

競技時間割

M=男子 W=女子

トラック競技				
開始時刻	招集完了時間	種目	組 (人数)	人数
10:00	9:40	400mH	1組 M50(1)・M55(2)	3
10:10	9:50	1500m	1組 男子全員(13)・女子全員(4)	17
10:25	10:05	60m	1組 W55~W70(9) 2組 W24~W50(7) 1組 M70~M80(5) 2組 M65(5) 3組 M60(5)	70
	10:30		4組 M55(5) 5組 M55(5) 6組 M50(8)	
	10:45		7組 M40~M45(9) 8組 M30~M35(5) 9組 M24~M25(7)	
11:15	10:55	800m	1組 W40~W65(4)・1組M75~M80(3) 2組 M40~M70(8)	15
11:30	11:10	100m	1組 W60~W70(7) 2組 W40~W55(7) 3組 W-24~W35(6) 1組 M70~M80(6) 2組 M65(7)	98
	11:30		3組 M60(7) 4組 M55(8) 5組 M55(2)・M50(6) 6組 M50(7) 7組 M45(6)	
	11:50		8組 M40(8) 9組 M35(7) 10組 M30(5) 11組 M24-(3)・M25(6)	
12:30	12:10	3000m	1組 男子全員(15) 女子全員(4)	19
13:00	12:40	80mH	1組 W55(2)	2
		100mH	1組 M60(1)・M65(1) 2組 M50(4)・M55(1)	7
		110mH	1組 M25(1)/M45(1)	2
13:30	13:10	200m	1組 W24~W70(6) 1組 M70(4)・M80(1) 2組 M60(2)・M65(7) 3組 M50(5)・M55(1)	37
	13:25		4組 M40(5)・M45(2) 5組 M25(3)・M30(1)・M35(2)	
14:10	13:50	5000m	男子全員(16)・女子全員(2)	18
15:50	15:30	400m	1組 W55(1)・1組 M70(3)・M80(3) 2組 M55(3)・M60(3)・M65(1) 3組 M40(1)・M45(1)・M50(3) 4組 M24-(1)・M25(2)・M30(1)・M35(1)	24

フィールド競技(投てき)				
開始時刻	招集完了時間	種目	組 (人数)	人数
10:00	9:20	円盤投	男子全員(22)・女子全員(6)	28
11:50	11:10	砲丸投	男子全員(20)・女子全員(8)	28
13:30	12:50	ハンマー	男子全員(17)・女子全員(5)	22
15:00	14:20	やり投	男子全員(18)・女子全員(5)	23
フィールド競技(跳躍)				
開始時刻	招集完了時間	種目	組 (人数)	人数
10:00	9:20	立五段跳	男子全員(18)・女子全員(5)	23
11:00	10:20	棒高跳	男子全員(10)・女子全員(1)	11
12:00	11:20	走幅跳	男子全員(17)・女子全員(2)	19
13:30	12:50	走高跳	男子全員(9)・女子全員(2)	11
15:00	14:20	三段跳	男子全員(8)・女子全員(1)	9

400mH (セット1~5レーン)

M50/55 ①組2・3・4レーン	H:84.0cm 間:35m スタート~1台目:45m 最終~ゴール:40m	10台
----------------------	--	-----

80mH (セット1~4レーン)

W55 ①組2・3レーン	H:76.2cm 間:7m スタート~1台目:12m 最終~ゴール:19m	8台
-----------------	---------------------------------------	----

100mH (セット1~3レーン)

M60/65 ①組1・2レーン	H:84.0cm 間:8.0m スタート~1台目:12m 最終~ゴール:16.0m	10台
--------------------	---	-----

100mH (セット4~9レーン)

M50/55 ②組5~9レーン	H:91.4cm 間:8.5m スタート~1台目:13m 最終~ゴール:10.5m	10台
--------------------	---	-----

110mH (セット1~3レーン)

M45 ①組2レーン	H:99.1cm 間:9.14m スタート~1台目:13.72m最終~ゴール:14.02m	10台
---------------	---	-----

110mH (セット4~8レーン)

M25 ①組5レーン	H:106.7cm 間:9.14m スタート~1台目:13.72m最終~ゴール:14.02m	10台
---------------	--	-----

(注意)

- ①トラック競技は全てタイムレース決勝とする。
- ②フィールド競技(走高跳及び棒高跳をのぞく)の試技は3回とする。
- ③招集完了時刻5分前には招集場所に。
- ④競技が重なる場合は事前に必ず「多項目出場届」の提出を。