

トラックの部

順序	種 別	種 目	ラウンド	組・着取り	開始時刻
1	一般男子	3,000m	決	同時出走	9:30
2	青年男子	3,000m	決		
3	一般女子	3,000m	決	同時出走	9:45
4	壮年男子 (A・C・D)	3,000m	決		
5	壮年女子 (A)	3,000m	決		
6	青年女子	200m	決		10:00
7	一般男子	100m	予	2組タイムレース	10:15
8	一般女子	100m	予	2組タイムレース	10:20
9	壮年男子 (A)	100m	決	2組タイムレース	10:25
10	壮年男子 (B・C)	100m	決		10:30
11	壮年女子 (B・C・D)	100m	決		10:35
12	中学男子	100m	予	2組タイムレース	10:40
13	中学女子	100m	予	2組タイムレース	10:45
14	オープン女子	100m	決	5組タイムレース	10:50
15	青年男子	100m	予	2組タイムレース	11:05
16	青年女子	100m	予	2組タイムレース	11:10
17	青年男子	400m	決		11:25
18	オープン男子	800m	決	2組タイムレース	11:30
19	オープン女子	800m	決	2組タイムレース	11:40
20	中学男子	1,500m	決		11:50
21	青年男子	1,500m	決		12:10
22	一般男子	1,500m	決		12:10
23	男女混合リレー	4×100mリレー	決		12:20
(昼 食)					
24	オープン男子	200m	決	5組タイムレース	13:00
25	青年男子	100m	決		13:15
26	青年女子	100m	決		13:20
27	一般男子	100m	決		13:25
28	中学男子	100m	決		13:30
29	一般女子	100m	決		13:35
30	中学女子	100m	決		13:40
31	中学女子	800m	決		13:50
32	青年女子	800m	決		13:55
33	一般男子	4×100mリレー	決		14:05
34	一般女子	4×100mリレー	決		14:10
35	青年男子	4×100mリレー	決		14:15

フィールドの部

(走幅跳・三段跳)

順序	種 別	種 目	ラウンド	開始時刻
1	青年男子 青年女子	走幅跳	決	9:30
2	一般男子 壮年男子 (A・B)	走幅跳	決	11:00
3	一般女子 壮年女子 (B)	走幅跳	決	13:00
4	一般男子	三段跳	決	14:00

(走 高 跳)

1	一般女子	走高跳	決	9:30
2	一般男子	走高跳	決	11:00

(砲 丸 投)

1	一般男子 壮年男子 (A・B・C)	砲丸投	決	9:30
2	一般女子 壮年女子 (A・C・D)	砲丸投	決	11:00