

時間	種目	備考
7:30	開園	コース作業
8:00	監督会議	監督、代表者が参加
8:00	小学生の部ウォームアップ	
8:20	大人の部ウォームアップ	
8:40	300m 予選	松戸インラインカップのみ
	女子予選	上位5名決勝
	男子予選	上位8名決勝
	開会式	
	300m決勝	女子が先、ゼッケン番号順
	Jrカップ	
	マスターズ	
	女子決勝	予選下位から
	男子決勝	予選下位から
	初心者の部	1周、一斉スタート
	リレー練習	
	リレー	選抜のみ
	女子リレー	1チーム4名、8周
	小学生リレー	1チーム3名、6周、一人2回
	男子リレー	1チーム3名、9周、一人3回
	休憩	表彰、エリミ説明を合わせ約1時間
	300m表彰	表彰、メダル授与のみ。副賞は最後
	エリミ競技説明	
	初心者の部	1周、一斉スタート
	5000m エリミ	低学年男女、高学年男子混合
	5000m エリミ	女子 小高、マスター、インライン混合
	10000m エリミ	男子 マスター、インラインカップ混同
	松戸エリミ	小学生低高学年、男女混合
	松戸エリミ	男女マスター混合
約14:30	表彰	
16:00	終了、解散	

終了時間は目安になります。早まる場合や遅くなる場合があります。昼休みは11:15分から12:15分頃を予定していますが、早まる場合、遅くなる場合があります。カテゴリー混合に行われる種目もありますが、表彰は各カテゴリー毎に行われます。天候によっては、更に混合で出走する場合があります。また、表彰対象競技を優先するため、リレーを後にする場合があります。監督会議は、各クラブ代表者が一名参加してください。また、そこで決定した事項は同クラブの選手にアナウンスしてください。