

## 競技時間

|              |     | 競技開始時間 | 目標タイム         |
|--------------|-----|--------|---------------|
| 1. 女子 3000m  | 1組  | 9:15   | 12'30"~15'00" |
|              | 2組  | 9:33   | 12'00"~12'30" |
|              | 3組  | 9:48   | 11'30"~11'59" |
|              | 4組  | 10:03  | 11'00"~11'30" |
|              | 5組  | 10:17  | 10'45"~11'00" |
|              | 6組  | 10:31  | 10'10"~10'40" |
|              | 7組  | 10:45  | 9'25"~10'09"  |
| 2. 男子 3000m  | 1組  | 10:58  | 11'00"~13'00" |
|              | 2組  | 11:14  | 10'40"~11'00" |
|              | 3組  | 11:28  | 10'30"~10'38" |
|              | 4組  | 11:42  | 10'15"~10'30" |
|              | 5組  | 11:56  | 10'00"~10'12" |
|              | 6組  | 12:10  | 9'40"~10'00"  |
|              | 7組  | 12:23  | 9'30"~9'40"   |
|              | 8組  | 12:36  | 9'18"~9'30"   |
|              | 9組  | 12:49  | 8'59"~9'15"   |
|              | 10組 | 13:02  | 8'42"~8'59"   |
| 3. 男子 5000m  | 1組  | 13:14  | 18'10"~22'01" |
|              | 2組  | 13:39  | 17'30"~18'00" |
|              | 3組  | 14:00  | 17'00"~17'30" |
|              | 4組  | 14:21  | 16'58"~17'00" |
|              | 5組  | 14:41  | 16'40"~16'47" |
|              | 6組  | 15:01  | 16'29"~16'40" |
|              | 7組  | 15:21  | 16'00"~16'25" |
|              | 8組  | 15:40  | 15'47"~16'00" |
|              | 9組  | 15:59  | 15'30"~15'45" |
|              | 10組 | 16:18  | 15'15"~15'30" |
| 4. 女子 5000m  | 1組  | 16:37  | 17'00"~25'00" |
| 5. 男子 10000m | 1組  | 17:05  | 34'00"~45'00" |
| 6. 男子 3000m  | 11組 | 17:53  | 8'20"~8'40"   |
|              | 12組 | 18:24  | ~14'47"       |
| 7. 男子 5000m  | 11組 | 18:05  | 14'47"~15'15" |
|              | 12組 | 18:24  | ~14'47"       |
| 8. 男子 10000m | 2組  | 18:42  | 30'00"~33'20" |

### 競技注意事項

1. 本大会は、2018年度日本陸上競技連盟競技規則により行う。
2. 招集は、競技開始時間30分前~15分前までに200mスタート付近に設けた倉庫内で行う。  
その時に、腰ナンバーカードをもらうこと。
3. 競技時間は目安で、前の組が早く終わり準備ができ次第出発をするので、早めに用意すること。
4. ナンバーカードについて  
愛知陸協登録者は陸協指定のものを、県外登録者は各県指定のものを胸部・背部に確実につけること。腰ナンバーカードは右腰につけ、フィニッシュ後直ちにゴール付近の係員に返却すること。
5. 衣類や身の回りの品は、各自で管理すること。
6. 競技中に生じた負傷は、応急処置はするが以後の責任は負わない。
7. 競技運営に著しく支障をきたす場合は、競技を打ち切ることもある。