

1区：800mのオープンラインでスタート
4周後に直進し、西側ゲートから外周へ
①で折り返す そのあと西側ゲートから
直進し中継所へ(約1.95km)

2区：中継後幅跳びのピットを横切り東側ゲート
から外周へ 南側ゲートから入場し
②で折り返す 周回し西側ゲートから
外周へ ①で折り返し場内へ戻り中継

3区：2区と同様 (1.25 km)

4区：2・3区と同様 場内へ入場直後直進し
100m スタートラインがゴール(約1.35 km)
総距離約5.6 km (3・4年生の部の1区は
1.55km にての総距離 5.2km)

900M タイムトライアル：西ゲート付近から外周
へ そのあと南側ゲートから入場して西
側ゲートから①地点で折り返す
再び西側ゲートから入場してゴールへ

