

# 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
8:40		開会式							
9:00	5000m	M35, 40, 45	4, 8, 11=23	1	9:00	走幅跳	B組 (M60-80) W全	35, 4=39	1
					9:00	やり投	A組 (M35-60)	27	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	13, 3=16	1
9:30	5000m	M50, 55, W全	9, 7, 3=19	1					
10:00	100m	SM30	3	1					
		M35	20	3					
		M40	25	4					
		M45	35	5					
10:25	100m	M50	44	6	10:30	棒高跳	(M全, W全)	17, 1=18	1
		M55	25	4	10:40	走幅跳	A組 (SM30-55)	36	1
		M60	14	2	10:40	円盤投	B組 (M55, 60)	18	1
10:50	100m	M65	23	3					
		M70	16	2					
11:00	100m	M75	6	1					
		M80, 85, 100+	2, 1, 1=4	1					
		W40	2	1					
		W45	8	1					
		W50, 55, 65, 70, 75	1, 2, 1, 1, 1=6	1					
11:10	400m	SM30, M35, 40	1, 3, 4=8	1					
		M45	9	2					
		M50	6	1					
		M55	7	1					
11:30	400m	M60	6	1	11:30	砲丸投	D組 (W全)	11	1
		M65	3	1					
		M70	6	1					
		M75, 85	2, 4=6	1					
		W40, 45, 50	1, 1, 1=3	1	11:50	走高跳	A組 (SM30-60)	18	1
12:00	1500m	SM30, M35, 40	2, 3, 11=16	1	12:00	三段跳	B組 (M60-85) W全	22, 1=23	1
		M45, 50	12, 3=15	1	12:00	やり投	B組 (M65-90) W全	22, 3=25	1
		M55, 60	7, 12=19	1					
		M65, 70, 75	3, 10, 2=15	1					
		W40, 45, 55, 60, 65	1, 3, 1, 1, 1=7	1					
12:35	60m	M60	14	2					
		M65	14	2	12:40	砲丸投	B組 (M60-100+)	31	1
12:45	60m	M70	13	2					
		M75	7	1					
		M80, 85	3, 1=4	1					
		W55, 60, 65	2, 3, 1=6	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
12:55	3000mW	M35, 45, 50, 55, 60, 65	1, 1, 3, 3, 7, 3=18	1					
13:25	3000mW	M70, 75, W全	7, 3, 11=21	1					
13:55	年代別リレー	M全	4(1チーム)	1					
	還暦リレー	M全	4(1チーム)	1					
14:05	3000m	M60, 65	9, 4=13	1					
		M70, 75, 80, W全	12, 3, 4, 4=23	1					
14:45	110mH	SM30, M40	1, 4=5	1					
		M45	5	1					
14:55	100mH	M50	8	1					
		M55	3	1					
		M60	6	1					
		M65	4	1					
15:15	80mH	M70	4	1					
		W40, 45	1, 1=2	1					
		W55	1	1					
		W60, 65	1, 1=2	1					
15:35	200m	SM30, M35	1, 14=15	2					
		M40	13	2					
		M45	24	3					
		M50	29	4					
		M55	11	2					
		M60	13	2					
		M65	8	1					
		M70	14	2					
		M75, 80	6, 2=8	1					
		W全	8	1					
16:25	800m	SM30, M35	1, 2=3	1					
		M40	7	1					
		M45	7	1					
		M50	7	1					
		M55	3	1					
		M60	9	1					
		M65, 70, 80	3, 5, 1=9	1					
		W45, 50, 55, 65	1, 1, 1, 1=4	1					
17:00		表彰式							