

男子 1 区 (10 km)

スタート～トラック周回 1000m

A～B	131.0m
B～C	24.2m(155.2m)
C～D	350.0m(505.2m)
D～E	302.1m(807.3m)
E～F	104.7m(912.0m)
F～G	1209.1m(2121.1m)
G～H	22.0m(2143.1m)
H～3折	319.0m(2462.1m)
3折～I	319.0m(2781.1m)
I～J	7.4m(2788.5m)
J～A	211.5m(3000.0m)

*1000m+

A～A(3000m)×3周=(9000m)

計 10000m

