

受付時間	対象	受付時間	対象	受付時間	対象
10:00~10:30	発表部門①	12:00~12:30	発表部門②ショート	14:00~15:00	AG/AD種目 シングル チャレンジ・ペア トリオ・チーム
10:30~11:30	3分エアロビクス フライト2023	12:30~13:00	フライト2024 発表部門③ロング		

受付:ロビー奥入口

1面:入口側半面

2面:奥側半面

時間	内容	場所
9:30~	・開場(全面) 親子プログラム参加の皆様入場	2面
9:55~11:00	・しなFit 午前の部開始宣言 ・親子無料公開レッスン ~安心安全プログラム~	2面
11:00~11:10	・品川ミュージッククロスストレッチ	2面
11:10~11:30	・発表部門① インクルージョン・パフォーマンス 品川区エアロビクス連盟、 日本代表トリオ 、スローエアロビクス、 親子クラス、 【しなさぼアスリート】デモンストレーション	1面
11:30~11:45	・セレモニー ご来賓挨拶、品川トップアスリート対談	2面
11:45~12:00	・3分エアロビクス選手権出場者整列 ⇒競技開始	2面
12:00過ぎより	・お楽しみブース 展開	1面
12:15~12:25	・3分エアロビクス選手権 表彰式 (10分)	2面
12:30~12:55	・フライト種目 フライト2023出場者整列⇒競技開始(25分間予定)	2面
13:00~13:20	・発表部門②ショート No.6~No.14(20分)、	2面
13:20~13:50	・フライト種目 フライト2024出場者整列⇒競技開始(25分間予定)	2面
14:00~14:45	・発表部門③ロング No.15~No.23(45分)	2面
14:50~15:00	・フライト種目表彰式	2面
15:10~16:20	・AD種目シングル、AG種目シングル(65分)	2面
16:00	・ブース撤収	1面
16:25~17:10	・AD種目チャレンジ・ペア、チャレンジ・トリオ、チャレンジ・チーム	2面
17:00~	・夕方の部 観客席入場	観客席
17:20~17:40	・AG種目・AD種目表彰	2面
17:55~	・ 【しなサボアスリート】デモンストレーション	2面
18:00~19:00	・しなFit 夕方の部開始宣言 セガサミールクス特別ワークショップ	1面