

		M-24	M25	M30	M35	M40	M45	M50	M55	M60	M65	M70	M75	M80	M85	M90	M95	M100+	
トラック	100m	10月4日																	
	200m	10月5日																	
	400m	10月4日																	
	800m	10月4日																	
	1500m	10月5日																	
	3000m										11月3日								
	5000m	11月3日																	
	80mH													10月4日					
	100mH							10月4日											
	110mH	10月4日																	
	200mH													10月5日					
	300mH										10月5日								
	400mH	10月5日																	
	2000mSC										11月3日								
	3000mSC	11月3日																	
	3000mW										11月3日								
5000mW	11月3日																		
跳躍	走高跳(HJ)	10月5日									10月4日								
	棒高跳(PV)	10月5日									10月4日								
	走幅跳(LJ)	10月5日									10月4日								
	三段跳(TJ)	10月4日									10月5日								
投てき	砲丸投(SP)	10月4日									10月5日								
	円盤投(DT)	10月5日									10月4日								
	ハンマー投(HT)	10月4日																	
	やり投(JT)	10月4日									10月5日								
リレー	4×100mR	10月5日																	
	4×400mR	10月4日																	
		W-24	W25	W30	W35	W40	W45	W50	W55	W60	W65	W70	W75	W80	W85	W90	W95	W100+	
トラック	100m	10月4日																	
	200m	10月5日																	
	400m	10月4日																	
	800m	10月4日																	
	1500m	10月5日																	
	3000m										11月3日								
	5000m	11月3日																	
	10000m	11月3日																	
	80mH							10月4日											
	100mH	10月4日																	
	200mH													10月5日					
	300mH										10月5日								
	400mH	10月5日																	
	2000mSC										11月3日								
	3000mW										11月3日								
	跳躍	走高跳(HJ)	10月5日									10月4日							
棒高跳(PV)		10月5日									10月4日								
走幅跳(LJ)		10月5日									10月4日								
三段跳(TJ)		10月4日									10月5日								
投てき	砲丸投(SP)	10月5日									10月4日								
	円盤投(DT)	10月5日									10月4日								
	ハンマー投(HT)	10月4日																	
	やり投(JT)	10月4日									10月5日								
リレー	4×100mR	10月5日																	
	4×400mR	10月4日																	

1日目
 2日目
 3日目