

競 技 日 程

トラックの部

順	種 目	予選通過	競技開始時刻
1	男 800m	4組上位8名	9:45
2	女 800m	4組上位8名	10:05
3	男 110mH	2組上位8名	10:25
4	女 100mH	3組上位8名	10:35
5	男 100m	5組上位8名	10:45
6	女 100m	5組上位8名	11:00
7	男 400m	4組上位8名	11:20
8	女 400m	3組上位8名	11:45
9	男 200m	4組上位8名	12:00
10	女 200m	4組上位8名	12:15
11	女 1500m	決勝(2組)	12:30
12	男 1500m	決勝(2組)	12:40
13	女 4×100mR	3組上位8チーム	13:10
14	男 4×100mR	4組上位8チーム	13:25
15	女 800m	決 勝	13:50
16	男 800m	決 勝	14:00
17	女 100mH	決 勝	14:10
18	男 110mH	決 勝	14:20
19	女 100m	決 勝	14:30
20	男 100m	決 勝	14:35
21	女 400m	決 勝	14:45
22	男 400m	決 勝	14:50
23	女 200m	決 勝	15:00
24	男 200m	決 勝	15:05
25	男 3000m	決勝(2組)	15:15
26	女 4×100mR	決 勝	15:45
27	男 4×100mR	決 勝	15:50

フィールドの部

順	種目	競技開始時刻
1	男 走幅跳	10:00
	女 走高跳	
	女 砲丸投	
2	女 走幅跳	11:30
	男 走高跳	
	男 砲丸投 男 棒高跳	
3	男 三段跳	14:00

競 技 注 意 事 項

- 1・本大会は2013年度日本陸上競技連盟競技規則及び本大会競技規則によって行う。
- 2・招集時刻は、トラック競技は20分前、フィールド競技は30分前までとし競技開始場所（トラックはスタート地点、フィールド競技場所）に集合を完了すること。
- 3・招集に遅れた者は、棄権とみなす。（指導、あるいは失格の判断は総務・審判長が行う）

走高跳（男子） [練習] 1m35 1m40-1m45-1m50-1m55-1m60-1m65 以後 3cm

（女子） [練習] 1m15 1m20-1m25-1m30-1m35-1m40-1m43 以後 3cm

棒高跳 [練習] 2m00 2m00-2m20-2m40-2m60-2m80-3m00 以後 10cm

- 4・第1位決定のバーの上げ下げは、走高跳2cm、棒高跳5cmとする。
- 5・競技を行うときは、はっきりと見える（1cm以上の幅）ナンバーカードを胸・背につけなければならない。ただし走高跳、棒高跳については、胸・背のいずれかでよい。
- 6・トラック予選の8番目が同タイムにより決勝進出者が8人を越えた場合は抽選とする。
- 7・スパイクのピンは、全天候型ピンを使用すること。
- 8・その他
 - (1) ウォーミングアップは競技の進行に支障のないように行うこと、開会式前のウォーミングアップは8:50までとする。
 - (2) 開会式は全員参加を原則とする。ただしトラック競技順1番・2番及びフィールド競技1番目の種目は開会式に参加しなくてもよい。