

106 學年度全國中學生水上救生運動錦標賽活動程序表

日期	時間	活動名稱	內容簡介	備註	
三月二十四日 (星期六)	07:00~07:40	報到	各單位辦理報到	07:00起 泳池開放 選手練習 08:30止	
	07:40~08:10	領隊會議	召開領隊會議		
	08:10~08:40	裁判會議	召開裁判會議		
	08:40~	選手檢錄	200公尺障礙游泳預賽選手檢錄		
	09:00~11:00	預賽	200公尺障礙游泳 100公尺穿蛙用浮標帶假人 100公尺混合救生	國女組 國男組 高女組 高男組	
	11:00~11:20	開幕典禮	介紹與會貴賓		
	11:20~12:00	決賽 頒獎	200公尺障礙游泳	國女組 國男組 高女組 高男組	
	12:00~13:30	午餐			
	13:10	選手檢錄	4x50公尺障礙游泳決賽選手檢錄		
	13:30~17:00	決賽 頒獎	4x50公尺障礙游泳接力 100公尺穿蛙用浮標帶假人 100公尺混合救生 4x25公尺帶假人接力	國女組 國男組 高女組 高男組	
三月二十五日 (星期日)	07:00~08:10	選手練習	游泳池開放選手練習		
	08:10~	選手檢錄	100公尺穿蛙鞋帶假人預賽選手檢錄		
	08:30~12:00	預賽	100公尺穿蛙鞋帶假人 50公尺帶假人 200公尺超級救生員 拋繩救生	國女組 國男組 高女組 高男組	
	12:00~13:00	午餐			
	13:00~16:00	決賽 頒獎	拋繩救生 100公尺穿蛙鞋帶假人 50公尺帶假人 200公尺超級救生員 4x50公尺混合救生接力	國女組 國男組 高女組 高男組	
	16:00~16:20	閉幕典禮	頒發團體總成績第一名至第四名優勝		
	16:20~16:30	頒發總錦標			
	16:30	禮成賦歸			