

大会日程(1日目)

開場時間	7:00	<<開始式次第>>	8:30~
審判員集合	7:30	1. 開式通告(アナウンサー)	
補助員集合	7:30	2. 会長挨拶(三條俊彦北信地区陸協会長)	
受付開始	8:00	3. 競技上の注意および競技開始宣言 (小林至審判長)	
審判主任会議	8:00		
競技場内練習終了	8:15	4. 諸連絡(矢野清隆大会総務)	
開始式	8:30	5. 閉式通告(アナウンサー)	
競技場借用時間	18:00		

トラック競技							
順	競技開始時刻	性別	種目	予決	出場者数 ()はオープン	組……………着	招集完了時刻
1	9:00	男	3000mSC	決	6		8:40
2	9:30	中女	1500m	決	33	2組タイムレース決勝	9:10
3	9:50	中男	1500m	決	66(1)	4組タイムレース決勝	1-2組 9:30 3-4組 9:50
4	10:30	中女	4×100mR	予	16	2組2着+4	10:10
5	10:40	中男	4×100mR	予	16	2組2着+4	10:20
6	10:50	男	4×100mR	予	14	2組2着+4	10:30
7	11:00	中女	400m	予	10	2組2着+4	10:40
8	11:10	中男	400m	予	26	4組1着+4	1-3組 10:50 4組 11:00
9	11:25	女	400m	予	11	2組2着+4	11:05
10	11:35	男	400m	予	21	3組1着+5	11:15
11	11:55	男	1500m	予	59	4組3着+4	1-2組 11:35 3-4組 11:55
12	12:45	中女	100m	予	67	8組タイムレース8	1-3組 12:25 4-6組 12:40 7-8組 12:50
13	13:20	中男	100m	予	89	11組タイムレース8	1-3組 13:00 4-6組 13:15 7-9組 13:25 10-11組 13:35
14	14:05	女	100m	予	13	2組2着+4	13:45
15	14:15	男	100m	予	74(1)	9組タイムレース8	1-3組 13:55 4-6組 14:10 7-9組 14:20
16	14:55	中女	400m	決			14:35
17	15:00	中男	400m	決			14:40
18	15:05	女	400m	決			14:45
19	15:10	男	400m	決			14:50
20	15:15	中女	100m	決			14:55
21	15:20	中男	100m	決			15:00
22	15:25	女	100m	決			15:05
23	15:30	男	100m	決			15:10
24	15:40	女	1500m	決	14		15:20
25	15:50	男	1500m	決			15:30
26	16:00	小女	4×100mR	決	5		15:40
27	16:05	小男	4×100mR	決	5		15:45
28	16:10	小男女	混合4×100mR	決	4		15:50
29	16:15	中女	4×100mR	決			15:55
30	16:20	中男	4×100mR	決			16:00
31	16:25	女	4×100mR	決	8		16:05
32	16:30	男	4×100mR	決			16:10

跳躍競技						
順	競技開始時刻	性別	種目	予決	出場者数 ()はオープン	招集完了時刻
1	9:00	男	走高跳	決	12	8:40
2	13:00	中男	走高跳	決	21	12:30
1	11:30	男女	棒高跳	決	10、5(1)	10:30
1	9:00	中女	走幅跳	決	32	8:20
2	12:00	女	走幅跳	決	16	11:40
3	14:30	男	三段跳	決	6	14:10

投てき競技						
順	競技開始時刻	性別	種目	予決	出場者数 ()はオープン	招集完了時刻
1	9:00	中女	砲丸投(2.721kg)	決	14(1)	8:30
1	9:00	女	砲丸投(4.000kg)	決	5	8:30
2	11:00	男	やり投(0.800kg)	決	21(1)	10:30
3	13:00	中男	砲丸投(5.000kg)	決	22	12:30
4	15:00	女	ハンマー投(4.000kg)	決	5	14:30
4	15:00	高男	ハンマー投(6.000kg)	決	10	14:30