

(競技場開門:06:30)

競技順序

8:00 受付

(注意)M:男子 W:女子

9:00 開会式

招集時間: 30分前~(トラック15分前、フィールド20分前)完了

トラック競技				フィールド競技			
開始時間	種目	参加人数 内訳	参加人数 (名)	開始時間	種目	クラス	参加人数 (名)
9:00	5,000m	1組M55↓	32	9:00	走幅跳	M[55]~ M[24]	36
9:30	3,000m	2組M60↑ 30名、W9名	39	9:15	砲丸投	M55~M30	14
				9:15	円盤投	M85~60 28 W 5	33
				9:30	棒高跳	M 13	13
10:10	100m A	M 50↑	96	10:00	走幅跳	M80~M60 22 , W 9	31
11:00	100m B	M45↓ & W	109	10:20	砲丸投	M85~M60 18 , W 6	24
				10:20	円盤投	M60~ M24-	19
12:10	800m	M16組49 名 W1組 10名	59	11:30	三段跳	M55~M30	16
				11:45	やり投	M 85~M 60 22名 W3名	25
12:50	4X100m R	(年代別) 1組		12:15	走高跳	M85~M60 8名、W 5名	13
12:55	60m	M8組 W2組	60	12:25	重量投	M 19名 , W 1名	20
13:35	110mH	1組 M30、 M45	5	12:55	やり投	M55~M40	22
13:40	100mH	3組 M 7 W 1 M 5	13	13:00	三段跳	M80~M60 12 , W 3	15
13:55	80nH	3組 M 5 W 1	6	13:40	走高跳	M55~M24- 12名	12
14:10	400m	M9組 W2組	64				
15:05	1,500m	全 5組	76	13:50	ハンマー 投	M 19名 W 1名	20
15:50	3,000m W	全1組M28 名、W5名	33				
16:20	200m	M15組85 名 W2組 12名	98				
17:30	終了予定			17:30	終了予定		