

第40回 奈良県ジュニア体操競技選手権大会・奈良県ジュニアチャレンジ大会
兼 第42回 近畿ジュニア体操競技選手権大会奈良県予選会
(第20回 U-12選抜体操競技選手権大会奈良県予選会)

令和7年 7月6日(日) ジェイテクトアリーナ奈良

プログラム・時 程

【時程】 ※進行状況により、時間が前後する場合があります。

時間	8:30	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00				
			30	20/25	30/40/50	15/30	55	15	55	20	40			
選手権 男子	セッティング 集合・開館		器具なしアップ	A・CⅠ・CⅡ 会場練習 フリー練習 (50)	開始式 ※1種目めに整列	A・CⅠ・CⅡ 6種目競技 (85)		屋 食 休 憩	D セ ッ ト 変 更	オフ テ ィ ン グ	表 彰 式 ・ 閉 会 式 ・ 通 過 者 発 表	通 過 者 会 議	17 時 ま で に 完 全 退 館	
選手権 女子				A・B・CⅡ 会場練習 2種目め〜 割当 12分 × 4ローテ (48)										
Dクラス						器具なし アップ	会場練習 2種目の 割当5分 (15)	Dクラス 競技 (40)	E セ ッ ト 変 更					
Eクラス							器具なし アップ (女子競技エリ ア)	会場練習 2種目の 割当5分 (15)	Eクラス 競技 (40)					
審判・監督 その他			監督・審判 打合せ											

<役員集合> 8:30~
<監督会議> 10:00~
<審判会議> 10:10~

<開始式> 11:20~
<表彰式・閉会式> 16:00~
<通過者会議> 16:20~

【選手権男子 競技時程】

【選手権女子 競技時程】

<男子 A・CⅠ・CⅡ>

- 器具なしアップ セット完了後〜10:30
- 会場練習(6種目) 10:30〜11:20(50分)
 - *ゆか使用時間 10:30〜10:42(12)
 - *跳馬高さ時間(クラブで相談可) 11:06〜11:20(14)
- 競技(6種目) 11:25〜12:50(85分)
- 競技前アップ 3分アップ
 - *跳馬は1人2本程
 - *別カテゴリが1つの班にまとまって班は1カテゴリ毎に、競技前アップ→競技を行って下さい。

<男子 A・CⅠ・CⅡクラス> 種目ローテーション

組/種目	ゆか	あん馬	つり輪	跳馬	平行棒	鉄棒
① CⅠ	1	2	3	4	5	6
② A・CⅡ	2	3	4	5	6	1

<女子 A・B・CⅡ>

- 器具なしアップ セット完了後〜10:30
- 会場練習(4種目) 10:30〜11:18(48分)
 - *12分ローテ割当練習 2種目め〜
- 競技(4種目) 11:25〜12:40(75分)
- 競技前アップ 3分アップ
 - *段違い平行棒 1人50秒
 - *平均台 1人30秒
 - *跳馬 1人2本程
 - *別カテゴリが1つの班にまとまっている班は1カテゴリ毎に、競技前アップ→競技を行って下さい。

<女子 A・B・CⅡクラス> 種目ローテーション

組/種目	跳馬	段違い平行棒	平均台	ゆか
① A・B	1	2	3	4
② CⅡ	4	1	2	3

【Dクラス 競技時程】

【Eクラス 競技時程】

- 器具なしアップ 12:30〜13:00(30分)
 - *空いているフロア内でお願い致します。選手権競技中につき、静かに行ってください。
- 会場練習(3種目) 13:00〜13:15(15分)
 - *5分ローテ割当練習 2種目め〜
- 競技(3種目) 13:15〜13:55(40分)
- 競技前アップ 3分アップ
 - 【ゆか:3本 ※ゆかは3タンプリング練習のみ とび箱:2本 鉄棒:1〜2本】

種目ローテ表

	ゆか	跳馬	鉄棒
① 男子・女子混合	1	2	3
② 男子・女子混合	3	1	2
③ 女子のみ	2	3	1

- 器具なしアップ 13:30〜14:00(30分)
 - *女子競技エリアでお願い致します。Dクラス競技中につき、静かに行ってください。
- 会場練習(3種目) 14:00〜14:15(15分)
 - *5分ローテ割当練習 2種目め〜
- 競技(3種目) 14:15〜14:55(40分)
- 競技前アップ 3分アップ
 - 【ゆか:3本 ※ゆかは3タンプリング練習のみ とび箱:2本 鉄棒:1〜2本】

種目ローテ表

	ゆか	とび箱	鉄棒
① 男子・女子混合	1	2	3
② 女子のみ	3	1	2
③ 女子のみ	2	3	1