

コース説明及び招集について

区間	距離	招集完了時刻	招集場所	コース説明
----	----	--------	------	-------

<女子>

1区	3 km	10:50	競技場内	メイン競技場内、100mスタート地点より2列スタート 2周と1/4周を通過し、第1ゲートからコースへ 競技場裏を通り、周回コースへ 中継Aを通過し、中継Bで2区へ襍渡し
2区	2 km	10:55	中継B	中継Bから周回コースを1周し、中継Bで襍渡し
3区	2 km	11:00	中継B	中継Bから周回コースを1周し、中継Bで襍渡し
4区	2 km	11:10	中継B	中継Bから周回コースを1周し、中継Bで襍渡し
5区	3 km	11:15	中継B	中継Bから周回コースを1周し、さらに中継Bを通過し、 第3ゲート外付近から第4ゲートへ向かう 第4ゲートから競技場内を500m走りフィニッシュ

<男子>

1区	4 km	12:30	競技場内	メイン競技場内、100mスタート地点より2列スタート 2周と1/4周を通過し、第1ゲートからコースへ 競技場裏を通り、周回コースへ 中継Aを通過し、周回コースをさらに1周して2区へ襍渡し
2区	3 km	12:35	中継A	中継Aから周回コースを1周半し、中継Bで襍渡し
3区	3 km	12:45	中継B	中継Bから周回コースを1周半し、中継Aで襍渡し
4区	3 km	12:55	中継A	中継Aから周回コースを1周半し、中継Bで襍渡し
5区	3 km	13:05	中継B	中継Bから周回コースを1周半し、中継Aで襍渡し
6区	4 km	13:15	中継A	中継Aから周回コースを1周し、さらに中継Bを通過し、 第3ゲート外付近から第4ゲートへ向かう 第4ゲートから競技場内を500m走りフィニッシュ