

競技時間 2023年10月1日(日)

| スタート時間 | 一次招集 | 二次招集 | 男/女 | 種目 | 組 |
|--------|-------------|-------|-----|--------|----|
| 11:00 | 開場 | | | | |
| 13:00 | 11:30-12:00 | 12:50 | 女子 | 800m | 1組 |
| 13:05 | 11:35-12:05 | 12:55 | 男子 | 800m | 1組 |
| 13:10 | 11:40-12:10 | 13:00 | 男子 | 800m | 2組 |
| 13:15 | 11:45-12:15 | 13:05 | 男子 | 800m | 3組 |
| 13:20 | 11:50-12:20 | 13:10 | 男子 | 800m | 4組 |
| 13:30 | 12:00-12:30 | 13:20 | 女子 | 1500m | 1組 |
| 13:40 | 12:10-12:40 | 13:30 | 男子 | 1500m | 1組 |
| 13:50 | 12:20-12:50 | 13:40 | 男子 | 1500m | 2組 |
| 14:00 | 12:30-13:00 | 13:50 | 男子 | 1500m | 3組 |
| 14:10 | 12:40-13:10 | 14:00 | 男子 | 1500m | 4組 |
| 14:25 | 12:55-13:25 | 14:15 | 女子 | 3000m | 1組 |
| 14:45 | 13:15-13:45 | 14:35 | 男子 | 3000m | 1組 |
| 15:00 | 13:30-14:00 | 14:50 | 男子 | 3000m | 2組 |
| 15:15 | 13:45-14:15 | 15:05 | 男子 | 5000m | 1組 |
| 15:35 | 14:05-14:35 | 15:25 | 男子 | 5000m | 2組 |
| 16:05 | 14:35-15:05 | 15:55 | 男子 | 10000m | 1組 |
| 17:00 | 15:30-16:00 | 16:50 | 女子 | 5000m | 1組 |
| 17:20 | 15:50-16:20 | 17:10 | 女子 | 3000m | 2組 |
| 17:35 | 16:05-16:35 | 17:25 | 男子 | 3000m | 3組 |
| 17:50 | 16:20-16:50 | 17:40 | 男子 | 3000m | 4組 |
| 18:05 | 16:35-17:05 | 17:55 | 男子 | 5000m | 3組 |
| 18:25 | 16:55-17:25 | 18:15 | 男子 | 5000m | 4組 |
| 18:45 | 17:15-17:45 | 18:35 | 男子 | 5000m | 5組 |
| 19:05 | 17:35-18:05 | 18:55 | 男子 | 5000m | 6組 |
| 19:25 | 17:55-18:25 | 19:15 | 男子 | 5000m | 7組 |
| 19:45 | 18:15-18:45 | 19:35 | 男子 | 5000m | 8組 |
| 20:10 | 18:40-19:10 | 20:00 | 男子 | 10000m | 2組 |
| 20:50 | 19:20-19:50 | 20:40 | 男子 | 10000m | 3組 |
| 21:30 | 競技会終了 | | | | |
| 22:00 | 完全退講 | | | | |

<注意事項>

- ・一次招集は競技開始90～60分前に一次招集エリア、二次招集は10分前にスタート地点にて行います。
- ・それぞれの時間をご確認の上、厳守してご参加ください。
- ・組編成について目標タイム重複の場合、自己ベストタイムにて編成しております。同タイムが必ず同じ組にならないことをご了承ください。