

第3回大阪マスタース陸上フィールド競技大会 プログラム  
競技順序と開始時刻

【跳躍競技】

順序	時刻	種目	区分	人数
1	10:00	棒高跳	M75-M50	7
2	10:30	走幅跳(Aピット)	M50-M35	13
			M70-M55	10
		走幅跳(Bピット)	W40	1
3	12:00	立5段跳	M70-M30	24
3	13:00	走高跳	M65-M30	10
			W60	1
4	14:00	三段跳	M65-M30	17
			W40	1

(注)立五段跳は、踏切盤の位置によって、AまたはBピットに分けます。

【投てき競技】

順序	時刻	種目	区分	人数
1	9:30	重量五種(1)	M80-M25	18
			W75-W35	6
	10:00	ハンマー投	M80-M40	5
			W50	1
2	10:40	重量五種(2)	M80-M25	18
			W75-W35	6
	11:10	砲丸投	M90-M40	19
			W30	1
3	11:50	重量五種(3)	M80-M25	18
			W75-W35	6
	12:20	円盤投	M90-M35	26
			W50	1
4	13:00	重量五種(4)	M80-M25	18
			W75-W35	6
	13:30	やり投	M85-M30	17
			W45	1
5	14:10	重量五種(5)	M80-M25	18
			W75-W35	6
	14:40	重量投	M70-M30	4

第3回大阪マスタース陸上 トラックカーニバル プログラム  
 競技順序と開始時刻

【トラック競技】

2015年9月26日(土)

順序	時刻	種目	区分	組数	人数
1	10:00	10000m	M65-M35	1	14
			W50-W30		2
2	11:10	100m(1組~3組)	M75-M50	3	20
3	11:25	100m(4組~9組)	M45-M24-	5	23
			W45-W24-	1	4
4	12:00	1500m	M75-M30	1	17
			W75-W45		2
	12:30	休 憩			
5	13:00	200m	M75-M24-	4	27
			W45		1
6	13:30	800m	M75-M50	1	8
			M45-M40	1	7
			W75-W60	1	2
7	14:00	400m	M75-M35	3	17
			W24-		1
8	14:30	3000m	M70-M30	1	15
			W60-W45		2
	15:00	終 了			