

【女子】

区	距離	地区	競技開始時刻	招集時刻	
				招集開始	招集完了
1区	6000m		10:00	9:30	9:45
2区	4000m		10:40	10:10	10:25
3区	3000m		11:05	10:35	10:50
4区	3000m		11:25	10:55	11:10
5区	5000m		11:45	11:15	11:30

【男子】

区	距離	地区	競技開始時刻	招集時刻	
				招集開始	招集完了
1区	10000m		12:30	12:00	12:15
2区	3000m	南関東	13:15	12:45	13:00
	3000m	北関東	13:30	13:00	13:15
3区	8000m		13:45	13:15	13:30
4区	8000m		14:20	13:50	14:05
5区	3000m	南関東	14:45	14:15	14:30
	3000m	北関東	15:05	14:35	14:50
6区	5000m	南関東	15:20	14:50	15:05
	5000m	北関東	15:45	15:15	15:30
7区	5000m	南関東	16:10	15:40	15:55
	5000m	北関東	16:35	16:05	16:20

終了予定時刻	16:55
--------	-------