

コース説明及び招集について

区間	距離	招集完了時刻	招集場所	コース説明
＜女子＞				
1区	3 km	9 : 50	競技場 第3ゲート内 ※ 第2ゲート または 第4ゲート から入場可	バックストレート110mHスタート地点付近からスタート。トラックを2周と3/4周(約1100m)走行し、第1ゲートから競技場外へ。園路2kmコース(約1500m)を1周走行して第1ゲートから競技場内へ。トラックを約2/3周走行し、バックストレート中央の中継所でたすき渡し。
2区	2 km	9 : 55		中継所でたすきを受け取った後、トラックを約1/3周走行し、第1ゲートから競技場外へ。
3区	2 km	10 : 00		園路2kmコース(約1500m)を1周走行して第1ゲートから競技場内へ。トラックを約2/3周走行し、バックストレート中央の中継所でたすき渡し。
4区	2 km	10 : 10		
5区	3 km	10 : 15		中継所でたすきを受け取った後、トラックを約1/3周走行し、第1ゲートから競技場外へ。園路3kmコース(約2500m)を1周走行して第1ゲートから競技場内へ。トラックを約2/3周走行し、バックストレート中央すぎのゴール地点でフィニッシュ。

＜男子＞

1区	3 km	11 : 00	競技場 第3ゲート内 ※ 第2ゲート または 第4ゲート から入場可	バックストレート110mHスタート地点付近からスタート。トラックを2周と3/4周(約1100m)走行し、第1ゲートから競技場外へ。園路2kmコース(約1500m)を1周走行して第1ゲートから競技場内へ。トラックを約2/3周走行し、バックストレート中央の中継所でたすき渡し。
2区	3 km	11 : 05		
3区	3 km	11 : 15		中継所でたすきを受け取った後、トラックを約1/3周走行し、第1ゲートから競技場外へ。
4区	3 km	11 : 25		園路3kmコース(約2500m)を1周走行して第1ゲートから競技場内へ。トラックを約2/3周走行し、バックストレート中央の中継所でたすき渡し。
5区	3 km	11 : 35		
6区	3 km	11 : 45		中継所でたすきを受け取った後、トラックを約1/3周走行し、第1ゲートから競技場外へ。園路3kmコース(約2500m)を1周走行して第1ゲートから競技場内へ。トラックを約2/3周走行し、バックストレート中央すぎのゴール地点でフィニッシュ。