

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. 開式通告(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	15		8:40
2	9:30	中女	1500m	決	32	2組タイムレース決勝	9:10
3	9:50	中男	1500m	決	74	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	15	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	15	2組2着+4	10:30
7	11:00	中女	400m	予	9	2組2着+4	10:40
8	11:10	中男	400m	予	14	2組2着+4	10:50
9	11:20	女	400m	予	9	2組2着+4	11:00
10	11:30	男	400m	予	21	3組1着+5	11:10
11	11:45	男	1500m	予	64	4組3着+4	1-2組 11:25 3-4組 11:45
12	12:20	中女	100m	予	54(1)	7組タイムレース8	1-3組 12:00 4-7組 12:15
13	12:45	中男	100m	予	84	10組タイムレース8	1-3組 12:25 4-6組 12:40 7-10組 12:50
14	13:25	女	100m	予	15	2組2着+4	13:05
15	13:35	男	100m	予	80(4)	10組タイムレース8	1-3組 13:15 4-6組 13:30 7-10組 13:40
16	14:50	中女	400m	決			14:30
17	14:55	中男	400m	決			14:35
18	15:00	女	400m	決			14:40
19	15:05	男	400m	決			14:45
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	13		15:20
25	15:50	男	1500m	決			15:30
26	16:00	小女	4×100mR	決	3		15:40
27	16:05	小男	4×100mR	決	6(1)		15:45
28	16:10	小男女	混合4×100mR	決	5		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	13		8:40
2	13:00	中男	走高跳	決	5		12:40
1	11:30	男女	棒高跳	決	9、6		10:30
1	9:00	中女	走幅跳	決	29		8:30
2	12:00	女	走幅跳	決	13		11:40
3	15:00	男	三段跳	決	12		14:40
投てき競技							
1	9:00	中女	ジャベリック(0.300kg)	決	4		8:40
1	9:00	中男	ジャベリック(0.300kg)	決	11		8:40
2	10:30	中女	円盤投(1.000kg)	決	4		10:10
2	10:30	中男	円盤投(1.500kg)	決	12		10:10
3	12:30	女	やり投(0.600kg)	決	11		12:00
3	12:30	男	やり投(0.800kg)	決	19		12:00
4	14:50	女	円盤投(1.000kg)	決	10		14:20
4	14:50	高男	円盤投(1.750kg)	決	12		14:20
4	14:50	男	円盤投(2.000kg)	決	1		14:20