

競 技 日 程

競技場での練習時刻 8:50まで 開会式 9:00

トラック競技					フィールド競技						
					跳	躍	投 て き				
1	09:40	男子	3000mSC	1組	10:00	男子	走高跳	10:00	男子	砲丸投(7.260kg)	
2	10:00	女子	3000m	} 1組		男子オープン	走高跳		男子35歳以上	砲丸投(6.000kg)	
		女子オープン	3000m			10:00	男子	棒高跳	10:00	女子	砲丸投(4.000kg)
		※女子・女子オープンと同時レース				女子	棒高跳		女子オープン	砲丸投(4.000kg)	
3	10:15	男子35歳以上	3000m	1組	10:00	男子	走幅跳				
4	10:30	男子オープン	3000m	1組		男子35歳以上	走幅跳				
5	10:45	女子オープン	4x100mR	1組		女子	走幅跳				
6	10:50	男子	4x100mR	1組							
		男子オープン	4x100mR	2組							
7	11:05	男子オープン	5000mW	} 1組							
		女子	5000mW								
		女子オープン	5000mW								
		※男子・女子同時レース									
8	11:35	女子	300m	1組				11:30	男子	やり投(0.800kg)	
		女子オープン	300m	2組					男子オープン	やり投(0.800kg)	
		※女子・女子オープン1組目と同時レース						11:30	女子	やり投(0.600kg)	
9	11:45	男子	300m	1組					女子オープン	やり投(0.600kg)	
		男子オープン	300m	5組							
10	12:05	女子	1500m	1組							
11	12:15	男子	1500m	} 1組							
		男子35歳以上	1500m								
		※男子・男子35歳以上と同時レース									
12	12:30	女子	100m	1組							
		女子オープン	100m	9組							
13	13:00	男子	100m	2組	13:00	女子	走高跳	13:00	男子	円盤投(2.000kg)	
		男子35歳以上	100m	1組		女子オープン	走高跳	13:00	女子	円盤投(1.000kg)	
14	13:10	男子オープン	100m	16組	13:00	男子オープン	走幅跳		女子オープン	円盤投(1.000kg)	
15	13:50	男子	400m	} 1組	13:00	女子オープン	走幅跳				
		男子35歳以上	400m								
		※男子・男子35歳以上と同時レース									
16	14:00	女子	100mH(0.838m)	} 1組	14:00	男子	三段跳				
		女子オープン	100mH(0.838m)				男子オープン	三段跳			
		※女子・女子オープンと同時レース									
17	14:10	男子	110mH(1.067m)	1組	14:00	女子	三段跳				
18	14:20	男子	5000m	} 1組		女子オープン	三段跳	14:30	男子	ハンマー投(7.260kg)	
		男子オープン	5000m				※バックストレート側ピット		14:30	女子	ハンマー投(4.000kg)
		※男子・男子オープンと同時レース									
19	14:50	男子	400mH(0.914m)	1組							
20	15:00	女子	200m	1組							
21	15:05	男子	200m	2組							
22	15:15	女子	800m	1組							
		女子オープン	800m	4組							
23	15:40	男子	800m	1組							
		男子オープン	800m	6組							
		※男子・男子オープン1組目と同時レース									
24	16:10	男子	4x400mR	1組							