

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	9:40	男子	3000mSC	1組	9:40	男子	走幅跳	9:40	男子	砲丸投(7.260kg)
2	10:00	男子35歳以上	3000m	}			男子35歳以上 走幅跳 ※ホームストレート側ビット	9:40	女子	砲丸投(6.000kg)
		男子オープン	3000m							
		女子オープン	3000m							
		※男子35歳以上・男子・女子オープンと同時レース								
3	10:15	女子オープン	4x100mR	3組	9:40	男子オープン	走幅跳			
4	10:30	男子	4x100mR	1組	10:00	男子	走高跳			
		男子オープン	4x100mR	3組						
5	10:45	男子	5000mW	}			男子オープン 走高跳	10:00	女子	棒高跳
		男子オープン	5000mW							
		女子	5000mW							
		女子オープン	5000mW							
		※男子・女子同時レース								
6	11:20	女子	300m	1組				11:00	男子	やり投(0.800kg)
		女子オープン	300m	2組				11:00	男子オープン	やり投(0.800kg)
7	11:30	男子	300m	1組					女子	やり投(0.600kg)
		男子オープン	300m	7組						
8	12:00	女子	1500m	1組					女子オープン	やり投(0.600kg)
9	12:10	男子	1500m	}						
		男子35歳以上	1500m							
		※男子・男子35歳以上と同時レース								
10	12:20	女子	100m	1組						
		女子オープン	100m	14組						
11	13:00	男子	100m(タートル決勝)	2組						
		男子35歳以上	100m	1組						
12	13:10	男子オープン	100m	1~10組				13:30	男子	円盤投(2.000kg)
	13:35	男子オープン	100m	11~20組				13:30	女子	円盤投(1.000kg)
	14:00	男子オープン	100m	21~32組	14:00	女子	走高跳		女子オープン	円盤投(1.000kg)
13	14:35	男子	400m	1組		女子オープン	走高跳			
		男子35歳以上	400m	1組						
14	14:45	女子	100mH(0.838m)	1組	14:00	男子	三段跳			
15	14:50	男子	110mH(1.067m)	1組		男子オープン	三段跳			
16	15:00	男子	5000m	}			女子 三段跳			
		男子オープン	5000m							
		※男子・男子オープンと同時レース					※バックストレート側ビット			
17	15:25	男子	400mH(0.914m)	1組				15:30	男子	ハンマー投(7.260kg)
18	15:35	女子	200m	1組				15:30	女子	ハンマー投(4.000kg)
19	15:40	男子	200m(タートル決勝)	2組						
20	15:50	女子	800m	1組						
		女子オープン	800m	5組						
		※女子・女子オープン1組と同時レース								
21	16:15	男子	800m	1組						
	16:20	男子オープン	800m	1~5組						
	16:40	男子オープン	800m	6~10組						
22	17:00	男子	4x400mR	1組						