

競技日程

| 順 | 種別 | 種目 | 組 | 招集完了時刻 | 競技開始時刻 |
|---|--------------|----------|------|--------|--------|
| 1 | 男子 | 共通 5000m | 2組 | 8:45 | 9:00 |
| 2 | 男子 | 共通 3000m | 1～2組 | 9:25 | 9:40 |
| | | | 3～4組 | 9:55 | 10:10 |
| | | | 5～6組 | 10:25 | 10:40 |
| 3 | 東日本女子駅伝選考レース | 3000m | 1組 | 10:55 | 11:10 |
| 4 | 女子 | 共通 3000m | 2組 | 11:10 | 11:25 |
| 5 | 男子 | 小学 1000m | 2組 | 11:45 | 12:00 |
| 6 | 女子 | 小学 800m | 1組 | 11:55 | 12:10 |
| 7 | 男子 | 共通 2000m | 3組 | 12:00 | 12:15 |
| 8 | 女子 | 共通 2000m | 1～2組 | 12:25 | 12:40 |
| | | | 3～4組 | 12:45 | 13:00 |
| | | | 5～6組 | 13:05 | 13:20 |

競技注意事項

1. 招集完了時刻は、全て競技開始時刻の15分前とする。招集所は雨天走路西側奥とする。
2. 招集完了時刻に遅れた者は棄権とみなして出場させない。
3. ナンバーカードは、胸、背部に確実につけること。
4. 腰ナンバーカードは、右腰部やや後方に確実につけ、競技終了後返却すること。

その他の注意事項

1. 8:45までは主競技場をウォーミングアップ場として使用してもよい。
その後は、サブグラウンドでウォーミングアップを行うこと。
2. 雨天の場合は雨天走路をウォーミングアップ場として開放する。
3. 1階中央通路は、スパイクでの通行を禁止する。
4. 本部席前及びゴール付近は競技運営に支障を来すので通行禁止とする。
コーンとリングバーで規制する。
5. 天候によって、バックストレートに給水所を設ける。