

R4 新体操 県中学新人大会 会場練習計画 手具点検 9:20~9:45

時間	Aフロアー 曲あり	Bフロアー 曲なし
9:20 ~ 9:30	団体 10分	個人 リボン 1. 2. 3
9:30 ~ 9:40	個人 フープ 1. 2. 3.	個人 リボン 4. 5. 6
9:40 ~ 9:50	個人 フープ 4. 5. 6	団体 10分
9:50 ~ 10:00	個人 フープ 7. 8. 9	フリー
10:00 ~ 10:06	団体 6分	フリー
10:06 ~ 10:16	個人 リボン 1. 2. 3	個人 フープ1. 2. 3. 4
10:16 ~ 10:26	個人 リボン 4. 5. 6	個人 フープ5. 6. 7. 8. 9
調整 4分		
<b>10:30 ~</b>	<b>団体競技開始</b>	
10:35 ~ 1本通し	個人 フープ1. 2. 3. 4. 5	個人 フープ6. 7. 8. 9
10:45 ~ 1本通し	個人 リボン1. 2. 3	個人 リボン4. 5. 6
10:52 ~ 1本通し	個人 フープ6. 7. 8. 9	個人 フープ1. 2. 3. 4. 5
11:02 ~ 1本通し	個人 リボン4. 5. 6	個人 リボン1. 2. 3
<b>11:10 ~ (12:30)</b>	<b>個人競技開始</b>	

※ Aフロアー 曲あり；順番に通したあと、時間内は選手同士の衝突や手具の衝突に気をつけて練習を行ってください。

※ Bフロアーは、曲なし；同様に、気をつけて練習を行ってください。

※ 個人競技は、フープ（1～9番）→リボン（1～6番）の順で行います。

※ 個人演技が終了次第、片付けの御協力をお願い致します。