

令和6年度通信陸上最終調整練習会(中・長距離ブロック)

| 時間帯 | 種目 | 設定ペース | | | |
|-------------|--|--------|---|---------------------------------|----------|
| 8:30~8:45 | 開会行事(参加者受付確認, 組編成1組800mは18名程度, 1500mは24名程度, 3000mは35名程度) | | | | |
| 8:45~9:45 | 各自アップ ※アップは競技場外周辺やトラック外で行うようにしてください。 | | | | |
| 9:45~10:00 | 最終コール(ペースメイク確認等) | | | | |
| 10:00~10:10 | ①男子3000m(2000m~2400m程度) | | | 400m70~72" Δ -ス(8:57.00) | |
| | StarLightAC | 東 直輝 | 3 | 高取中 | 世利 直輝 2 |
| | 春日南中 | 川邊 孝志郎 | 3 | 高取中 | 大木 優 3 |
| | コスモスRC | 出田 隆之助 | 2 | KRC | 良永 一馬 3 |
| | 玄洋中 | 田中 理仁 | 3 | コスモスRC | 内藤 伊吹 2 |
| | 熊西中 | 杉平 颯志 | 3 | コスモスRC | 犬塚 壮琉 3 |
| | 友泉中 | 長 煌介 | 3 | KRC | 井上 峻 3 |
| | KRC | 松本 辿翔 | 3 | | |
| 10:10~10:20 | ②男子3000m(2000m~2400m程度) | | | 400m73~74" Δ -ス(9:15.00) | |
| | 多々良中 | 中山 廉太郎 | 3 | 八屋中 | 峰野 椋太 3 |
| | 本城陸上クラブ | 日高 大地 | 3 | StarLightAC | 赤星 陽悠 2 |
| | 壱岐中 | 松下 悠真 | 3 | KWC | 山口 晃太郎 3 |
| | 八屋中 | 和田 陽希 | 3 | コスモスRC | 山城 新 2 |
| | 津屋崎中 | 金原 悠人 | 3 | 津屋崎中 | 安永 陽悠 3 |
| 10:20~10:30 | ③男子3000m(2000m~2400m程度) | | | 400m75~76" Δ -ス(9:30.00) | |
| | 福岡城南中 | 城戸 晴仁 | 3 | 高取中 | 中本 崇史 3 |
| | 城西中 | 桑野 壮平 | 3 | 津屋崎中 | 安永 陽悠 3 |
| | KRC | 中村 雪洲 | 2 | KRC | 森 蓮太朗 3 |
| | 福岡田隈中 | 三角 奏大 | 3 | コスモスRC | 森本 虎琉 2 |
| 10:30~10:40 | ④女子1500m(1000m~1200m程度) | | | 400m73~75" Δ -ス(4:38.00) | |
| | StarLightAC | 藤田 優空 | 3 | StarLightAC | 諫山 莉子 2 |
| | 浅川中 | 川口 紗季 | 3 | StarLightAC | 入江 彩 2 |
| | 津屋崎中 | 花田 愛海 | 3 | 津屋崎中 | 福嶋 円嘉 3 |
| | KRC | 高田 希美 | 3 | コスモスRC | 宮木 結衣 2 |
| | StarLightAC | 立石 唯 | 2 | | |
| 10:40~10:50 | ⑤女子1500m(1000m~1200m程度) | | | 400m77~79" Δ -ス(4:50.00) | |
| | Lien AC | 西岡 真愛 | 2 | Lien AC | 牟田 美千瑠 3 |
| | 玄洋中 | 古川 小遥 | 3 | Lien AC | 安藤 麻桜 3 |
| | 香椎第二中 | 橋田 あおい | 2 | 浅川中 | 高場 世菜 2 |
| | 玄洋中 | 佐藤 晴流 | 3 | KRC | 上野 梨々 3 |

