

# プログラム・時程

【時程】 ※進行状況により、時間が前後する場合があります。

時間	8:30	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00
男子	役員入館・器具確認・清掃	選手開場 (器具なしアップ可) 2階入口より	A・CI・CII 会場練習 1種目め～ 割当15分 × 4ローテ (60)	A・CI・CII 4種目競技 (90)	A つり輪 平行棒 競技 (30)	通過者発表 (放送で行います)			オフテイング	閉館
女子			A・B・CI・CII 会場練習 1種目め～ 割当15分 × 4ローテ (60)	A・B・CI・CII 競技 (90)						
審判・監督 その他		審判 打合せ	保護者開場 2階入口より			補助役員 フリー練習 (12:30~15:30)				

<会場練習は、1種目め～15分の割当練習となります>

<役員集合> 8:30~  
 <通過者発表> 13:00~(放送)  
 <通過者会議> 13:10~(予定)

<開・閉会式・表彰式>  
 <監督会議>  
 <審判会議>

今年度は行いません

## 【男子競技時程】

### <男子 A・CI・CII>

- 会場練習(4種目) 9:30~10:30(60分)  
※15分ローテ割当練習 1種目め~
- 競技(4種目) 10:30~12:00(90分)
- 競技前アップ 3分アップ  
\*跳馬は1人2本程  
\*2カテゴリが1つの班にまとまっている班は  
1カテゴリ毎に、競技前アップ→競技を行って下さい。  
\*CII 7名班も同様に、わけて行って頂いても構いません。

### <男子 A(つり輪→平行棒)>

- 競技(2種目) 12:00~12:30(30分)
- 競技前アップ 2~3本アップ

## 【女子競技時程】

### <女子 A・B・CI・CII>

- 会場練習 9:30~10:30(60分)  
※15分ローテ割当練習 1種目め~
- 競技(4種目) 10:30~12:00(90分)
- 競技前アップ 3分アップ  
\*段違い平行棒 1人50秒  
\*平均台 1人30秒  
\*跳馬 1人2本程  
\*2カテゴリが1つの班にまとまっている班は  
1カテゴリ毎に、競技前アップ→競技を行って下さい。

### <男子 A・CI・CIIクラス> 種目ローテーション

班/種目	ゆか	あん馬	跳馬	鉄棒	つり輪	平行棒
① CII	1	2	3	4	5	6
② CI・A	2	3	4	1		

### <女子 A・B・CI・CIIクラス> 種目ローテーション

班/種目	跳馬	段違い 平行棒	平均台	ゆか
① CI・CII	1	2	3	4
② B・A	4	1	2	3

