

男子4区 (8.0875 km)

a(3区~4区中継ポイント)~A[-10.0m]	
a~B	121.0m[131.0m-10.0m]
B~C	24.2m(146.7m)
C~D	350.0m(496.7m)
D~E	302.1m(798.8m)
E~F	104.7m(903.5m)
F~G	1209.1m(2112.6m)
G~H	22.0m(2134.6m)
H~8折	168.59m(2303.19m)
8折~I	168.59m(2471.78m)
I~J	7.4m(2479.18m)
J~a	221.5m(2699.18m)
*a~a(2699.18m)×3周=(8097.54m)	
A(4区~5区中継ポイント)~a[-10.0m]	
計	8087.54m

