

Time/競技開始	競技開始時間	選手コール	受付
10:00		10:00~ 受付開始	
10			
20			
30			10:30 1000m 第1組 受付終了
40			
50		10:45 1000m 第1組 選手コール	10:45 1000m第2組 受付終了
11:00	11:00~11:10 1000m 第1組	11:00 1000m 第2組 選手コール	11:05 1500m第1組 受付終了
10			
20	11:15~11:25 1000m 第2組		
30		11:20 1500m 第1組 選手コール	11:25 1500m第2組 受付終了
40	11:35~11:50 1500m 第1組	11:40 1500m 第2組 選手コール	11:40 1500m第3組 受付終了
50	11:55~12:05 1500m 第2組	11:55 1500m 第3組 選手コール	
12:00			
10	12:10~12:20 1500m 第3組		12:10 第1組 受付終了
20		12:25 第1組 選手コール	
30			
40	12:40~13:20 5000m 【第1組】 35分00秒~25分00秒		12:55 第2組 受付終了
50			
13:00			
10		13:05 第2組 選手コール	
20			
30	13:25~13:55 5000m 【第2組】 25分00秒~23分00秒		13:30 第3組 受付終了
40		13:45 第3組 選手コール	
50			
14:00			
10	14:00~14:25 5000m 【第3組】		14:00 第4組 受付終了
20		14:15 第4組 選手コール	
30	14:30~14:55 5000m 【第4組】		14:30 第5組 受付終了
40		14:45 第5組 選手コール	
50			
15:00			
10	15:00~15:25 5000m 【第5組】		15:00 第6組 受付終了
20		15:15 第6組 選手コール	
30	15:30~15:55 5000m 【第6組】		15:30 第7組 受付終了
40		15:45 第7組 選手コール	
50			
16:00			
10	16:00~16:25 5000m 【第7組】		16:00 第8組 受付終了
20		16:15 第8組 選手コール	
30	16:30~16:55 5000m 【第8組】 18分50秒~18分25秒		16:30 第9組 受付終了
40		16:45 第9組 選手コール	
50			
17:00			
10	17:00~17:20 5000m		16:55 第10組 受付終了
20		17:10 第10組 選手コール	
30	17:25~17:45 5000m 【第10組】 17分50秒~17分30秒		17:20 第11組 受付終了
40		17:35 第11組 選手コール	
50	17:50~18:10 5000m 【第11組】 17分30秒~17分00秒		
18:00			
10		18:00 第12組 選手コール	17:45 第12組 受付終了
20	18:15~18:35 5000m 【第12組】 16分59秒~16分10秒		18:10 第13組 受付終了
30		18:25 第13組 選手コール	
40	18:40~19:00 5000m 【第13組】 16分00秒~15分30秒		18:35 第14組 受付終了
50		18:50 第14組 選手コール	
19:00			
10	19:05~19:25 5000m 【第14組】 15分29秒~14分40秒		
20			
30	19:30~ ウィニングラン&記念撮影		
40			
50			