

**第33回 全国JOCジュニアオリンピックカップ シンクロ競技
練習時間(案)**

	メインプール		ダイビングプール	サブプール
	競技エリア	20メートル		
8月26日 開門 9:00 閉門 18:30	9:05 ~ 10:00 フリー 10:00 ~ 15:55 曲かけ 15:55 ~ 16:15 フリー	9:05 ~ 18:10 フリー	9:05 ~ 18:10 フリー	9:05 ~ 18:10 フリー
8月27日 開門 7:45 閉門 19:10	7:50 ~ 8:15 フリー 8:15 ~ 8:25 10-12Dのみ 8:25 ~ 8:35 10-12T(1~11) 8:35 ~ 8:45 10-12T(12~22) 10-12T終了後~13:15 13-15S 13:15 ~ 13:00 13-15D	7:50 ~ 18:50 競技時間外フリー	7:50 ~ 18:50 フリー	7:50 ~ 18:50 フリー *Wupコースあり
8月28日 開門 7:45 閉門 18:55	7:50 ~ 8:45 フリー 13-15T終了後~13:25 10-12のみ	7:50 ~ 18:35 競技時間外フリー	7:50 ~ 8:45 10-12Figのみ Fig終了後フリー	7:50 ~ 18:35 フリー *Wupコースあり
8月29日 開門 7:45 閉門 18:50	7:50 ~ 11:00 フリー 16-18D終了後~13:55 16-18T 13:55 ~ 14:15 13-15のみ	7:50 ~ 18:30 競技時間外フリー	7:50 ~ 8:45 13-15Figのみ Fig終了後フリー	7:50 ~ 18:30 フリー
8月30日 開門 7:45 閉門 17:00	7:50 ~ 12:45 フリー	7:50 ~ 競技終了 競技時間外フリー	7:50 ~ 8:45 16-18Figのみ Fig終了後フリー	/

* 競技の進行状況により、変更の可能性があります。
また、プール状況により制限される場合もありますので、役員の指示に従って下さい。
大勢の選手がおりますのでくれぐれも怪我や事故のないように各クラブで注意願います。