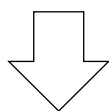
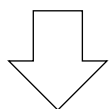


## 当日の流れについて

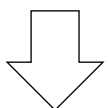
受付



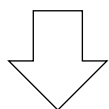
ウォーミングアップ



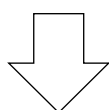
招集



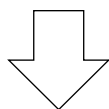
レース



レース後



記録発表



自由解散

○受付は第2ゲートで行う。(12時30分~13時30分)

○参加料と引き替えに、個票を受け取る。

○個票に必要な事項を記入の上、受付に提出する。

○サブグラウンドにて各自ウォーミングアップを行う。

○競技注意事項「1 練習について」にも記載。

○各レース、スタート付近にて行う。

○競技注意事項「2 招集について」をよく読み、必ず招集を受けること。

○競技は15時00分ごろに下記の順で実施する。(50m→100m→1500m→5000m)

○人数によっては男女同時に実施する場合もある。

○貴重品の管理には、くれぐれも注意する。

○ゴール後、腰ナンバーカードを外し、係に渡す。

○スタート付近まで、荷物等を取りに戻る。

○記録証が出来れば放送をするので、受付へ受け取りに行く。(最初に受付をしたところ)