

競 技 順 序

《トラック競技》

順序	種 目	競技開始	招集完了	競技クラス	人数	組数	備 考
1	3000m	9:00	8:40	M60,M65,M70,M75,M80,W60,W70	17	1	制限20分
2	5000m	9:25	9:05	M25,M35,M40,M45,M50,W40	11	1	制限30分
3	400mH	10:00	9:40	M35,M40	3	1	高さ91.4cm
				M55	1	1	高さ84.0cm
				W35	1	1	高さ76.2cm
4	300mH	10:15	9:55	M65	2	1	高さ76.2cm
				M70	1	1	高さ68.6cm
5	200mH	10:25	10:05	M80	1	1	高さ68.6cm
6	100m	10:35	10:15	W30,W35,W40,W45,W50	8	1	
				W55,W65,W70,W75,W80	7	1	
				M25,M30	6	1	
				M35	6	1	
				M40	5	1	
				M45	9	2	タイムレース
		11:00	10:40	M50	6	1	
				M55	11	2	タイムレース
				M60	8	1	
				M65	8	1	
				M70	6	1	
				M75	6	1	
				M80,M85,M90	7	1	
7	800m	11:25	11:05	M40,M45,M50	8	1	制限7分 オープンスタート
				M55,M60	8	1	
				M65,M70	8	1	
				M75,M80,M100,W-24,W40,W60,W70	9	1	
8	60m	11:55	11:35	W30,W35,W40,W45	5	1	
				W50,W55,W65	6	1	
				W70,W75,W80	5	1	
				M25,M30	5	1	
				M35,M40	7	1	
				M45,M50	8	1	
		M55	9	2	タイムレース		
		12:20	12:00	M60	7	1	
				M65	9	2	タイムレース
				M70	5	1	
				M75	4	1	
				M80,M85	7	1	
M90,M95	3			1			
9	80mH	13:00	12:40	W55	1	1	高さ 76.2cm インターバル7.00m
10	100mH	13:10	12:50	M60	1	1	高さ 84.0cm インターバル8.00m
				W35	1	1	高さ 84.0cm インターバル8.50m
				M50,M55	4	1	高さ 91.4cm インターバル8.50m
11	110mH	13:25	13:05	M35,M40	3	1	高さ 99.1cm インターバル9.14m

順序	種 目	競技開始	招集完了	競技クラス	人数	組数	備 考
12	400m	13:35	13:15	W35,W45	2	1	
				M25,M30,M35	7	1	
				M40,M45	6	1	
				M50,M55	6	1	
				M60,M65	7	1	
				M70,M75,M80,M100	8	1	
13	3000mW	14:00	13:40	M50,M55,M65,M75,M80	7	1	制限25分
14	200m	14:30	14:10	W35,W40,W45,W50,W55,W65,W75	8	1	
				M25,M30	3	1	
				M35,M40	6	1	
				M45	6	1	
				M50	5	1	
		14:45	14:25	M55	6	1	
				M60	7	1	
				M65	5	1	
M70,M75,M80,M90	8	1					
15	1500m	15:00	14:40	M35,M40,M45,M50,M55	12	1	制限10分
				M60,M65,M70,M75,M80,M100	19	1	
				W60,W70			
16	4×100mR	15:30	15:10				

《跳躍競技》

順序	種 目	競技開始	招集完了	競技クラス	人数	組数	備 考
1	走幅跳	9:00	8:30	M35～M60	11	1	Aビット
				M65～M90、W全クラス	17	1	Bビット
2	棒高跳	10:00	10:30	M40,M55,M60,M80	5	1	
3	三段跳	11:30	11:00	M・W全クラス	16	1	踏切板 5m/9m
						1	踏切板 7m/11m
4	走高跳	12:30	12:00	M・W全クラス	17	1	
5	立五段跳	14:00	13:30	M・W全クラス	35	1	踏切板 5m/9m
						1	踏切板 7m/11m/13m

※三段跳・立五段跳は踏切距離の申告受付後 おおむね2組で実施できるよう踏切板を設定するので備考の通りの組み分けにならない場合があります

《投擲競技》

順序	種 目	競技開始	招集完了	競技クラス	人数	組数	備 考
1	砲丸投	9:00	8:30	M35～M65	15	1	
2	円盤投	9:00	8:30	M70～M90,W全クラス	22	1	
3	砲丸投	10:30	10:00	M70～M90,W全クラス	23	1	
4	円盤投	10:30	10:00	M25～M65	19	1	
5	やり投	13:00	12:30	男・女 全年齢区分	22	1	
6	ハンマー投	14:30	14:00	男・女 全年齢区分	13	1	

※距離を競うフィールド競技の試技は 予選3回決勝1回の計4回とし 決勝時の試技順入れ替えは行いません