 WDT のみフリー	8:00 ～ 8:35 WDT のみフリー	8:00 ～ 8:35	フリー	フリー
	8:15 ～ 8:25 WDT（1～16)		8:35 ～ 9:10	使用不可	使用不可
	8:25 ～ 8:35 WDT (17～32)				
	8:50 ～ 9:00 開会式				
	9:10 ～ 12:45 デュエット Technical		9:10 ～ 12:45	WDT／WST／MST のみ	フリー
	12:55 ～ 13:05 WTT (1～6)	競技終了後～ 13:25 WTT の競技エリア練習	12:45 ～ 19:15	フリー	フリー
	13:05 ～ 13:15 WTT (7～12)	直前のグループのみ			
	13:15 ～ 13:25 WTT (13～18)				
	13:25 ～ 13:35 WST/MST のみフリー	13:25 ～ 13:35 WST/MST のみフリー			
	13:45 ～ 16:30 ソロ Technical				
	男子ソロ Technical				
	16:40 ～ 19:15 チーム Technical				
	19:25 ～ デュエット/ミックスデュエット Technical 表彰				
	ソロ/男子ソロ Technical 表彰				
	チーム Technical 表彰				
閉場 20:00					
8/8(木)		*＊競技中は使用不可*			
開場 7:30	7:45 ～ 8:00 W-up(WTFのみ)	7:45 ～ 8:00 W-up(WTFのみ)	7:45 ～ 8:00	W-up	W-up
	8:00 ～ 8:15 WTF(1～6)	8:00 ～ 8:15 WTF(7～12)	8:00 ～ 8:30	WTF(13～18)	WTF(19～23)
	8:15 ～ 8:30 WTF(7～12)	8:15 ～ 8:30 WTF(1～6)			
	8:30 ～ 8:45 WTF(13～18)	8:30 ～ 8:45 WTF(19～23)	8:30 ～ 9:00	WTF(1～6)	WTF(7～12)
	8:45 ～ 9:00 WTF(19～23)	8:45 ～ 9:00 WTF(13～18)			
	9:10 ～ 12:40 チーム Free		9:00 ～ 12:40	WTF のみ	フリー
	12:50 ～ 13:00 WFC(1～4)	12:50 ～ 13:00 WFC のみフリー	12:40 ～ 16:55	WSF／MSF／WFC のみ	フリー
	13:00 ～ 13:10 WSF(1～24)／MSF(1～4)	13:00 ～ 13:10 WSF/MSF のみフリー			
	13:20 ～ 16:55 ソロ Free				
	男子ソロ Free				
	17:05 ～ 17:40 フリーコンビネーション		16:55 ～ 17:30	フリー	フリー
	17:50 ～ チーム Free 表彰				
	ソロ/男子ソロ Free 表彰				
	フリーコンビネーション 表彰				
閉場 18:25					
8/9(金)		*＊競技中は使用不可*			
開場 7:40	7:55 ～ 8:10 W-up(WACのみ)	7:55 ～ 8:10 W-up(WACのみ)	7:55 ～ 16:00	フリー	フリー
	8:10 ～ 8:25 WAC のみフリー	8:10 ～ 8:45 WAC のみフリー			
	8:25 ～ 8:35 WAC(1～5)				
	8:35 ～ 8:45 WAC(6～9)				
	9:00 ～ 10:15 アクロバティックルーティン				
	10:25 ～ アクロバティックルーティン 表彰				
	表彰後～ WDF (1～17)	表彰後～ 11:05 WDF/XDF のみフリー			
	11:05 WDF(18～30)XDF (1～4)				
	11:15 ～ 16:05 デュエット Free				
	ミックスデュエット Free				
	16:15 ～ デュエット 表彰				
	表彰後～ 世界ジュニア選手権日本代表 紹介式				
閉場 16:55					