

## 2021' 長根サマースピードスケート競技会 競技日程 (案)

2021/8/18

<b>8月20日 (金)</b>	受付	13:00~17:00	YSアリーナ八戸 1階ラウンジ
	公式練習	14:30~16:30	
		① 14:30~15:20	スタートトライアル (14:50~15:10)
		整氷 (コースのみ)	
		② 15:40~16:30	(①以外の選手) スタートトライアル (16:00~16:20)
	代表者会議	17:00	YSアリーナ八戸 1階多目的室

**8月21日 (土)** 競技第1日目 開場 6:30~16:30

区分	距離	出場選手数	組数 x 所要時間	所要時間		予定時刻	
				競技等	整氷等	開始	終了
Warm-up			1 x 60'00	60'00		7:30	8:30
整氷	開会宣言			0	30'00	8:30	9:00
女子	500m	50	25 p x 02'00	50'00		9:00	9:50
Change system				0	02'00	9:50	9:52
男子	500m	55	2 p x 01'45	04'00		9:52	9:56
整氷 (コースのみ)				0	15'00	9:56	10:11
男子	500m		26 p x 01'45	46'00		10:11	10:57
整氷 (コースのみ)				0	15'00	10:57	11:12
女子	1500m	45	12 q x 03'45	45'00		11:12	11:57
Warm-up	男子1500m、女子5000m、男子10000m		1 x 30'00	30'00		11:57	12:27
整氷				0	20'00	12:27	12:47
男子	1500m	56	14 q x 03'30	49'00		12:47	13:36
整氷 (コースのみ)				0	15'00	13:36	13:51
女子	5000m	3	1 q x 09'30	10'00		13:51	14:01
Change system				0	02'00	14:01	14:03
男子	10000m	18	2 q x 16'00	32'00		14:03	14:35
整氷 (コースのみ)				0	15'00	14:35	14:50
男子	10000m		3 q x 16'00	48'00		14:50	15:38

**8月22日 (日)** 第2日目 開場 6:30~15:30

区分	距離	出場選手数	組数 x 所要時間	所要時間		予定時刻	
				競技等	整氷等	開始	終了
Warm-up			1 x 60'00	60'00		7:30	8:30
整氷				0	30'00	8:30	9:00
女子	1000m	58	15 q x 03'00	45'00		9:00	9:45
Change system				0	02'00	9:45	9:47
男子	1000m	81	2 q x 02'45	06'00		9:47	9:53
整氷 (コースのみ)				0	15'00	9:53	10:08
			19 q x 02'45	52'00		10:08	11:00
Warm-up	3000m、男子5000m		1 x 30'00	30'00		11:00	11:30
整氷				0	20'00	11:30	11:50
女子	3000m	29	8 q x 06'30	52'00		11:50	12:42
整氷 (コースのみ)				0	15'00	12:42	12:57
男子	3000m	8	2 q x 06'00	12'00		12:57	13:09
Change system				0	02'00	13:09	13:11
男子	5000m	37	4 q x 09'00	36'00		13:11	13:47
整氷 (コースのみ)				0	15'00	13:47	14:02
男子	5000m		6 q x 09'00	54'00		14:02	14:56