

競技日程及び招集時間(案)

7月 17日(月・祝)

※競技開始時刻は目安です。申し込み状況により変更します。

トラック競技

順序	競技開始時刻	種目	組数	招集時間			競技場内待機場所
				組	開始	完了	
1	10:00	中学女子 100mH					
2		女子U18・国体B・U16 100mH					
3		女子 100mH					
4	10:25	中学男子 110mH					
5		男子U18・国体B・U16 110mH					
6		男子 110mH					
7	10:55	女子 100m					
8		男子 100m					
9	12:35	女子U18・国体A 300mH					
10		男子U18・国体A 300mH					
11	13:00	女子 300m					
12		男子 300m					
13	13:30	女子U16 150m					
14		男子U16 150m					
15	13:55	女子 200m					
16		男子 200m					
17	14:50	女子 400mH					
18		男子 400mH					
19	15:10	女子 400m					
20		男子 400m					
21	15:50	女子 4×100mR					
22		男子 4×100mR					

※すべてタイムレースとする。

競技日程及び招集時間(案)

7月 17日(月・祝)

跳躍競技

順序	競技開始時刻	種目	ラウンド	招集時間			競技場所
				人数	開始	完了	
1	10:30	男子女子 三段跳	決勝				メイン
2	10:30	女子 走高跳	決勝				Bゾーン
3	11:00	男子女子 棒高跳	決勝				バック
4	13:00	男子 走高跳	決勝				Bゾーン
5	13:30	男子女子 走幅跳	決勝				メイン

※Bゾーンは、第3・4曲走路内。メインは、メインスタンド前。バックは、バックスタンド前。

投てき競技

順序	競技開始時刻	種目	ラウンド	招集時間			競技場所
				人数	開始	完了	
1	9:45	男子女子 やり投	決勝				サブBゾーン
2	9:45	中学男子女子 ジャベリックスロー	決勝				サブBゾーン
3	11:15	男子女子 ハンマー投	決勝				サブBゾーン
4	11:15	男子U18・高校 ハンマー投	決勝				サブBゾーン
5	12:30	男子女子 円盤投	決勝				サブBゾーン
6	12:30	男子U18・高校 円盤投	決勝				サブBゾーン
7	12:30	男子国体B・U16・中学 円盤投	決勝				サブBゾーン
8	15:00	男子女子 砲丸投	決勝				サブAゾーン
9	15:00	男子U18・高校 砲丸投	決勝				サブAゾーン
10	15:00	中学男子(2・3年/1年) 砲丸投	決勝				サブAゾーン
11	15:00	中学女子 砲丸投	決勝				サブAゾーン

※投てき競技はサブグラウンドで行う。

※Aゾーンは、第1・2曲走路内。Bゾーンは、第3・4曲走路内。

※徳島県外競技者 **ハンマー投** 参加資格記録【一般・高校男子55m以上、女子45m以上】

※投擲種目で多数の申込みがあった場合、競技運営上、徳島県外の登録者の試技を3回とすることがある。

コンディショニングに自信があると、
ケニアで練習したくなる。
東京で勝負したくなる。
何度でも挑戦したくなる。



体を味方につける コンディショニング。 ボディメンテ



植物由来乳酸菌
B240

【ドリンク】
電解質
【ゼリー】
BCAA+アルギニン
ホエイタンパク