

競 技 日 程

ト ラ ッ ク				跳 躍 フ ィ ー ル ド				投 擲			
1	10:00	女子	4×100m	1組	09:40	女子	棒高跳	09:40	女子	砲丸投	
2		女子オープン	4×100m			男子	棒高跳		男子	砲丸投	
※女子4×100mと同時レース						女子オープン	棒高跳		35才以上	砲丸投	
3	10:05	男子	4×100m	3組		男子オープン	棒高跳				
		男子オープン	4×100m								
4	10:20	男子	5000mW	1組	09:40	女子	走幅跳				
		女子オープン	5000mW			女子オープン	走幅跳				
		男子オープン	5000mW		10:40	男子	走幅跳	10:30	女子	やり投	
※男子5000mW同時レース						35才以上	走幅跳		女子オープン	やり投	
5	11:00	女子	1500m	1組		男子オープン	走幅跳		男子	やり投	
		女子オープン	1500m						男子オープン	やり投	
※女子1500mと同時レース											
6	11:10	男子	1500m	1組							
7	11:20	35才以上	1500m	1組							
8	11:30	女子	100m	1組							
9	11:35	女子オープン	100m	2組							
10	11:45	男子	100m	3組							
11	11:55	35才以上	100m	1組							
12	12:00	男子オープン	100m	7組	12:00	女子	走高跳	12:00	女子	円盤投	
13	12:25	女子	400m	1組		女子オープン	走高跳		女子オープン	円盤投	
		女子オープン	400m			男子	走高跳		男子	円盤投	
※女子400mと同時レース						男子オープン	走高跳				
14	12:30	男子	400m	2組							
15	12:40	35才以上	400m	1組							
16	12:45	男子オープン	400m	4組							
17	13:05	女子	100mH	1組							
18	13:15	男子	110mH	1組	13:20	女子	三段跳	13:20	女子	ハンマー投	
19	13:25	男子	5000m	1組		女子オープン	三段跳	13:20	男子	ハンマー投	
		男子オープン	5000m			男子	三段跳				
※男子5000mと同時レース						男子オープン	三段跳				
20	13:50	女子	200m	1組							
21	13:55	男子	200m	2組							
22	14:10	男子	400mH	1組							
23	14:15	男子オープン	400mH	2組							
24	14:25	女子	800m	1組							
		女子オープン	800m								
※女子800mと同時レース											
25	14:35	男子	800m	1組							
26	14:40	男子オープン	800m	2組							
27	14:55	男子	3000mSC	1組							
28	15:15	35才以上	3000m	1組							
		女子	3000m								
29	15:35	男子	4×400m	1組							