

観覧席から  
声援を送っ  
てください

# 都民生涯スポーツ大会案内

応援団員  
募集!

<日 程> 9月2日(日) 辰巳国際水泳場

<集 合> 8時15分 水泳場観覧席入り口周辺

遅れて来る場合は、チームTシャツ(黄緑)と役員ポロシャツ(オレンジ)を目印に

<持ち物> 水着(複数枚)、ゴーグル、キャップ、タオル(セーム)、サンダル(スリッパ)  
チームTシャツ、 ジャージ上下(長袖、長ズボン)、靴下、昼食、飲み物  
**選手は冷房対策を!**

<競技予定時間>

No.		開始予定	女子	No.	開始予定	男子
開 場		8:30				
ウォーミングアップ						
1	200m個人外レー	10:00	星野、塚本、長井、	2	10:16	市川
3	100m背泳ぎ	10:37	清水、	4	10:49	大野、梶原、
5	100m自由型	10:57	森、	6	11:10	酒井、鷹野、
7	100m平泳ぎ	11:26	飯田、木村、鈴木、中里、 上松、関口、	8	11:37	三浦、栗山、宮原
9	100mバタフライ	11:50		10	11:56	
休 憩						
11	200mリレー	12:15	岡本、本田、小川、佐藤	12	12:27	梶原、三浦、鷹野、酒井
13	50m背泳ぎ	12:55	井野場、森、木村、上松、 山口、星野、	14	13:15	大野、今井、
15	50m自由型	13:23	宮田、清水、小野崎、山口、 関口、本田、佐山、佐藤、 塚本、小川、	16	13:52	加藤、三浦、酒井、鷹野、 栗山、
17	50m平泳ぎ	14:17	井野場、飯田、鈴木、中里、 本田、佐山、福原、小川、 長井、岡本	18	14:38	鈴木(宏)、市川、宮原
19	50mバタフライ	14:55		20	15:06	木津、梶原、今井
休 憩						
21	200m外レーリレー	15:30	塚本、長井、佐藤、佐山	22	15:42	大野、栗山、宮原、木津

競技終了 16:00

★ 水着はFINA承認のものを着用のこと(マークがないとオープン参加)

<連絡事項>

- ★ 場所取り先発隊は7:30です。是非、一緒にお願いします!
- ★ 大会の写真、ビデオを撮影します
- ★ 大会の感想や、応援の感想を書いていますので、ご協力お願いします
- ★ 写真や記録、感想は、豊島水連HPに掲載しますので、ご了承ください
- ★ レース終了後に、集合写真を撮影します
- ★ 打ち上げ会は、東池袋 バルデリコ (幹事:菅原)