

競 技 日 程

開会式（8：45～）

【トラックの部】

9：30	男子	110H決	①
：35	男子	四種110H	①
：45	女子	100H決	②
：55	女子	四種100H	②
10：05	男子	3000決	①
：20	1女	1500決	①
：30	2女	1500決	①
：40	3女	1500決	①
：55	3男	100予	⑤
11：05	2男	100予	⑤
：20	1男	100予	⑤
：40	3女	100予	③
：50	2女	100予	⑤
12：05	1女	100予	⑤

昼休み

13：00	男子	400決	②
：15	3男	1500決	①
：25	2男	1500決	①
：35	1男	1500決	①
：50	男子	200決	④
14：00	女子	200決	③
：10	女子	四種200	②
：20	男子	四種400	①
：35	男123	100決	
：45	女123	100決	
15：00	男子	800決	③
：10	女子	800決	①
：20	1女	800決	①
：35	男子	低400R	①
：45	女子	低400R	①
：50	男子	400R	①
16：00	女子	400R	①

【フィールドの部】

9：30	女子走幅（A・B）	
	男子走高	
	男子棒高	
	男子砲丸	
10：45	男女四種砲丸	
11：30	男子走幅（A・B）	
12：30	男女四種走高	

13：00	女子棒高	
13：30	女子走高	
	男子三段	
	女子砲丸	

※閉会式（春季大会は実施しません）

- 注意事項：**① 本大会は、2019年度日本陸上競技連盟ならびに本大会の申し合わせ事項により実施する。
- ② 準備運動は補助競技場において安全に留意し行うこと。使用不可の場合は、競技場周回道路及びホーム・バックを除くトラック外側の芝生部分で行うこと。
- ③ 点呼は掲示された招集用紙全部（本部前に掲示）のナンバーを○で囲み（第1チェック）、招集完了時刻に出発点で最終チェックを受ける。招集完了時刻は、トラック競技は競技開始15分前、フィールド競技は競技開始30分前とする。
- ④ 競技を棄権する場合は、招集用紙のナンバーを横線で完全に消すこと。
- ⑤ 四種と四種以外を兼ねている選手は、四種以外に出場すること。
- ⑥ フィールド競技とトラック競技が重なっている場合はトラック競技を優先する。フィールドの審判の先生に申し出て、トラック競技の出発点に移動すること。
- ⑦ 中長距離種目に出場する選手は、出発時に配布される腰ナンバーを着用する。（ゴール後返却）