

開会式					
9:30	開会式				
午前の部					
(トラック)					
競技開始時刻	受付完了時刻		種目		
10:00	9:30	1	1500M	一般・30代男子・中高生	
10:10	9:40	2	100M	中学生男子	1組
10:15	9:45				2組
10:20	9:50				3組
10:25	9:55	3	100M	中学生女子	
10:30	10:00	4	100M	高校生男子	
10:35	10:05	5	100M	高校生女子・30代女子	
10:40	10:10	6	100M	小学生男子(1年生)	1組
10:45	10:15				2組
10:50	10:20	7	100M	小学生男子(2年生)	1組
10:55	10:25				2組
11:00	10:30				3組
11:05	10:35	8	100M	小学生男子(3年生)	1組
11:10	10:40				2組
11:15	10:45				3組
11:20	10:50	9	100M	小学生男子(4年生)	1組
11:25	10:55				2組
11:30	11:00	10	100M	小学生男子(5年生)	
11:35	11:05	11	100M	小学生男子(6年生)	1組
11:40	11:10				2組
11:45	11:15	12	100M	小学生女子(1年生)	1組
11:50	11:20				2組
11:55	11:25	13	100M	小学生女子(2年生)	
12:00	11:30	14	100M	小学生女子(3年生)	1組
12:05	11:35				2組
12:10	11:40	15	100M	小学生女子(4年生)	1組
12:15	11:45				2組
12:20	11:50	16	100M	小学生女子(5年生)	
12:25	11:55	17	100M	小学生女子(6年生)	
(フィールド)					
10:00	9:30		走高跳	一般男子・30代男子	
11:00	10:30		円盤投	一般男子・40代男子	
昼食					
13:00	未就学児かけっこ				
午後の部					
13:30	13:00	18	100M	一般男子	
13:35	13:05	19	100M	一般女子	
13:40	13:10	20	100M	30代男子	
13:45	13:15	21	100M	40代男子	
13:50	13:20	22	100M	50代男子	
13:55	13:25	23	100M	60代男子	
14:00	13:30	24	400M	中学生	
14:05	13:35	25	400M	一般男子	
14:10	13:40	26	800M	中学生	
14:20	13:50	27	800M	一般・40代男子・高校生	
14:30	14:00	28	400Mリレー	中学生男子	
14:40	14:10	29	400Mリレー	一般男子・高校生男子	
14:50	14:20	30	400Mリレー	一般女子・中学生女子	
15:00	14:30	31	400Mリレー	小学生男子	
15:10	14:40	32	400Mリレー	小学生女子	
(フィールド)					
13:30	13:00		走幅跳	30代男子・一般女子・中学生	
14:00	13:30		砲丸投	一般・30代・40代男子	
閉会式					
16:00	閉会式				