

式典順序

開会式 10:20

- 1 選手団入場
- 2 国旗掲揚
- 3 優勝杯返還
- 4 挨拶 長幹磨
(明石市陸上競技協会 会長)
- 5 功労者表彰
- 6 競技開始宣言
- 7 三陸協主将交歓
- 8 選手団退場

閉会式 14:40

- 1 選手団入場
- 2 成績発表
- 3 優勝杯・優秀選手賞授与
- 4 挨拶 竹原昇
(姫路市陸上競技協会 会長)
- 5 三陸協主将交歓
- 6 国旗降納
- 7 選手団退場

競技日程

【トラック競技】

11:00	JA	女子	100mH
:05	一般	女子	100mH
:10	JA	男子	110mH
:15	一般	男子	110mH
:20	JB	男子	1500m
:30	一般	男子	1500m
:40	一般	女子	3000m
:55	JA	男子	400m
12:00	一般	女子	400m
:05	一般	男子	400m
:10	一般	女子	100m
:15	一般	男子	100m
:20	JA	女子	100m
:25	JA	男子	100m
:30	JB	女子	100m
:35	JB	男子	100m
:40	JA	男子	3000m
:55	JB	女子	800m
13:00	JA	女子	800m
:05	一般	女子	800m
:10	一般	男子	800m
:15	JA	女子	200m
:20	一般	女子	200m
:25	一般	男子	200m
:30	一般	男子	5000m
:50	一般	女子	4×100mR
:55	一般	男子	4×100mR
14:00	JB	女子	4×100mR
:05	JB	男子	4×100mR
:10	JA	女子	4×100mR
:15	JA	男子	4×100mR
:20	一般	男子	4×400mR

【フィールド競技】

《跳躍競技》

11:00	一般・JA	女子	走高跳
	一般・JAB	男子	走幅跳
	一般・JAB	女子	走幅跳

12:30 一般・JA 男子 走高跳

13:00 一般 男子 三段跳

《投てき競技》

11:00	一般・JA	女子	砲丸投
	一般・JA	男子	円盤投
12:00	一般・JA	女子	円盤投
13:00	一般・JA	男子	砲丸投
	一般	男子・女子	やり投

リレー競技においては、競技場内に入り、8レーンの外側から応援ができます。それ以外の時は、スタンド・芝生スタンドからの応援をお願いします。