

3/7 ライスカップ駅伝 行動計画表

※招集時刻に遅れないように

クラブ対抗中学年男女	クラブ対抗高学年男子	クラブ対抗高学年女子	チャレンジ駅伝男子	チャレンジ駅伝女子
コーチ:宮原・小林	コーチ:柳岡・市村	コーチ:神村・中澤	コーチ:萩原・森田・松井	コーチ:中嶋・植杉
待機場所場所取り(松本)				
選手集合時刻: 7時00分 正田醤油スタジアム正面スタンド前の噴水付近				
7:00	7:00			
クラブ対抗受付(松本)				
7:30		アスリートビブス装着等	チャレンジ駅伝受付(松本)	
		一次アップ(補助競技場か松林) ※チャレンジ組を待たなくてよい	アスリートビブス装着等	
8:00			一次アップ	
開会式(選手全員が参加)				
8:30	8:30	最終アップ(急いでやる)	一次アップ(開会式前にできなかった場合)	
		招集へ(8:45)		
9:00	9:00	最終アップ		
9:30	9:30	競技	招集へ(9:15)	最終アップ
		競技		状況に応じて応援
10:00	10:00	競技	招集へ(9:45)	最終アップ
10:30	10:30			状況に応じて応援
11:00	11:00			最終アップ
11:30	11:30	表彰式		
12:00	12:00	表彰式終了後、正面スタンド前のKRC待機場所に全員集合してミーティング。 解散の指示があるまでは、勝手に帰らないこと。(用事で帰る人は申し出てください)		
12:30	12:30	競技が終わったら、 他の種目の応援をする		