

タイムテーブル 10/10

11:00	女子 1500m	1組	22名
11:25	男子 3000m	1組	21名
11:45	男子 3000m	2組	22名
12:05	女子 3000m	1組	14名
12:30	女子 3000m	2組	20名
12:55	男子 5000m	1組	26名
13:20	男子 5000m	2組	22名
13:55	男子 3000m	3組	20名
14:10	男子 3000m	4組	20名
14:25	女子 3000m	3組	20名
14:40	男子 5000m	3組	18名

< 競技注意事項 >

1. 本大会は2020年度（公財）日本陸上競技連盟競技規則並びに本大会申し合わせ事項によって実施する。
2. 監督・競技役員打ち合わせは 9：00 より正面玄関入口の競技場内で行う。
3. 新型コロナウイルス感染防止に係る留意事項
（参加者・保護者・応援者・一般客の方）
 - (1) マスクの着用をお願いします。
 - (2) 手洗いと手指のアルコール消毒をお願いします。
 - (3) 応援については、「3つの密（密閉・密集・密接）」に注意し、特に人混みに近づいたり、大声で話しかけることなどは避けてください。
 - (4) 体調管理チェックシートは受付時に提出してください。
4. 招集について
 - (1) 招集所は正面入り口付近に設置する。
 - (2) 招集は競技開始20分前から開始する。選手は招集所で点呼を受けた後、競技開始5分前までにスタート地点に集まること。
 - (3) 招集所で選手は、自分の氏名に○をつけて係員からアスリートビブスを受け取り（胸・背・腰）をユニホームに付けて待機し、点呼を受けること。
 - (4) 欠場の際は必ず招集所に届け出ること。
5. 12名を超えるレースではグループスタート（2段スタート）を実施する場合がある。
6. 各種目の制限時間は次のとおりとする。

男3000m	15分00秒
女3000m	18分00秒
男5000m	20分00秒

*1500mには、制限時間を設けない。
7. ごみは各自で持ち帰ること。
8. ウォーミングアップ場（サブトラック）は 9：00 から、競技場内は準備が済み次第開放する。

