

## ウォーミングアップ時のレーン使用について

大会前日29日(土)は、メインプール・サブプール共に13時～17時までとする。

第1日目30日(日)は、メインプール8時00分～8時45分、サブプール8時00分～競技終了まで

第2日目31日(月)は、メインプール8時00分～8時45分、サブプール8時00分～競技終了まで

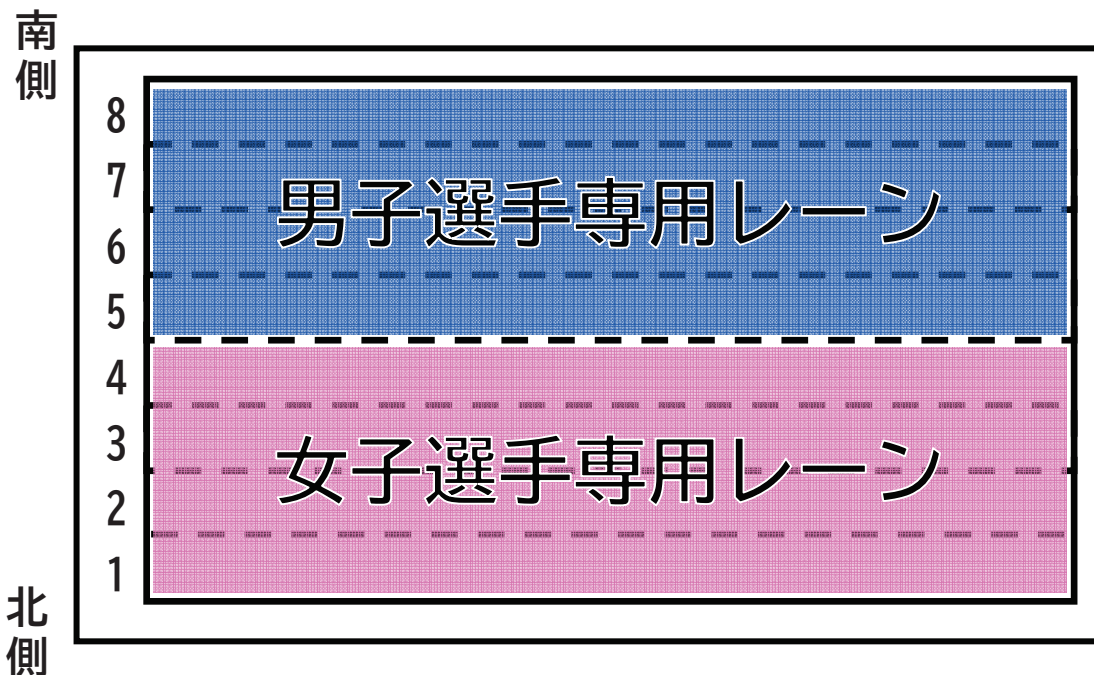
公式スタート練習は、1レーンから8レーン、両日ともに**8時30分～8時45分まで**とします。

水質保全のため、必ずシャワーを浴びスイミングキャップの着用をしてアップを行うこと。

練習の際は必ずコーチが付き添ってください。

サブプールは飛び込み、横断禁止です。

「メインプール50m×8レーン」



「サブプール25m×7レーン」

