

## 競技時間

招集時間

2025 第1回駅伝強化長距離競技会

|      |    |        |    | 競技開始時間 | (25分～15分前)    | 目標タイム        |
|------|----|--------|----|--------|---------------|--------------|
| 1    | 女子 | 3000m  | 1組 | 10:00  | 9:35 ～ 9:45   | 12:00 ～      |
|      |    |        | 2組 | 10:20  | 9:55 ～ 10:05  | 10:29 ～11:55 |
| 2    | 男子 | 3000m  | 1組 | 10:40  | 10:15 ～ 10:25 | 10:45 ～      |
|      |    |        | 2組 | 11:00  | 10:35 ～ 10:45 | 10:05 ～10:40 |
|      |    |        | 3組 | 11:15  | 10:50 ～ 11:00 | 9:31 ～10:00  |
|      |    |        | 4組 | 11:30  | 11:05 ～ 11:15 | 9:14 ～9:30   |
| 3    | 女子 | 1500m  | 1組 | 11:50  | 11:25 ～ 11:35 | 5:29 ～       |
|      |    |        | 2組 | 12:00  | 11:35 ～ 11:45 | 4:40 ～5:25   |
| 4    | 男子 | 1500m  | 1組 | 12:10  | 11:45 ～ 11:55 | 4:50 ～       |
|      |    |        | 2組 | 12:20  | 11:55 ～ 12:05 | 4:39 ～4:45   |
|      |    |        | 3組 | 12:30  | 12:05 ～ 12:15 | 4:23 ～4:30   |
|      |    |        | 4組 | 12:40  | 12:15 ～ 12:25 | 4:02 ～4:20   |
| 5    | 男子 | 5000m  | 1組 | 13:50  | 13:25 ～ 13:35 | 19:00 ～      |
|      |    |        | 2組 | 14:10  | 13:45 ～ 13:55 | 18:15 ～18:55 |
|      |    |        | 3組 | 14:30  | 14:05 ～ 14:15 | 17:32 ～18:10 |
|      |    |        | 4組 | 14:50  | 14:25 ～ 14:35 | 17:05 ～17:30 |
|      |    |        | 5組 | 15:10  | 14:45 ～ 14:55 | 16:41 ～17:00 |
| 6    | 女子 | 5000m  | 1組 | 15:30  | 15:05 ～ 15:15 | 18:30 ～      |
| 7    | 男子 | 10000m | 1組 | 16:00  | 15:35 ～ 15:45 | 34:20 ～38:30 |
| 8    | 女子 | 3000m  | 3組 | 16:40  | 16:15 ～ 16:25 | 9:29 ～10:25  |
| 9    | 男子 | 3000m  | 5組 | 16:55  | 16:30 ～ 16:40 | 8:40 ～9:10   |
| 10   | 男子 | 5000m  | 6組 | 17:10  | 16:45 ～ 16:55 | 16:15 ～16:40 |
|      |    |        | 7組 | 17:30  | 17:05 ～ 17:15 | 14:45 ～16:00 |
| 終了時刻 |    |        |    | 17:45  |               |              |

## 競技注意事項

- 本大会は、2025年度日本陸上競技連盟競技規則と本競技会申し合わせ事項により行う。
- 競技に出場する前に団体受付を行うこと。受付はスタンド1F正面出入り口付近に設ける。
- グラウンドへの入退場は、南側ゲートから行う。スタンドへの入退場は、スタンド東側ゲートから行なう。
- 招集については以下のとおりとする。  
競技開始25分前～15分前に第2コーナー付近にある招集所で行う。  
招集時に腰ナンバーカードを受け取り、右腰やや後につけること。
- 競技運営に支障がない範囲で競技場内でのウォーミングアップを認める。係の指示に従うこと。
- ホームストレートを除くグラウンドレベルでの応援を認める。コース内には入らないこと。
- 競技規則TR5.2を適用する。靴底の厚さが20mmを超えるシューズは使用できない。  
必ずWAのシューズリストで確認しておくこと。 [LIST OF APPROVED ATHLETIC SHOES](#)
- 競技運営に著しく支障をきたす場合は、競技を途中で打ち切ることがある。
- アスリートビブスは、陸協指定のものを胸部・背部に確実につけること。
- 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。(医務室はスタンド下1F)
- 競技者に対する人権保護の観点から、競技者の意思に反した動画・写真の撮影を禁止する。