

訓 練 進 行 表

【訓練実施時間】

順序	開始・終了時刻	訓 練 種 目
	7:40～	マネキン点検 ①人命救助
	7:55～	マネキン点検 ②水中検索救助
	8:40～9:00	ウォーミングアップ ①人命救助
	9:00～9:20	ウォーミングアップ ②溺者搬送③水中結索
	9:20～9:40	ウォーミングアップ ④溺者救助⑤水中検索救助
1	9:40～9:50	訓練準備
	9:50～10:30	人 命 救 助
2	10:30～10:40	撤 収・準 備 (10分)
	10:40～10:54	溺 者 搬 送
3	10:54～11:04	撤 収・準 備 (10分)
	11:04～11:46	水 中 結 索
4	11:46～11:56	撤 収・準 備 (10分)
	11:56～12:32	溺 者 救 助
5	12:32～12:42	撤 収・準 備 (10分)
	12:42～13:22	水 中 検 索 救 助

【招集時間】

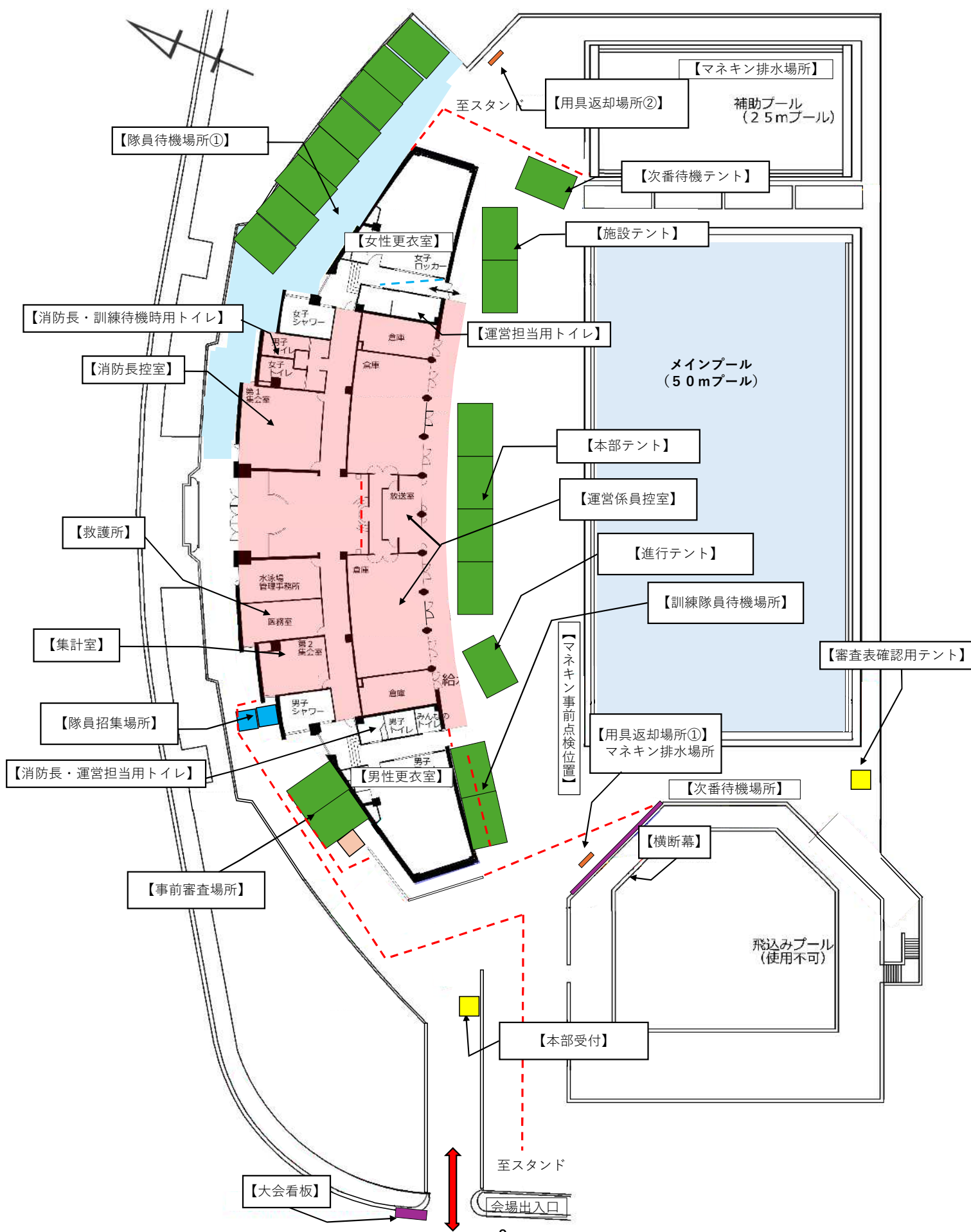
集合時刻	訓練種目
9:20	人命救助
訓練開始予定時刻の40分前	その他の種目

