

競 技 日 程

ト ラ ッ ク				フ イ ー ル ド			
				跳	躍	投	擲
1	10:00	女子 4×100m	1組	09:40	女子 棒高跳	09:40	女子 泡丸投
2		女子オープン 4×100m			男子 棒高跳		男子 泡丸投
		※女子4×100mと同時レース			女子オープン 棒高跳		35才以上 泡丸投
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				