# 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 |
|---|---|---|---|---|
| 8:40 | | 開会式 | | |
| 9:00 | 5000m | M全 | 13 | 1 |
| 9:30 | 100m | M90,80 | 1,3=4 | 1 |
| | | M75 | 9 | 2 |
| | | M70 | 11 | 2 |
| | | M65 | 6 | 1 |
| | | M60 | 12 | 2 |
| | | M55 | 12 | 2 |
| 9:50 | | M50 | 27 | 4 |
| | | M45 | 20 | 3 |
| | | M40 | 27 | 4 |
| | | M35 | 6 | 1 |
| 10:15 | | M30,24- | 7,1=8 | 1 |
| | | W75,70,65 | 2,2,2=6 | 1 |
| | | W60,55 | 3,3=6 | 1 |
| | | W50 | 5 | 1 |
| | | W45,35 | 3,2=5 | 1 |
| 10:25 | 400m | M85,75,70 | 2,2,3=7 | 1 |
| | | M65,60 | 2,5=7 | 1 |
| | | M55 | 5 | 1 |
| | | M50,45 | 6,2=8 | 1 |
| | | M40 | 8 | 1 |
| 10:45 | | M35,30,24- | 1,2,2=5 | 1 |
| | | W80,60,50,45,40 | 1,1,2,1,1=6 | 1 |
| 10:55 | 1500m | M75,70,65,W全 | 3,4,7,5=19 | 1 |
| | | M60,55,50,45,40,35,30 | 3,1,5,4,3,2,1=19 | 1 |
| 11:10 | 60m | M80 | 5 | 1 |
| | | M75 | 4 | 1 |
| | | M70 | 5 | 1 |
| | | M65,60 | 3,9=12 | 2 |
| | | W80,70,65,60 | 1,2,1,3=7 | 1 |
| | | W55,50 | 1,4=5 | 1 |
| 11:25 | 3000mW | M全,W全 | 17,5=22 | 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 | 15,3=18 | 1 |
| 9:00 | ﾊﾝﾏｰ投 | (M全,W全) | 12,3=15 | 1 |
| | ＊ﾊﾝﾏｰ投のみ立川市陸上競技場で行う | | | |
| 10:00 | 棒高跳 | (M全,W全) | 16,1=17 | 1 |
| 10:20 | 走幅跳 | A組(M55-30) | 15 | 1 |
| 11:25 | やり投 | A組(M55-40)W全 | 10,4=14 | 1 |
| 11:25 | 砲丸投 | B組(M90-60) | 20 | 1 |
| 11:50 | 走高跳 | B組(M80-60)W全 | 13,3=16 | 1 |
| 11:50 | 三段跳 | A組(M55-35) | 12 | 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 |
|---|---|---|---|---|
| 12:05 | 110mH | M45,40,35 | 2,4,1=7 | 1 |
| 12:10 | 100mH | M65,60 | 1,6=7 | 1 |
| | | M55,50 | 1,3=4 | 1 |
| 12:20 | 80mH | M75 | 2 | 1 |
| | | M70 | 2 | 1 |
| | | W55 | 1 | 1 |
| | | W40 | 1 | 1 |
| | | W70,65 | 1,1=2 | 1 |
| | | W60 | 2 | 1 |
| 12:50 | ｸﾗｽ別R | W50 | 1チーム=4 | 1 |
| 13:30 | 3000m | M全,W全 | 17,5=22 | 1 |
| 14:00 | 200m | M85,75 | 2,4=6 | 1 |
| | | M70 | 6 | 1 |
| | | M65,60 | 2,5=7 | 1 |
| | | M55 | 12 | 2 |
| 14:15 | | M50 | 9 | 2 |
| | | M45 | 8 | 1 |
| | | M40 | 11 | 2 |
| | | M35,30 | 3,4=7 | 1 |
| | | W75,70,65,60 | 2,1,1,1=5 | 1 |
| | | W55,45,40 | 1,2,1=4 | 1 |
| 14:40 | 800m | W65,50,35,24- | 1,1,1,1=4 | 1 |
| | | M85,75,70,65 | 1,2,1,2=6 | 1 |
| | | M60,55 | 3,2=5 | 1 |
| | | M50 | 7 | 1 |
| | | M45 | 6 | 1 |
| | | M40,35,24- | 5,2,1=8 | 1 |
| 16:00 | | 表彰式 | | |

## フィールド競技

| 時刻 | 種目 | 区分 | 競技者数 | 組数 |
|---|---|---|---|---|
| 12:30 | 円盤投 | A組(M55-35)W全 | 9,7=16 | 1 |
| 13:00 | 走高跳 | A組(M55-30) | 13 | 1 |
| 13:30 | やり投 | B組(M85-60) | 17 | 1 |
| 13:30 | 三段跳 | B組(M75-60) | 12 | 1 |
| 14:00 | 砲丸投 | A組(M55-40)W全 | 15,4=19 | 1 |
| 14:30 | 円盤投 | B組(M90-60) | 22 | 1 |
| 15:30 | ﾎﾞｰﾙ投 | A組(M55-30)W全 | 16,3=19 | 1 |
| | | B組(M85-60) | 22 | 1 |