

スタート（開会式）要領

- ①開会式は、8時45分より本競技場内で行いますので、すぐ走れる状態で次のように集合して下さい。
- ②スタートは、係員の指示にしたがって下さい。

スタート時刻

距離	スタート	ナンバーカード色	距離	スタート	ナンバーカード色
23.4km	9:20	ピンク	2.4km 小学生	9:50	緑
10km	9:35	青	2.4km 中学生以上		オレンジ
5km	9:45	白	2.4km ファミリー		紫

23.4km・10km・5km・2.4km
(トラックを約半周して外に出る)

