

2026 U20日本陸上競技選手権大会

競 技 日 程

[▽今大会の撮影ルール](#)

対象	スマホとタブレットのみ	左記以外の一眼レフ・ デジカメ・ビデオカメラ等
観客・保護者・一般来場者	○	×
選手・監督・コーチ	○	×
・報道(指定ピス着用者) ・主催者が認めた ピス着用者(科学委員会等)	○	○

第1日目 10月3日(土)

〔トラック競技〕

順序	開始時刻	男女	種 目	ラウンド	組－着＋上位	招集時刻			人数
						組	開始	完了	
1	10:00	女子	400m	予選	3－2＋2	1・2	9:30	9:40	
						3	9:40	9:50	
2	10:15	男子	400m	予選	3－2＋2	1・2	9:45	9:55	
						3	9:55	10:05	
3	10:35	女子	1500m	予選	2－5＋2		10:05	10:15	
4	10:50	女子	1500m	予選	2－5＋2		10:20	10:30	
5	11:15	女子	100mH	予選	4－1＋4	1・2	10:45	10:55	
						3・4	10:55	11:05	
6	11:35	男子	110mH	予選	4－1＋4	1・2	11:05	11:15	
						3・4	11:15	11:25	
7	12:00	女子	100m	予選	4－1＋4	1・2	11:30	11:40	
						3・4	11:40	11:50	
8	12:20	男子	100m	予選	5－1＋3	1・2	11:50	12:00	
						3・4	12:00	12:10	
						5	12:10	12:20	
9	13:00	女子	800m	予選	3－2＋2	1・2	12:30	12:40	
						3	12:40	12:50	
10	13:20	男子	800m	予選	4－1＋4	1・2	12:50	13:00	
						3・4	13:00	13:10	
11	13:45	女子	100mH	B決勝			13:20	13:30	
12	13:55	女子	100mH	決勝			13:30	13:40	
13	14:05	男子	110mH	B決勝			13:40	13:50	
14	14:15	男子	110mH	決勝			13:50	14:00	
15	14:30	女子	100m	B決勝			14:05	14:15	
16	14:40	男子	100m	B決勝			14:15	14:25	
17	14:50	女子	100m	決勝			14:25	14:35	
18	15:00	男子	100m	決勝			14:35	14:45	
19	15:15	女子	400m	決勝			14:50	15:00	
20	15:25	男子	400m	決勝			15:00	15:10	
21	15:40	女子	3000m障害	決勝			15:15	15:25	
22	16:05	男子	3000m障害	決勝			15:40	15:50	
23	16:25	女子	5000m	決勝			16:00	16:10	
24	16:50	男子	5000m	決勝			16:25	16:35	

〔跳躍競技〕

順序	開始時刻	男女	種 目	ラウンド	競 技 場 所	招集時刻		人数
						開始	完了	
1	9:55	女子	棒高跳	決勝	バック1ピット	8:25	8:35	
2	10:30	女子	走幅跳	決勝	メイン1ピット	9:40	9:50	
3	14:00	男子	走幅跳	決勝	メイン1ピット	13:10	13:20	
4	14:35	男子	棒高跳	決勝	バック1ピット	13:05	13:15	

〔投てき競技〕

順序	開始時刻	男女	種 目	ラウンド	競 技 場 所	招集時刻		人数
						開始	完了	
1	9:50	女子	ハンマー投	決勝	Aゾーン	9:00	9:10	
2	12:15	男子	円盤投	決勝	Aゾーン	11:25	11:35	
3	12:30	女子	砲丸投	決勝	Bゾーン	11:40	11:50	
4	14:35	男子	ハンマー投	決勝	Aゾーン	13:45	13:55	

▽今大会の撮影ルール

対象	スマホとタブレットのみ	左記以外の一眼レフ・ デジカメ・ビデオカメラ等
観客・保護者・一般来場者	○	×
選手・監督・コーチ	○	×
報道(指定ピブス着用者) 、主催者が認めた ピブス着用者(科学委員会等)	○	○

第2日目 10月4日(日) 〔トラック競技〕

	競技開始	男 女	種 目	ラウンド	組-着-上位	招 集			人数
						組	開始	完了	
1	10:00	女子	400mH	予選	3－2＋2	1・2	9:30	9:40	
						3	9:40	9:50	
2	10:20	男子	400mH	予選	3－2＋2	1・2	9:50	10:00	
						3	10:00	10:10	
3	10:40	女子	200m	予選	4－1＋4	1・2	10:10	10:20	
						3・4	10:20	10:30	
4	11:00	男子	200m	予選	5－1＋3	1・2	10:30	10:40	
						3・4	10:40	10:50	
						5	10:50	11:00	
開催県主催のサブイベントを実施									
5	13:30	女子	1500m	決勝			13:05	13:15	
6	13:40	男子	1500m	決勝			13:15	13:25	
7	13:55	女子	200m	B決勝			13:30	13:40	
8	14:05	男子	200m	B決勝			13:40	13:50	
9	14:15	女子	200m	決勝			13:50	14:00	
10	14:25	男子	200m	決勝			14:00	14:10	
11	14:40	女子	400mH	決勝			14:15	14:25	
12	14:50	男子	400mH	決勝			14:25	14:35	
13	15:05	女子	800m	決勝			14:40	14:50	
14	15:15	男子	800m	決勝			14:50	15:00	
15	15:30	女子	3000m	決勝			15:05	15:15	
16	15:45	男子	3000m	決勝			15:20	15:30	

〔跳躍競技〕

順序	開始時刻	男女	種 目	ラウンド	競 技 場 所	招 集 時 刻		人数
						開始	完了	
1	9:45	女子	走高跳	決勝	Aゾーン	8:55	9:05	
2	10:10	女子	三段跳	決勝	メイン1ピット	9:20	9:30	
3	13:00	男子	走高跳	決勝	Aゾーン	12:00	12:10	
4	13:25	男子	三段跳	決勝	メイン1ピット	12:35	12:45	

〔投てき競技〕

順序	開始時刻	男女	種 目	ラウンド	競 技 場 所	招 集 時 刻		人数
						開始	完了	
1	9:50	男子	砲丸投	決勝	Bゾーン	9:00	9:10	
2	9:55	女子	円盤投	決勝	Aゾーン	9:05	9:15	
3	11:40	男子	やり投	決勝	Bゾーン	10:50	11:00	
4	14:35	女子	やり投	決勝	Bゾーン	13:45	13:55	

※ 投てき競技については、投てき練習場がないため競技開始前に3投の練習試技を行うことができる。