

4日(水)

	時間	Aコート(奥)	TO	Bコート(入口)	TO
1	9:00～9:45	松本清水 - 戸倉上山田	須坂	若穂 - 長沼	須坂あずま
2	9:50～10:35	松本清水 - 須坂	戸倉上山田	塩尻北部 - 須坂あずま	長沼
3	10:40～11:25	スノーラビッツ - 剣崎	須坂	長沼 - 戸倉上山田	須坂あずま
4	11:30～12:15	須坂 - 塩尻北部	剣崎	スノーラビッツ - 若穂	戸倉上山田
	12:15～13:00	昼食		昼食	
5	13:00～13:45	剣崎 - 須坂あずま	若穂	長沼 - 松本清水	塩尻北部
6	13:50～14:35	若穂 - 剣崎	須坂あずま	戸倉上山田 - スノーラビッツ	松本清水
7	14:40～15:25	若穂 - 松本清水	剣崎	戸倉上山田 - 塩尻北部	スノーラビッツ
8	15:30～16:15	スノーラビッツ - 須坂あずま	松本清水	須坂 - 長沼	塩尻北部

5日(木)

	時間	Aコート(奥)	TO	Bコート(入口)	TO
1	9:00～9:45	青木島 - 剣崎	須坂	長沼 - 須坂あずま	若穂
2	9:50～10:35	佐久泉 - 下諏訪	剣崎	若穂 - 岩村田	須坂あずま
3	10:40～11:25	須坂 - 佐久泉	下諏訪	塩尻北部 - 長沼	岩村田
4	11:30～12:15	岩村田 - 須坂あずま	佐久泉	下諏訪 - 若穂	長沼
5	12:25～13:10	剣崎 - 塩尻北部	須坂あずま	須坂 - 青木島	若穂
6	13:15～14:00	下諏訪 - 長沼	塩尻北部	若穂 - 佐久泉	須坂
7	14:05～14:50	青木島 - 岩村田	長沼	剣崎 - 須坂	佐久泉
8	14:55～15:40	長沼 - 佐久泉	青木島	若穂 - 塩尻北部	須坂あずま
9	15:45～16:30	須坂あずま - 青木島	須坂	岩村田 - 下諏訪	若穂