競 技 日 程

1日目：11月28日（土）

【トラック競技】

順 序	競技開始時刻	招集完了時刻	種　別	種　目	区 分	組 数	参加人数
1	10:00	1～2　9:40	男　子	4×100mR	予選（3着+2）	2組	12チーム
2	10:10	1～2　9:50	男　子	1500m	予選（5着+2）	2組	21人
3	10:25	1～2　10:05	男子30代	100m	予選（3着+2）	2組	13人
4	10:35	1～2　10:15	男子40代	100m	予選（3着+2）	2組	14人
5	10:45	1～2　10:25	男子50代	100m	予選（3着+2）	2組	11人
6	10:55	1～2　10:35	男子60代	100m	予選（3着+2）	2組	14人
7	11:05	1～3　10:45	男　子	100m	予選（2着+2）	3組	24人
8	11:20	1～2　11:00	女　子	100m	予選（3着+2）	2組	13人
9	11:30	1～2　11:10	女子30代	100m	予選（3着+2）	2組	11人
10	11:40	1～2　11:20	女子40代	100m	予選（3着+2）	2組	10人
11	11:50	1～2　11:30	男子70代	100m	オープン	1組	3人
12	11:55	1～2　11:35	女子50代	100m	オープン	1組	1人
13	12:00	1～2　11:40	男　子	400m	予選（2着+2）	3組	17人
昼　食							
14	13:05	1～2　12:45	男子年齢別	4×100mR	予選（3着+2）	2組	13チーム
15	13:15	12:55	女　子	3000m	決勝		12人
16	13:30	13:10	男　子	1500m	決勝		21人
17	13:40	13:20	男子30代	1500m	決勝		14人
18	13:50	13:30	男　子	10000m	決勝		21人
19	14:45	14:25	女　子	100mH	決勝		5人
20	14:55	14:35	男　子	110mH	決勝		8人
21	15:05	14:45	女　子	400m	決勝		8人
22	15:15	14:55	男　子	400m	決勝		8人
23	15:25	15:05	男　子	100m	決勝		8人
24	15:35	15:15	女　子	100m	決勝		8人
25	15:45	15:25	男　子	3000m障害	決勝		14人
26	16:05	1～2　15:45	男　子	4×400mR	予選（3着+2）	2組	11チーム

【フィールド競技】

順 序		競技開始時刻	招集完了時刻	性　別	種　目	区 分	参加人数
跳躍	1	10:00	9:20	男子30代	走高跳	決 勝	9人
	2	11:30	10:50	男子40代	走高跳	決 勝	10人
	3	14:30	13:50	女　子	走高跳	決 勝	6人
	1	12:00	10:30	男　子	棒高跳	決 勝	8人
	1	10:00	9:20	男　子	三段跳	決 勝	11人
	1	13:00	12:20	男子30代	走幅跳	決 勝	9人
	2	15:00	14:20	男子40代	走幅跳	決 勝	11人
投てき	1	10:00	9:20	女　子	砲丸投（4.000Kg）	決 勝	10人
	2	11:40	11:00	男子50代	砲丸投（6.000Kg）	決 勝	12人
	1	10:00	9:20	男子30代	円盤投（2.000Kg）	決 勝	10人
	2	11:40	11:00	男　子	円盤投（2.000Kg）	決 勝	13人
	3	14:00	13:20	男子40代	円盤投（2.000Kg）	決 勝	10人
	1	15:30	14:50	男　子	ハンマー投（7.260Kg）	決 勝	7人

競 技 日 程

2日目：11月29日（日）

【トラック競技】

順 序	競技開始時刻	招集完了時刻	種　別	種　目	区 分	組 数	参加人数
1	9:30	1～2　9:10	男　子	400mH	予選（3着+2）	2組	10人
2	9:50	1～2　9:30	女　子	800m	予選（3着+2）	2組	14人
3	10:00	1～3　9:40	男　子	800m	予選（3着+2）	2組	16人
4	10:15	1～2　9:55	女　子	200m	予選（3着+2）	2組	11人
5	10:25	1～3　10:05	男　子	200m	予選（2着+2）	3組	24人
6	10:40	10:20	男子30代	100m	決勝		8人
7	10:50	10:30	男子40代	100m	決勝		8人
8	11:00	10:40	男子50代	100m	決勝		8人
9	11:10	10:50	男子60代	100m	決勝		8人
10	11:20	11:00	女子30代	100m	決勝		8人
11	11:30	11:10	女子40代	100m	決勝		8人
昼　食　（表彰式）							
12	13:00	12:40	男　子	400mH	決勝		8人
13	13:15	12:55	男　子	4×100mR	決勝		8チーム
14	13:25	13:05	男子40代	800m	決勝		9人
15	13:35	13:15	女　子	800m	決勝		8人
16	13:45	13:25	男　子	800m	決勝		8人
17	13:55	13:35	女　子	200m	決勝		8人
18	14:05	13:45	男　子	200m	決勝		8人
19	14:15	13:55	男　子	5000m	決勝		21人
20	14:40	14:20	女子年齢別	4×100mR	決勝		8チーム
21	14:50	14:30	男子年齢別	4×100mR	決勝		8チーム
22	15:00	14:40	女　子	4×100mR	決勝		7チーム
23	15:10	14:45	男　子	4×400mR	予選		8チーム

【フィールド競技】

順 序		競技開始時刻	招集完了時刻	性　別	種　目	区 分	参加人数
跳躍	1	10:00	9:20	男　子	走高跳	決 勝	10人
	1	10:00	9:20	男　子	走幅跳	決 勝	17人
	2	13:10	12:30	女　子	走幅跳	決 勝	9人
投てき	1	9:30	8:50	男　子	砲丸投（7.260Kg）	決 勝	10人
	2	11:10	10:30	男子30代	砲丸投（7.260Kg）	決 勝	10人
	3	13:00	12:20	男子40代	砲丸投（7.260Kg）	決 勝	8人
	1	9:30	8:50	女　子	やり投（0.600Kg）	決 勝	7人
	2	11:10	10:30	男　子	やり投（0.800Kg）	決 勝	10人
	1	13:30	12:50	女　子	円盤投（1.000Kg）	決 勝	9人