

# 練習割当表

|               |    |   |                    |         |  |
|---------------|----|---|--------------------|---------|--|
| 12月17日<br>(土) | 男子 | ~10:40  | 男子1班 クラスI          | ウォームアップ |  |
|               |    | 10:40~12:15                                   | 男子1班 クラスI          | フリー練習   |  |
|               |    | ※10:40~11:00 ゆか、男子優先使用                        |                    |         |  |
|               |    | 14:40~17:18                                   | 男子2班クラスII・3班クラスIII | フリー練習   |  |
|               |    | ※14:40~15:00 ゆか、男子優先使用                        |                    |         |  |
|               |    | ※跳馬の高さ: 125cm(15:00~16:00)、135cm(16:00~17:18) |                    |         |  |
| 12月17日<br>(土) | 女子 | ~10:40  | 女子1班 クラスI          | ウォームアップ |  |
|               |    | ※10:40~11:00                                  | 女子1班 クラスI          | フリー練習   |  |
|               |    | 11:00~12:15                                   | 女子1班 クラスI          | 15分公式練習 |  |
|               |    | 15:00~16:30                                   | 女子2班 クラスII         | 18分割当練習 |  |
|               |    | 16:30~17:18                                   | 女子3班 クラスIII        | 12分割当練習 |  |
| 12月18日<br>(日) | 男子 | 8:00~8:45                                     | 男子2班 クラスII         | ウォームアップ |  |
|               |    | 8:45~10:15                                    | 男子2班 クラスII         | フリー練習   |  |
|               |    | 11:30~13:28                                   | 男子3班 クラスIII        | フリー練習   |  |
|               |    | ※12:30~12:50 ゆか、男子優先使用                        |                    |         |  |
|               | 女子 | 8:00~8:45                                     | 女子2班 クラスII         | ウォームアップ |  |
|               |    | 8:45~10:15                                    | 女子2班 クラスII         | 18分公式練習 |  |
| 12:40~13:28   |    | 女子3班 クラスIII                                   | 12分公式練習            |         |  |

## ☆12月17日(土)《女子I班 15分間ローテーション 11:00~12:15》

| 班 | 組 | チーム(所属)                 | ㊦ | ㊧ | ㊨ | ■ | 休み |
|---|---|-------------------------|---|---|---|---|----|
| I | 1 | 千代田GYM&SPORTS           | 1 | 2 | 3 | 4 | 5  |
|   | 2 | ジャンピング体操 成美ジム WIN       | 5 | 1 | 2 | 3 | 4  |
|   | 3 | 千代田GYM&SPORTS           | 4 | 5 | 1 | 2 | 3  |
|   | 4 | 永吉体操スクール                | 3 | 4 | 5 | 1 | 2  |
|   | 5 | Golden Grow ygcFUKUYAMA | 2 | 3 | 4 | 5 | 1  |

☆ 12月17日(土)《女子2班 18分間ローテーション 15:00~16:30》

| 班  | 組  | チーム(所属)              |  |  |  |  | 休み |
|----|----|----------------------|---|--|---|---|----|
| II | 6  | 沼田高校 ジャンピング体操クラブ     | 1   | 2  | 3   | 4   | 5  |
|    | 7  | 永吉体操スクール WIN 体操クラブ   | 5   | 1  | 2   | 3   | 4  |
|    | 8  | 千代田 GYM&SPORTS       | 4   | 5  | 1   | 2   | 3  |
|    | 9  | ygcFUKUYAMA スポーツセンター | 3   | 4  | 5   | 1   | 2  |
|    | 10 | キラキラキッズ 三次中学校        | 2   | 3  | 4   | 5   | 1  |

☆ 12月17日(土)《女子3班 12分間ローテーション 16:30~17:18》

| 班   | 組  | チーム名                |  |  |  |  |
|-----|----|---------------------|---|--|---|---|
| III | 11 | ygcFUKUYAMA 千代田 G&S | 1   | 2  | 3   | 4   |
|     | 12 | 成美ジムクラブ             | 4   | 1  | 2   | 3   |
|     | 13 | ジャンピング体操 永吉体操スクール   | 3   | 4  | 1   | 2   |

☆ 12月18日(日)《女子2班 18分間ローテーション 8:45~10:15》

| 班  | 組  | チーム(所属)              |  |  |  |  | 休み |
|----|----|----------------------|---|--|---|---|----|
| II | 6  | 沼田高校 ジャンピング体操クラブ     | 1   | 2  | 3   | 4   | 5  |
|    | 7  | 永吉体操スクール WIN 体操クラブ   | 5   | 1  | 2   | 3   | 4  |
|    | 8  | 千代田 GYM&SPORTS       | 4   | 5  | 1   | 2   | 3  |
|    | 9  | ygcFUKUYAMA スポーツセンター | 3   | 4  | 5   | 1   | 2  |
|    | 10 | キラキラキッズ 三次中学校        | 2   | 3  | 4   | 5   | 1  |

☆ 12月18日(日)《女子3班 12分間ローテーション 12:40~13:28》

| 班   | 組  | チーム名                |  |  |  |  |
|-----|----|---------------------|---|--|---|---|
| III | 11 | ygcFUKUYAMA 千代田 G&S | 1   | 2  | 3   | 4   |
|     | 12 | 成美ジムクラブ             | 4   | 1  | 2   | 3   |
|     | 13 | ジャンピング体操 永吉体操スクール   | 3   | 4  | 1   | 2   |