		18/16	6	78	(9)	11/2	ß	12	3	48	(92)	202	20	888	長野市 飯綱町
9/15 (日)		110kmーフィニッ	110kmーフィニッ	110kmーフィニッ	110kmーフィニッ	フィニッシュ早	フィニッシュ早	フィニッシュ遅	フィニッシュ遅	フィニッシュ遅	フィニッシュ遅	フィニッシュ遅遅			i+7·2
3 00		シュ遅 3:00集合	シュ 3:00集合	シュ 3:00集合	シュ 3:00集合										
20 30		3:00集合 3:00~3:10 ミーティング	3:00集合 3:00~3:10 ミーティング	3:00集合 3:00~3:10 ミーティング	3:00集合 3:00~3:10 ミーティング										
40 50															
4 00 10 20	朝食サービス 4:00~5:30	荷物預かり	荷物預かり	駐車場係	駐車場係										
30 40															
5 00 10						5:00集合	5:00集合								
20 30	110kmスタート					ハイランドホール	ハイランドホール								
50 6 00					ハイジ 片付け 撤収										
10 20															
40 50															
7 00	①7:00佐川到着	ハイジ 片付け	ハイジ 片付け	ハイジ 片付け											
20 30 40		撤収	撤収	撤収		フィニッシュ設営	フィニッシュ設営								
8 0 0						リタイア者案内	リタイア者案内								
10 20 30															
40 50						二人交代で駐車場									
9 00 10 20	②9:00佐川到着					適宜休憩	適宜休憩								
30 40					体筋移動										
10 00 10 10							12:30のフィニッ シュ遅チーム到着								
20 30	(4)5)14:00%/HSTR						より早くトップ選								
40 50 11 00				休憩 移動		ら、ゴールテープ やチップ回収									
10 20			休憩移動												
30 40 50															
12 00															
20 30								12:30集合	12:30集合	12:30集合	12:30集合				
50 13 00								ハイランドホール	ハイランドホール	ハイランドホール					
10 20									チップ回収を 荷物波		駐車場誘導と 割物変しを休憩し つつまわす				
40 50								ゴールテーブ		駐車場誘導と 荷物波しを休憩し つつまわす					
14 0 0 10 20							振る舞い 休憩しながら 体憩 選手サポート 会場周リチェック								
30 40					16:30集合										
15 0 0 10								チップ回収を							
20 30								休憩しつつ回す							
40 50 16 00			16:30集合	16:30集合 ハイランドホール		ホール 導と 休憩し ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・									
10 10 20	③16:00佐川到着														バス誘導
30 40 50															及び 駐車場係
17 0 0 10				ハイラントホール	ハイランドホール										
20 30			ゴールテープ チップ回収を 休憩しつつ回す 18時集合の テープ係が集たら 引起して 選手サポート 会場周リチェック 休憩	駐車場誘導と 荷物波しを休憩しつ つまわす	駐車場誘導と 荷物波しを休憩し つつまわす 休憩				休憩	休憩	休憩				
40 50 18 0 0								休憩					カール ハイランドホール ハイランドホーク ハイランドホーク ファイン ファイン ファイン ファイン ファイン ファイン ファイン ファイン		Ξ.,
10 20									会 ゴールテープ チップ回収を	選手サポート会場周リチェック	つつまわす 引継後、集合	18:00集合 ハイランドホール		18:00集合 ハイランドホール	
40 50												ゴールテープ チップ回収を 休憩しつつ回す 休憩		11-14から引 き継ぎ、振る舞い	
19 00	10 20 30 40 50 50 50 50 50 50 50 50 50 50 50 50 50									3K-49/M 7 7 2 7 7					
30 40				休憩						計 財車場誘導と 荷物波しを休憩し つつまわす					
20 00															
20 30					振る舞い			ゴールテープ チップ回収を	休憩しつつ回す						
40 50 21 00								休憩しつつ回す						選手サポート 会場周リチェック 休憩	
10 20			選手サポート 会場周りチェック	振る舞い				引継後、集合	引継後、集合						
30 40 50															
22 0 0 10		22:00集合	引継後、集合	引継後、集合	引継後、集合										
20 30 40		ハイランドホール	解散	解散	解散	解散	解散	解散	解散	解散	解散	引継ぎ			
50 23 00													駐車場誘導と 荷物波しをまわす	駐車場誘導と 荷物渡しをまわす	
10 20 30	10 20 30	駐車場誘導と 荷物渡しをまわす										パス誘導係			
40 50		内が成してまわず													
0 00 10 20										ナポート会場周り チェック」					
30 40		44.70								トェック] について		休憩	休憩	F1 10 10 10 10	
1 00 10		休憩								って、動けない選		休憩	水 憩	駐車場誘導	
20 30	20 30 40 50									たら、荷物を取り あげたり、場所を		パス誘導係			
40 50 2 00										あげたりする。			駐車場誘導と	体態 駐車場誘導と 荷物波しをまわす	
10		駐車場誘導													
30 40 50													荷物渡しをまわす		
3 0 0 10 20															
30 40	30 d0	フィニッシュ撤収										フィニッシュ嫩収			
4 0 0 10															
20 30													フィニッシュ撤収	フィニッシュ撤収	
40 50 5 0 0													2 23004	2 - 30.94	
10 20															
30 40															
6 0 0 10															
20 30 40															
50 7 00															
10 20 30															
40 50															
4 00															
20															