令和5年度　相双陸協　春季競技会　競技日程

招集完了時刻トラック	10分前
フィールド	20分前

第1日　4月22日（土）

トラック競技

順序	種別	種目	組	競技時刻
1	男	800m	3	10:00
2	女	800m	2	10:20
3	女	400mH	1	10:40
4	男	400mH	1	10:50
5	男	3000mSC	1	11:10
6	女	200m	2	11:30
7	男	200m	3	11:40
8	女	3000m	1	12:00
9	男	3000m	1	12:20
10	男	5000m	1	12:40
11	女	4×100mR	1	13:10
12	男	4×100mR	1	13:20

フィールド競技

順序	種別	種目	人数	競技時刻
跳躍				
1	女	走幅跳	6	11:00
2	男	走幅跳	3	11:00

第2日　4月23日（日）

トラック競技

順序	種別	種目	組	競技時刻
1	男・女	5000mW	1	10:00
2	男	100m	7	10:50
3	女	100m	4	11:30
4	女	1500m	1	11:50
5	男	1500m	2	12:00
6	女	400m	1	12:20
7	男	400m	3	12:30
8	女	100mH	1	13:00
9	中女	100mH	1	13:10
10	中男	110mH	1	13:20
11	男	4×400mR	1	13:40

フィールド競技

順序	種別	種目	人数	競技時刻
投てき				
1	男	円盤投（1．75K）	1	10:00
2	男	円盤投（2．0K）	1	10:00
3	女	円盤投（1．0K）	2	10:00
4	女	ハンマー投（4．0K）	2	12:00
5	男	ハンマー投（6．0K）	2	12:00

フィールド競技

順序	種別	種目	人数	競技時刻
投てき				
1	男	砲丸投（6．0K）	3	10:00
2	男	砲丸投（5．0K）	1	10:00
3	女	砲丸投（4．0K）	1	10:00
4	男	やり投	1	12:00
5	女	やり投	2	12:00