

競技日程及び招集時間

5月 19日(日)

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	1組	1	9:35	9:40	14
2	10:10	女子 100mH	2組	1・2	9:45	9:50	14
3	10:25	中学男子 110mH	1組	1	10:00	10:05	14
4	10:30	男子 110mH	2組	1・2	10:05	10:10	14
5	10:45	女子 100m	8組	1・2・3	10:20	10:25	14
				4・5・6	10:30	10:35	14
				7・8	10:40	10:45	14
6	11:15	男子 100m	19組	1・2・3	10:50	10:55	14
				4・5・6	11:00	11:05	14
				7・8・9	11:10	11:15	14
				10・11・12	11:20	11:25	14
				13・14・15	11:30	11:35	14
				16・17	11:40	11:45	14
18・19	11:50	11:55	14				
7	12:30	女子 400m	2組	1・2	12:05	12:10	9
8	12:40	男子 400m	6組	1・2・3	12:15	12:20	8
				4・5・6	12:30	12:35	7
9	13:15	女子 200m	3組	1・2・3	12:50	12:55	12
10	13:30	男子 200m	7組	1・2・3	13:05	13:10	12
				4・5	13:20	13:25	12
				6・7	13:30	13:35	12
11	14:15	女子 400mH	1組	1	13:50	13:55	8
12	14:20	男子 400mH	1組	1	13:55	14:00	8
13	14:30	女子 4×100mR	2組	1	14:05	14:10	第1走者 9 第2走者 11 第3走者 12 第4走者 14
				2	14:10	14:15	
14	14:40	男子 4×100mR	3組	1	14:15	14:20	
				2	14:20	14:25	
				3	14:25	14:30	

※すべてタイムレース決勝とする。

競技日程及び招集時間

5月 19日(日)

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 三段跳	決勝	11名	9:55	10:00	メイン
2	10:30	女子 三段跳	決勝	2名	9:55	10:00	
3	11:00	女子 走高跳	決勝	16名	10:10	10:15	Bゾーン
4	11:30	男子 棒高跳	決勝	13名	10:40	10:45	バック
5	11:30	女子 棒高跳	決勝	5名	10:40	10:45	
6	12:45	男子 走幅跳	決勝	35名	12:00	12:05	メイン
7	12:45	女子 走幅跳	決勝	19名	12:00	12:05	
8	13:30	男子 走高跳	決勝	14名	12:45	12:50	Bゾーン

※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。

※三段跳の踏みきり板については、11mと9mに設置して行う。

※棒高跳については現地招集とする。

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 やり投	決勝	13名	9:05	9:10	サブ Bゾーン
2	9:45	女子 やり投	決勝	7名	9:05	9:10	
3	11:15	男子 ハンマー投	決勝	6名	10:50	10:55	サブ Bゾーン
4	11:15	女子 ハンマー投	決勝	5名	10:50	10:55	
5	11:15	U20高校男子 ハンマー投	決勝	4名	10:50	10:55	
6	12:40	中学男子 砲丸投	決勝	8名	12:15	12:20	サブ Aゾーン
7	12:40	中学女子 砲丸投	決勝	3名	12:15	12:20	
8	13:40	中学男子 円盤投	決勝	3名	13:10	13:15	サブ Bゾーン
9	13:40	女子 円盤投	決勝	8名	13:10	13:15	
10	14:40	男子 円盤投	決勝	3名	14:15	14:20	サブ Bゾーン
11	14:40	U20高校男子 円盤投	決勝	8名	14:15	14:20	
12	15:40	男子 砲丸投	決勝	3名	15:10	15:15	サブ Aゾーン
13	15:40	女子 砲丸投	決勝	6名	15:10	15:15	
14	15:40	U20高校男子 砲丸投	決勝	7名	15:10	15:15	

※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。

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