

★R7_中体連強化記録会 競技日程 ★

5月5日(日)

トラック競技										
順序	性別	競技時間	種目	ラウンド	組数		招集組			招集完了時刻
1	女	9:30	四種100mH		2 組		1	～	2	9:10
2	女	9:40	100mH	第1レース	5 組	タイムレース16	1	～	5	9:20
3	男	10:00	四種110mH		2 組		1	～	2	9:40
4	男	10:15	110mH	第1レース	5 組	タイムレース16	1	～	5	9:55
5	女	10:40	800m		5 組		1	～	5	10:20
6	男	11:05	800m		5 組		1	～	5	10:45
7	男	11:30	400m		5 組		1	～	5	11:10
8	女	11:50	100m	第1レース	12 組	タイムレース16	1	～	5	11:30
		12:05					5	～	10	11:45
		12:20					11	～	12	12:00
9	男	12:30	100m	第1レース	20 組	タイムレース16	1	～	5	12:10
		12:45					6	～	10	12:25
		13:00					11	～	15	12:40
		13:15					16	～	20	12:55
10	女	13:30	1500m		3 組		1	～	2	13:10
		13:50						3		13:30
11	男	14:00	1500m		6 組		1	～	2	13:40
		14:20					3	～	4	14:00
		14:40					5	～	6	14:20
12	女	15:00	100mH	第2レース	2 組		1	～	2	14:40
13	男	15:15	110mH	第2レース	2 組		1	～	2	14:55
14	女	15:25	100m	第2レース	2 組		1	～	2	15:05
15	男	15:35	100m	第2レース	2 組		1	～	2	15:15
16	女	15:45	200m		5 組		1	～	4	15:25
		16:00					5	～		15:40
17	男	16:05	200m		4 組		1	～	4	15:45
18	女	16:20	四種200m		2 組		1	～	2	16:00
19	男	16:30	四種400m		2 組		1	～	2	16:10
競技終了時刻							16:40			

※第2レースには、第1レースの結果上位16名が出場できる

跳 躍 競 技						
順序	性別	競技時間	種目	人数	ピット	招集完了時刻
1	女	9:30	走幅跳	46	A・Bピット → トップ8	8:30
2	女	9:30	棒高跳	5		8:30
3	女	10:30	走高跳・4種走高跳	20・12		9:30
4	男	12:30	棒高跳	12		11:30
5	男	13:00	走高跳・4種走高跳	20・9		12:00
6	男	13:30	走幅跳	46	A・Bピット → トップ8	12:30

投 て き 競 技						
順序	性別	競技時間	種目	人数	ピット	招集完了時刻
1	男	11:00	砲丸投・4種砲丸投	27・9		10:30
2	女	13:30	砲丸投・4種砲丸投	21・12		13:00

※フィールド競技は、競技開始前にピットでの練習可

4種競技競技順						
男子	①110H→10:00	②砲丸投→11:00	③走高跳→13:00	④400m→16:30		
女子	①100H→9:30	②走高跳→10:30	③砲丸投→13:30	④200m→16:20		