【訓練進行詳細】

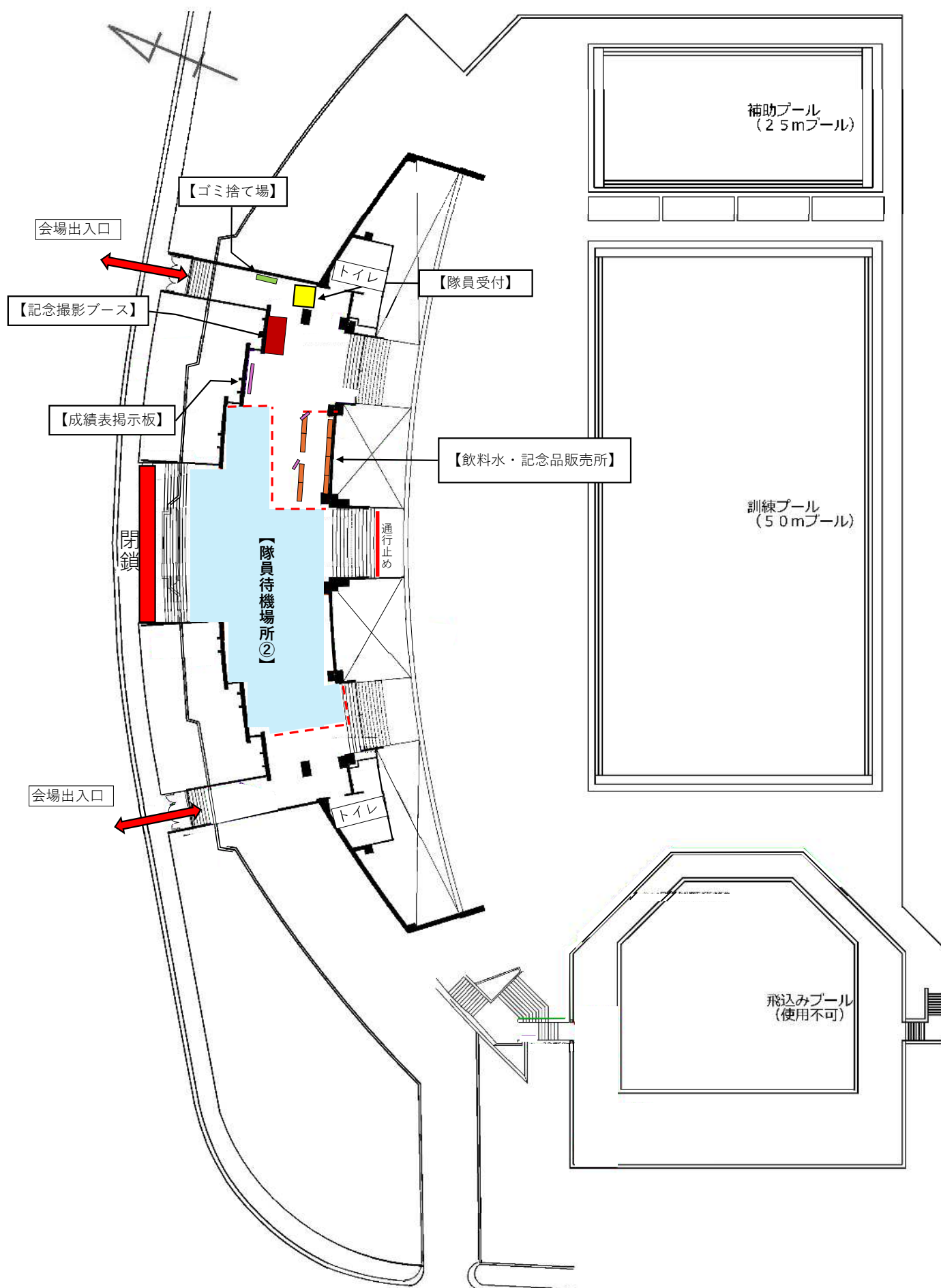
	8:30	9:00	9:30	10:00	10:30	11:00	11:30	12:00	12:30	13:00	13:30
ウォーミングアップ (人命救助)	8:40～ 9:00		【20分】								
ウォーミングアップ (溺者搬送・水中結索)	9:00～ 9:20		【20分】								
ウォーミングアップ (溺者救助・水中検索救助)	9:20～ 9:40			【20分】							
訓練準備	9:40～ 9:50			【10分】							
1 人 命 救 助 (3コース8分×5組=40分)	9:20 集合			9:50	10:30						
					【40分】						
2 溺 者 搬 送 (3コース2分×7組=14分)	10:00 集合				10:40	10:54					
						【14分】					
3 水 中 結 索 (3コース7分×6組=42分)	10:24 集合					11:04	11:46				
							【42分】				
4 溺 者 救 助 (3コース6分×6組=36分)	11:16 集合						11:56	12:32			
								【36分】			
5 水 中 検 索 救 助 (3コース8分×5組=40分)	12:02 集合							12:42	13:22		
									【40分】		

- 1 訓練参加隊（員）数の変動により訓練時間が早まります。
 備考 2 訓練の進行状況により訓練時間が早まる場合等、随時場内放送により連絡します。
 3 水上部におけるウォーミングアップ時の用具の持ち込みは可能とします。

水上会場詳細図（水泳場配置・地下1階）



水上会場詳細図（水泳場 1 階）



水上会場詳細図（水泳場スタンド）

