

【タイムテーブル】

| No | 種別 | 種目 | 組 | 競技開始時刻 |
|----|--------------------|-------|----|--------|
| 1 | 中学男子（25人） | 1500m | 1組 | 10:00 |
| | " | " | 2組 | |
| 2 | 中学女子（15人） | 1500m | 1組 | 10:20 |
| 3 | 高校・大学・一般男子（46人） | 5000m | 1組 | 10:30 |
| | " | " | 2組 | |
| | " | " | 3組 | |
| 4 | 中学・高校・大学・一般男子（59人） | 3000m | 1組 | 11:30 |
| | " | " | 2組 | |
| | " | " | 3組 | |
| 5 | 高校・大学・一般女子（20人） | 3000m | 1組 | 12:15 |
| 6 | 中学男子（25人） | 800m | 1組 | 12:30 |
| | " | " | 2組 | |
| | " | " | 3組 | |
| 7 | 中学女子（20人） | 800m | 1組 | 12:45 |
| | " | " | 2組 | |
| 8 | 小学女子（54人） | 800m | 1組 | 12:55 |
| | " | " | 2組 | |
| | " | " | 3組 | |
| | " | " | 4組 | |
| 9 | 小学男子（33人） | 1000m | 1組 | 13:15 |
| | " | " | 2組 | |
| | " | " | 3組 | |
| 10 | 高校・大学・一般女子（20人） | 1000m | 1組 | 13:35 |
| | " | " | 2組 | |
| 11 | 高校・大学・一般男子（72人） | 1000m | 1組 | 13:50 |
| | " | " | 2組 | |
| | " | " | 3組 | |
| | " | " | 4組 | |
| | " | " | 5組 | |