

トラック競技						
No.	性別	種別	種目	組	人数	競技時間
1	女	小学生	100m	1~8組	194	9:00
				9~16組		9:15
				17~23組		9:30
2	男	小学生	100m	1~7組	232	9:50
				8~14組		10:05
				15~21組		10:20
				22~28組		10:35
★	男	M45	110mH	1組	1	★10:55
★	男女	M30~M75 W75	60m	4組	25・1	★11:05
★	男女	M30~80 W40~65	1500m	1組	21・4	★11:15
3	女	中学生	1500m ※1組⇒中 2組⇒中・高一般	2組	24	11:30
4	女	高校一般				
5	男	中学生	1500m	2組	43	11:45
6	男	高校一般	1500m	2組	40	12:00
7	女	小学生	1000m	1.2組	90	12:20
				3.4組		12:30
8	男	小学生	1000m	1~3組	108	12:45
				4.5組		13:00
★	男女	M30~M80 W40~W65	100m	5組	28・2	★13:20
9	女	小学生	4×100mR	3組	21チーム	13:40
10	男	小学生	4×100mR	4組	30チーム	13:55
★	男女	M30~80 W40~55	400m	3組	11・3	★14:15
★	男女	M35~75 W45~75	800m	1組	13・4	★14:25
11	女	中学生	800m	2組	25	14:35
12	男	中学生	800m	2組	29	14:45
13	女	高校一般	800m	1組	8	14:55
14	男	高校一般	800m	1組	11	15:00
15	女	中学生	200m	1組	5	15:10
16	男	中学生	200m	1組	5	15:15
17	女	高校一般	200m	1組	7	15:20
18	男	高校一般	200m	6組	41	15:25
★	男女	M30~M75 W45	200m	3組	16・1	★15:50
★	男女	M60~80 W35~75	◆3000m	1組	10・5	★16:05
19	女	高校一般	◆3000m 同時スタート	1組	1	16:05
★	男	M45~60	※3000mW	1組	3	★16:30
★	男女	M35~55 W35	※5000m 同時スタート	1組	4・1	★16:30
20	男	中学生	3000m ※1組⇒中・高一般 2組⇒高一般	1組	5	16:55
21	男	高校一般		2組	30	17:10
跳躍競技						
No.	性別	種別	種目		人数	競技時間
★	男女	M40~75 W40	走幅跳		8・1	★10:00
1	男女	小学生	走幅跳		30・32	女子11:20・男子12:30
★	男女	M65 W40	走高跳		1・1	★11:30
★	男	M60~75	三段跳		2	★14:30
投擲競技						
No.	性別	種別	種目		人数	競技時間
★	男女	M40~75 W40	砲丸投		3・2	★10:00
★	男女	M40~75 W25~65	円盤投		5・4	★11:20
★	男女	M45~70 W40~65	やり投		5・3	★13:20
★	男	M45~75	ハンマー投		3	★15:00