タイムテーブル

トラック競技

時刻	種目	区分	競技者数	組数
8:30		開会式		
9:00	5000m	M全,W全	15,1=16	1
9:30	100m	M80	3	1
		M75	7	1
		M70	9	2
		M65	11	2
		M60	8	1
		M55	11	2
9:50		M50	25	4
		M45	29	4
		M40	23	3
		M35	10	2
		M30,25	5,1=6	1
		W80,75,65,60,55	1,1,1,1,2=6	1
		W50,45,35,30	2,4,1,1=8	1
10:20	400m	M80,70	3,3=6	1
		M65,60,55	1,2,4=7	1
		M50	7	1
		M45	5	1
		M40,35	4,1=5	1
		W80,75,60	1,1,1=3	1
10:45	1500m	M80,75,70,65,W全	1,3,1,8,4=19	1
		M60,55	7,5=12	1
		M50,45,40,35	4,3,4,3=14	1
11:05	3000mW	M全,W全	22,4=26	1
11:45	60m	M85,80	1,4=5	1
		M75	9	2
		M70	6	1
		M65	6	1
		M60	4	1
		W80,75,65,60,55,50	1,1,2,1,2,1=8	1

フィールド競技

時刻	種目	区分	競技者数	組数
9:00	走幅跳	B組(M80-60)W全	21,4=25	1
9:30	ﾊﾝﾏｰ投	(M全,W全)	9.4=13	1
	＊ﾊﾝﾏｰ投のみ府中市陸上競技場で			
9:30	やり投	A組(M55-30)	14	1
10:00	棒高跳	(M全,W全)	9.3=12	1
10:20	走幅跳	A組(M55-35)	18	1
11:40	やり投	B組(M80-60)W全	20,1=21	1
11:50	走高跳	(M全,W全)	16,2=18	1
11:50	三段跳	B組(M80-60)W全	13,1=14	1

タイムテーブル

トラック競技

時刻	種目	区分	競技者数	組数
12:00	110mH	M45,40,35	1,1,1=3	1
12:05	100mH	M60	2	1
		M50	2	1
12:15	80mH	M80	1	1
		M75,70	2,1=3	1
12:30	年代別ﾘﾚｰ	M全	2チーム=8	1
	年代別ﾘﾚｰ	W全	1チーム=4	
13:30	3000m	M全,W全	19,4=23	1
14:00	200m	M80	4	1
		M75	8	1
		M70	4	1
		M65	6	1
		M60	3	1
		M55	8	1
14:15		M50	16	2
		M45	16	2
		M40	11	2
		M35,30	3,1=4	1
		W75,50,45	1,1,2=4	1
14:40	800m	M80,75,70,65	1,1,1,4=7	1
		M60	7	1
		M55	3	1
		M50	6	1
		M45,40,35	4,1,2=7	1
		W65,60,50,30	1,1,2,1=5	1
15:45		表彰式		

フィールド競技

時刻	種目	区分	競技者数	組数
12:00	砲丸投	A組(M55-40)W全	12,5=17	1
12:50	円盤投	B組(M90-60)	29	1
13:30	三段跳	A組(M55-35)	14	1
14:00	砲丸投	B組(M85-60)	24	1
14:00	円盤投	A組(M55-40)W全	10,5=15	1
15:00	ﾎﾞｰﾙ投	A組(M55-30)W全	17,4=21	1
		B組(M80-60)	28	1