

ウォーミングアップについて

次のとおり、3つに班分けをして行います。

A班 (138) 7:10~7:45		B班 (140) 7:50~8:25		C班 (137) 8:30~9:05	
小松大谷高校	2	金沢SC西泉	25	JSS金沢駅西	33
小松SC	43	金沢SC中林	34	JSS栗崎	35
能美SC	25	金沢SC小立野	15	リバティ水夢	27
ソラーレ東洋	20	AIM21	27	津幡中学	8
SA松任	43	V10ののいち	10	金沢学院大附	2
エイムAS加賀	1	V10かなざわ	9	内灘スイミング	12
B&Gクレイン	4	金沢大	6	S・ギャザー	20
		金沢工大	14		

※ウォーミングアップ開始から20分間のレーン割

	7レーン	6レーン	5レーン	4レーン	3レーン	2レーン	1レーン	
前半	ダッシュレーン	レーン指定なし 飛込禁止						

※7レーンは常時ダッシュレーン（スタート側からの一方通行）とします。

※ウォーミングアップ終了前15分間のレーン割

	7レーン	6レーン	5レーン	4レーン	3レーン	2レーン	1レーン
後半	公式スタート練習・ダッシュレーン						飛込禁止

※ダッシュレーンはスタート側からの一方通行とします。途中で止まらないでください。

(注) 飛込プールと幼児プールは、7時45分までは使用不可とします。