

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
選手権男子		会場練習 フリー練習 (48)	A・B・CI・CII 会場練習 フリー練習 (48)	A・B・CI・CII 4種目競技 (65)	A・B・CII つり輪 平行棒 競技 (30)					
選手権女子		A・B・CI・CII 会場練習 1種目め~ 割当12分 × 4ローテ (48)	開始式	A・B・CI・CII 競技 (75)	Dセット 変更					
Dクラス					器具なし アップ	Dクラス 競技 (34)				
Eクラス							Eクラス 競技 (20)			
審判・監督 その他		審判 打合せ							近畿通過者 会議	

- <役員集合> 8:30~
- <通過者発表> 14:25~(放送)
- <通過者会議> 15:00~(予定)
- <開始式> 10:30~ ※表彰式・開会式は行いません
- <監督会議> 書面
- <審判会議> 9:00~

【選手権男子 競技時程】

- <男子 A・B・CI・CII>
- 会場練習(4種目) 9:40~10:28(48分)
 - *ゆか使用時間 9:40~10:04(24)
 - *跳馬高さ時間
 - 100cm 9:40~9:55(15)
 - 120cm 9:55~10:15(20)
 - 125cm 10:15~10:28(13)
 - 競技(4種目) 10:35~11:40(65分)
 - *開始式後、すぐに競技前アップに入ります。
 - 競技前アップ 3分アップ
 - *跳馬は1人2本程
 - *別カテゴリが1つの班にまとまっているので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・B・CII(つり輪→平行棒)>
- 競技(2種目) 11:40~12:10(30分)
 - 競技前アップ 2~3本アップ

<男子 A・B・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
A・B・CI・CII	1	2	3	4	5	6

【選手権女子 競技時程】

- <女子 A・B・CI・CII>
- 会場練習(4種目) 9:40~10:28(48分)
 - *12分ローテ割当練習 1種目め~
 - *2班跳馬 100cm 5分 125cm 7分
 - 競技(4種目) 10:35~11:50(75分)
 - *開始式後、すぐに競技前アップに入ります。
 - 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
 - *別カテゴリが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。

<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
A・B・CI	1	2	3	4
A・B・CII	4	1	2	3

【Dクラス 競技時程】

- 会場練習(3種目) 12:50~13:11(21分)
 - *7分ローテ割当練習 1種目め~
- 競技(3種目) 13:11~13:45(34分)
- 競技前アップ 3分アップ
 - 【ゆか:3本 とび箱:2本 鉄棒:1~2本】
 - *ゆかは3タンプリング練習のみ

種目ローテ表		ゆか	跳馬	鉄棒
① 男子	1	2	3	
② 女子	3	1	2	

【Eクラス 競技時程】

- 会場練習(3種目) 13:50~14:05(15分)
 - *5分ローテ割当練習 1種目め~
- 競技(3種目) 14:05~14:25(20分)
- 競技前アップ 3分アップ
 - 【ゆか:3本 とび箱:2本 鉄棒:1~2本】
 - *ゆかは3タンプリング練習のみ

種目ローテ表		ゆか	とび箱	鉄棒
① 男子	1	2	3	
② 女子	3	1	2	