

準備	7:30
役員打ち合わせ	7:40
選手入場	7:45
アップ	8:00
レース開始	9:00

	組数	招集時間	開始時間
女子400mMリレー	1	8:55	9:00
男子400mMリレー	2	9:00	9:05
女子400m自由形	1	9:25	9:30
男子400m自由形	1	9:33	9:38
女子400m個人メドレー	1	9:39	9:44
男子400m個人メドレー	1	9:47	9:52
全レーン開放 ～10:30			
女子200m背泳ぎ	1	10:25	10:30
男子200m背泳ぎ	2	10:30	10:35
女子200m平泳ぎ	2	10:40	10:45
男子200m平泳ぎ	2	10:50	10:55
女子200mバタフライ	0	10:57	11:02
男子200mバタフライ	1	10:57	11:02
女子200m自由形	1	11:01	11:06
男子200m自由形	3	11:05	11:10
女子200m個人メドレー	1	11:17	11:22
男子200m個人メドレー	1	11:22	11:27
混合200mMリレー	2	11:35	11:40
全レーン開放 ～12:30			
女子100m背泳ぎ	2	12:25	12:30
男子100m背泳ぎ	2	12:29	12:34
女子100m平泳ぎ	3	12:35	12:40
男子100m平泳ぎ	3	12:42	12:47
女子100mバタフライ	1	12:50	12:55
男子100mバタフライ	2	12:53	12:58
女子100m自由形	4	12:58	13:03
男子100m自由形	7	13:06	13:11
全レーン ～13:50			
女子50m背泳ぎ	2	13:45	13:50
男子50m背泳ぎ	3	13:48	13:53

	組数	招集時間	開始時間
女子50m平泳ぎ	3	13:51	13:56
男子50m平泳ぎ	5	13:55	14:00
女子50mバタフライ	2	14:03	14:08
男子50mバタフライ	3	14:06	14:11
女子50m自由形	6	14:10	14:15
男子50m自由形	12	14:17	14:22
女子400mリレー	2	14:40	14:45
男子400mリレー	4	14:40	14:55