

タイムテーブル

トラック競技					フィールド競技				
時刻	種目	区分	競技者数	組数	時刻	種目	区分	競技者数	組数
8:30		開会式							
9:00	5000m	M35, 40, 45	3, 4, 9=16	1	9:00	走幅跳	B組 (M60-80)	29	1
					9:00	やり投	C組 (W全)	7	1
					9:00	ハンマー投	M全, W全 * ハンマー投のみ日大競技場で行う	18, 3=21	1
9:30	5000m	M50, 55, W全	5, 7, 2=14	1					
					9:50	やり投	A組 (M35-55)	26	1
10:00	100m	SM30, M35	3, 19=22	3					
		M40	32	4	10:10	棒高跳	M全, W全	15, 2=17	1
		M45	34	5					
		M50	33	5	10:40	走幅跳	A組 (M35-45)	24 (Aヒット)	1
10:35	100m	M55	16	2			A組 (M50-55)	23 (Bヒット)	1
		M60	12	2					
		M65	17	3					
		M70	11	2					
		M75	4	1					
		M80	5	1					
10:55	100m	SW25, W35, 40, 45	1, 2, 1, 2=6	1					
		W55, 60, 70	3, 1, 3=7	1					
11:00	400m	M35, 40	3, 4=7	1	11:00	やり投	B組 (M60-85)	31	1
		M45	14	2					
		M50	14	2					
11:25	400m	M55	6	1					
		M60	6	1					
		M65, 70	3, 4=7	1					
		M75, 80	3, 2=5	1					
11:45	400m	W45, 50, 75	1, 1, 1=3	1					
11:50	1500m	SM30, M35, 40	1, 7, 5=13	1	11:50	走高跳	C組 (W全)	7	1
		M45, 50	9, 6=15	1	12:00	円盤投	C組 (W全)	12	1
		M55, 60	8, 12=20	1	12:10	走幅跳	C組 (W全)	11	1
		M65, 70, 75, 80	10, 5, 2, 2=19	1	12:20	砲丸投	B組 (M60-85)	28	1
		W全	11	1					
12:25	還暦レー	M全	8 (2チーム)	1					
12:30	3000mW	M35, 50, 55, 60, 65, 70	2, 2, 2, 8, 1, 5=20	1					

タイムテーブル

トラック競技					フィールド競技				
時刻	種目	区分	競技者数	組数	時刻	種目	区分	競技者数	組数
13:00		セレモニー			13:00	円盤投	A組 (SM30-55)	29	1
13:10	60m	M60	17	3	13:00	三段跳	B組 (M60-80) W全	20, 4=24	1
		M65	14	2					
		M70	7	1					
		M75, 80	5, 3=8	1					
		W55, 60	3, 2=5	1					
		W65, 70	1, 3=4	1					
13:30	3000mW	M75, 85, W全	4, 1, 12=17	1					
14:00	3000m	M60, 65	11, 11=22	1	14:00	砲丸投	C組 (W全)	12	1
		M70, 75, 80, W全	6, 4, 3, 7=20	1					
14:40	110mH	M35, M40	2, 3=5	1	14:40	三段跳	A組 (M35-55)	28	1
		M45	7	1					
14:50	100mH	M50	7	1	14:40	走高跳	A組 (M35-55)	18	1
		M55	4	1					
		M60	7	1					
		M65	3	1	15:00	砲丸投	A組 (M30-55)	31	1
15:10	80mH	W40	1	1	15:00	円盤投	B組 (M60-90)	34	1
		M70, 75	3, 1=4	1					
		W55	2	1					
		M80, W65	1, 1=2	1					
15:30	200m	SM30, M35	2, 9=11	2					
		M40	15	2	15:50	走高跳	B組 (M60-85)	17	1
		M45	25	4					
		M50	16	2	15:50	ボール投	M全, W全	37, 3=40	1
		M55	9	2					
		M60	8	1					
		M65	11	2					
		M70	11	2					
		M75, 80	4, 4=8	1					
		W40, 45, 60, 65, 70, 75	2, 1, 1, 1, 1, 1, =7	1					
16:20	800m	SM30, M35	1, 2=3	1					
		M40	9	2					
		M45	7	1					
		M50	9	2					
		M55	6	1					
		M60	7	1					
		M65, 70	9, 1=10	2					
		M75, 80	5, 2=7	1					
		W全	6	1					
17:20		表彰式							