



SUNNY FISH

9月30日

水

時間	1	距離
10	UP	
6	S 50×4-1'30" FR	200
5.5	K 50×3-1'50" BR/FR by25m 板ヘッドダウン	150
6	P 50×4-1'30" FR ハドル	200
8.5	S 100×3-2'45" FR	300
3.5	K 50×2-1'50" FR 12サイト/6サイト by25m	100
8.5	P 100×3-2'45" FR ハドル DES	300
8	S 100×3-2'40" FR	300
5	Drill 50×3-1'40" FR 片手横右/左 by25m	150
9	1) S 150×2-4'30" FR	300
5.5	2) S 100×2-2'45" FR	200
4	3) S 50×3-1'20" FR	150
1	1)→2)→3)レスト30"	
5	DW	
85.5		2350



SUNNY FISH

9月30日

水

時間	2	距離
10	UP	
7.5	S 50×6-1'15" FR	300
5	K 50×3-1'40" BR/FR by25m 板ヘッドダウン	150
7	P 50×6-1'10" FR ハドル	300
7	S 100×3-2'20" FR	300
3.5	K 50×2-1'40" FR 12サイト/6サイト by25m	100
7.5	P 100×3-2'30" FR ハドル DES	300
6.5	S 100×3-2'10" FR	300
4.5	Drill 50×3-1'30" FR 片手横右/左 by25m	150
10.5	1) S 150×3-3'30" FR	450
6.5	2) S 100×3-2'10" FR	300
4	3) S 50×4-60" FR	200
1	1)→2)→3)レスト30"	
5	DW	
85.5		2850



SUNNY FISH

9月30日

水

時間	3	距離
10	UP	
6.5	S 50×6-1'05" FR	300
4.5	K 50×3-1'30" BR/FR by25m 板ヘッドダウン	150
6.5	P 50×6-1'05" FR ハドル	300
6.5	S 100×3-2'10" FR	300
4.5	K 50×3-1'30" FR 12サイト/6サイト by25m	150
7	P 100×3-2'15" FR ハドル DES	300
6	S 100×3-2'00" FR	300
4	Drill 50×3-1'20" FR 片手横右/左 by25m	150
13	1) S 150×4-3'15" FR	600
8	2) S 100×4-2'00" FR	400
3.5	3) S 50×4-55" FR	200
1	1)→2)→3)レスト30"	
5	DW	
86		3150



SUNNY FISH

9月30日

水

時間	4	距離
10	UP	
6	S 50×6-60" FR	300
4.5	K 50×3-1'30" BR/FR by25m 板ヘッドダウン	150
6	P 50×6-60" FR ハドル	300
6	S 100×3-2'00" FR	300
3	K 50×2-1'30" FR 12サイト/6サイト by25m	100
6.5	P 100×3-2'10" FR ハドル DES	300
7.5	S 100×4-1'50" FR	400
4	Drill 50×3-1'20" FR 片手横右/左 by25m	150
12	1) S 150×4-3'00" FR	600
11	2) S 100×6-1'50" FR	600
3.5	3) S 50×4-50" FR	200
1	1)→2)→3)レスト30"	
5	DW	
86		3400



SUNNY FISH

9月30日

水

時間	5	距離
10	UP	
6	S 50×6-60" FR	300
4.5	K 50×3-1'30" BR/FR by25m 板ヘッドダウン	150
5.5	P 50×6-55" FR ハドル	300
7.5	S 100×4-1'50" FR	400
4	K 50×3-1'20" FR 12サイト/6サイト by25m	150
8	P 100×4-2'00" FR ハドル DES	400
7	S 100×4-1'45" FR	400
3.5	Drill 50×3-1'10" FR 片手横右/左 by25m	150
11	1) S 150×4-2'45" FR	600
10	2) S 100×6-1'40" FR	600
3	3) S 50×4-45" FR	200
1	1)→2)→3)レスト30"	
5	DW	
86		3650



SUNNY FISH

9月30日

水

時間	6	距離
10	UP	
5.5	S 50×6-55" FR	300
4	K 50×3-1'20" BR/FR by25m 板ヘッドダウン	150
6.5	P 50×8-50" FR ハドル	400
7	S 100×4-1'45" FR	400
4	K 50×3-1'20" FR 12サイト/6サイト by25m	150
11	P 100×6-1'50" FR ハドル DES	600
6.5	S 100×4-1'40" FR	400
3.5	Drill 50×3-1'10" FR 片手横右/左 by25m	150
10	1) S 150×4-2'30" FR	600
9	2) S 100×6-1'30" FR	600
3	3) S 50×4-40" FR	200
1	1)→2)→3)レスト30"	
5	DW	
86		3950