

	男子	女子	備考
9:00			2205教室解錠(役員控室)
9:15			2206教室解錠(選手控室)
9:30			
9:45			
10:00			
10:15			
10:30			
10:45			
11:00	選手受付		
11:15	テクニカルミーティング		
11:30			
11:45			リール×6 水泳スタート台設置(5台)
12:00	W-up	W-up	ウォーミングアップ 12:00~12:20(水泳)
12:15			ウォーミングアップ 12:00~12:25(フェンシング)
12:30	男子水泳	女子フェンシング	
12:45			
13:00			
13:15			
13:30			
13:45			
14:00	W-up		ウォーミングアップ 14:00~14:25(フェンシング)
14:15			
14:30	男子フェンシング		標的準備(14:30~16:00)
14:45			
15:00		W-up	
15:15			ウォーミングアップ 15:00~15:20(水泳)
15:30		女子水泳	
15:45			
16:00			コース準備(16:00~17:00)
16:15			
16:30			
16:45			準備ができ次第レンジオープン
17:00		W-up	
17:15			
17:30		女子レーザーラン	
17:45			女子終了後 男子のレンジオープン
18:00	W-up		
18:15			
18:30	男子レーザーラン		
18:45			
19:00	撤収作業		
19:15			
19:30			
19:45			
20:00			