

第15回GENJO打破 ペースメーカー表

開催日時 2023年8月20日（日）
 競技会場 世田谷区立総合運動場陸上競技場
 競技者受付 12時30分～競技開始30分前まで
 競技日程

●トラック競技

No	種目	組	スタート時刻	ペースメーカー①	ペースメーカー②	ペースメーカー③	ペースメーカー④	ペースメーカー⑤	
1	非公認 100m	男 1組	14:00	—	—	—	—	—	
2	非公認 100m	女 1組	14:05	—	—	—	—	—	
3	非公認 1500m	男 1組	14:20	1000m 3分10秒	1000m 3分20秒	1000m 3分30秒	—	—	
4	非公認 1500m	女 1組	上記NO3と同時スタート						
5	非公認 5000m	男 1組	14:40	3000m 11分00秒	3000m 12分00秒	3000m 12分45秒	—	—	
休憩									
1	公認 200m	男 1組	15:45	—	—	—	—	—	
2	公認 200m	女 1組	15:50	—	—	—	—	—	
3	公認 800m	女 1組	16:05	—	—	—	—	—	
4	公認 800m	男 1組	16:10	400m 65秒	—	—	—	—	
5	公認 800m	男 2組	16:15	400m 59秒	—	—	—	—	
6	公認 800m	男 3組	16:20	400m 57秒	—	—	—	—	
休憩									
7	公認 1500m	男 1組	17:00	1000m 3分07秒	1000m 3分20秒	—	—	—	
8	公認 1500m	男 2組	17:10	1000m 2分50秒	1000m 3分00秒	—	—	—	
9	公認 1500m	男 3組	17:20	1000m 2分45秒	1000m 2分50秒	—	—	—	
10	公認 1500m	男 4組	17:28	1000m 2分38秒	—	—	—	—	
11	公認 1500m	男 5組	17:35	800m 2分02秒	—	—	—	—	
12	公認 1500m	女 1組	17:45	—	—	—	—	—	
13	公認 100m	女 1組	18:00	—	—	—	—	—	
14	公認 100m	男 1～4組	18:05	—	—	—	—	—	
15	公認 3000m	男 1組	18:25	2000m 6分10秒	2000m 6分20秒	2000m 6分45秒	2000m 8分10秒	—	
16	公認 3000m	男 2組	18:40	2000m 5分50秒	2000m 6分00秒	—	—	—	
17	公認 3000m	女 1組	18:55	—	—	—	—	—	
18	公認 5000m	男 1組	19:10	3000m 10分00秒	3000m 10分30秒	3000m 11分00秒	—	—	
19	公認 5000m	男 2組	19:35	2000m 5分40秒	3000m 9分00秒	3000m 9分09秒	3000m 9分36秒	3000m 9分54秒	