| | | | | | | |
|-------------|-------------------------|--------|--------|---------------------------------|--------|---|
| 10:50~11:00 | ⑥男子1500m(1000m~1200m程度) | | | 400m65~66" Δ -入(4:08.50) | | |
| | StarLightAC | 東 直輝 | 3 | 田原中 | 山本 陸人 | 3 |
| | コスモスRC | 山中 唯颯 | 3 | KRC | 牛島 成郁 | 3 |
| | 飯塚第二中 | 南 遼貴 | 3 | 姪浜中 | 中尾 健太郎 | 3 |
| | 河東中 | 岸本 羽琉 | 3 | aileRC | 米原 羽壺琉 | 3 |
| | 春日南中 | 川邊 孝志郎 | 3 | 姪浜中 | 本田 勇富 | 3 |
| 11:00~11:10 | ⑦男子1500m(1000m~1200m程度) | | | 400m68~69" Δ -入(4:15.00) | | |
| | 河東中 | 藤井 洵太 | 3 | 席田中 | 城 颯利 | 3 |
| | 日の里中 | 小野原 奏 | 3 | 城西中 | 高橋 空也 | 3 |
| | 福岡城南中 | 江里 幸翼 | 3 | 本城陸上クラブ | 繁田 留緯 | 3 |
| | KWC | 山口 晃太郎 | 3 | 本城陸上クラブ | 福田 義 | 2 |
| | 箱崎清松中 | 高木 彪桜 | 2 | 古賀ジュニア | 中村 迅 | 3 |
| 福岡田隈中 | 宮崎 颯介 | 2 | | | | |
| 11:10~11:20 | ⑧女子800m(600m~700m程度) | | | 200m33~34" Δ -入(2:16.50) | | |
| | StarLightAC | 藤田 優空 | 3 | Lien AC | 倉掛 心優 | 3 |
| | StarLightAC | 原田 はな | 2 | 牟田山中 | 今村 ひかり | 3 |
| | コスモスRC | 野中 陽菜乃 | 2 | コスモスRC | 吉永 奈々美 | 2 |
| | コスモスRC | 吉田 海陽 | 2 | StarLightAC | 入江 彩 | 2 |
| | 福岡城南中 | 石川 詞音 | 3 | StarLightAC | 諫山 莉子 | 2 |
| | KRC | 宮園 蓮菜 | 3 | KRC | 鹿田 日菜子 | 2 |
| 本城陸上クラブ | 酒見 志歩 | 1 | 河東中 | 福永 紗也 | 3 | |
| 11:20~11:30 | ⑨女子800m(600m~700m程度) | | | 200m35~36" Δ -入(2:24.00) | | |
| | 城西中 | 帯刀 さやか | 3 | StarLightAC | 難波 美月 | 1 |
| | 香椎第二中 | 山口 菜月 | 2 | StarLightAC | 杉平 楓 | 1 |
| | 河東中 | 上野 心陽 | 3 | 河東中 | 立川 美音 | 1 |
| 本城陸上クラブ | 橘 胡伯 | 2 | KRC | 福永 優梨華 | 2 | |
| 11:30~11:40 | ⑩男子800m(600m~700m程度) | | | 400m57~59" Δ -入(2:00.00) | | |
| | 福岡中 | 北渡瀬 陽太 | 3 | 飯塚第二中 | 和田 龍真 | 3 |
| | むなかたアカデミー | 長谷 泰河 | 3 | 多々良中 | 酒井 康乃介 | 3 |
| | 多々良中 | 清田 健介 | 3 | 御陵中 | 八坂 翼 | 3 |
| | 川崎中 | 堀之内 悠 | 3 | 宗像河東中 | 田中 信 | 3 |
| | コスモスRC | 田村 夷久磨 | 3 | 本城陸上クラブ | 塚田 倅斗 | 2 |
| 牟田山中 | 木下 結斗 | 3 | KRC | 永田 敦士 | 3 | |
| 11:40~11:50 | ⑪男子800m(600m~700m程度) | | | 400m61~63" Δ -入(2:06.00) | | |
| | 福岡城南中 | 中村 虹太 | 3 | 玄洋中 | 斉藤 希祐 | 3 |
| | 席田中 | 姉川 雷雅 | 3 | 田原中 | 塚本 悠己 | 3 |
| | 津屋崎中 | 中山 忠士 | 3 | 津屋崎中 | 大門 暁綺 | 3 |
| 本城陸上クラブ | 有田 陽生 | 3 | 古賀ジュニア | 志手 海斗 | 3 | |
| 12:15~12:25 | 閉会行事(通信陸上当日に向けての講評) | | | | | |