

競 技 順 序

1	中学・高校・一般 男 子	3 0 0 0 m	1 組	9:30
			2 組	9:45
			3 組	10:00
2	中学・高校・一般 女 子	3 0 0 0 m	1 組	10:15
			2 組	10:30
3	高校・一般 男 子	5 0 0 0 m	1 組	11:00
			2 組	11:20
			3 組	11:40

受 付

①参加料は受付で提出してください。(8:30開始予定)

②規定外シューズを使用し、走った選手はゴール後失格になります。

③不参加の選手のみ、名簿にDNSと記入してください。

招 集

①競技開始20分前にスタート地点付近にて最終コールを行います。

②最終コールで腰ナンバー標識を受け取り、レース後返却ください。