競技時間 2026年11月15日（日）

スタート時間	一次招集	二次招集	男/女	種目	組	ペーサーライト Green	Red	Yellow	White
10:00			開場						
12:00	10:30-11:00	11:50	女子	800m	1組	2:25.00	2:30.00	2:35.00	2:40.00
12:05	10:35-11:05	11:55	女子	800m	2組	2:13.00	2:20.00	2:24.00	2:28.00
12:10	10:40-11:10	12:00	男子	800m	1組	2:05.00	2:07.00	2:09.00	2:11.00
12:15	10:45-11:15	12:05	男子	800m	2組	1:58.00	2:00.00	2:02.00	2:04.00
12:20	10:50-11:20	12:10	男子	800m	3組	1:55.00	1:57.00	1:59.00	2:01.00
12:25	10:55-11:25	12:15	男子	800m	4組	1:48.00	1:50.00	1:52.00	1:54.00
12:35	11:05:11:35	12:25	女子	1500m	1組	5:25.00	5:30.00	5:35.00	5:40.00
12:45	11:15-11:45	12:35	女子	1500m	2組	4:55.00	5:00.00	5:05.00	5:10.00
12:55	11:25-11:55	12:45	女子	1500m	3組	4:40.00	4:45.00	4:50.00	4:55.00
13:05	11:35-12:05	12:55	男子	1500m	1組	5:00.00	5:05.00	5:10.00	5:15.00
13:15	11:45-12:15	13:05	男子	1500m	2組	4:45.00	4:50.00	4:55.00	5:00.00
13:25	11:55-12:25	13:15	男子	1500m	3組	4:30.00	4:35.00	4:40.00	4:45.00
13:35	12:05-12:35	13:25	男子	1500m	4組	4:25.00	4:30.00	4:35.00	4:40.00
13:45	12:15-12:45	13:35	男子	1500m	5組	4:15.00	4:20.00	4:25.00	4:30.00
13:55	12:25-12:55	13:45	男子	1500m	6組	4:05.00	4:10.00	4:15.00	4:20.00
14:05	12:35-13:05	13:55	男子	1500m	7組	4:00.00	4:05.00	4:10.00	4:15.00
14:15	12:45-13:15	14:05	男子	1500m	8組	3:47.00	3:50.00	3:55.00	3:59.00
14:30	13:00-13:30	14:20	女子	3000m	1組	9:35.00	9:50.00	10:10.00	10:30.00
14:45	13:15-13:45	14:35	男子	3000m	1組	9:30.00	9:45.00	10:00.00	10:15.00
15:00	13:30-14:00	14:50	男子	3000m	2組	9:00.00	9:10.00	9:20.00	9:30.00
15:15	13:45-14:15	15:05	男子	3000m	3組	8:20.00	8:30.00	8:40.00	8:50.00
15:30	14:00-14:30	15:20	男女	5000m	1組	16:50.00	17:30.00	17:45.00	18:00.00
15:55	14:25-14:55	15:45	男子	5000m	1組	16:20.00	16:30.00	16:40.00	16:50.00
16:15	14:45-15:15	16:05	男子	5000m	2組	15:50.00	16:00.00	16:10.00	16:20.00
16:35	15:05-15:35	16:25	男子	5000m	3組	15:25.00	15:35.00	15:45.00	15:55.00
16:55	15:25-15:55	16:45	男子	5000m	4組	15:00.00	15:10.00	15:20.00	15:30.00
17:15	15:45-16:15	17:05	男子	5000m	5組	14:45.00	14:55.00	15:00.00	15:10.00
17:35	16:05-16:35	17:25	男子	5000m	6組	14:30.00	14:35.00	14:40.00	14:45.00
17:55	16:25-16:55	17:45	男子	5000m	7組	13:40.00	14:10.00	14:20.00	14:30.00
18:20	16:50-17:20	18:10	男子	10000m	1組	29:10.00	29:30.00	30:00.00	32:00.00
19:00			競技会終了						
20:00			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。