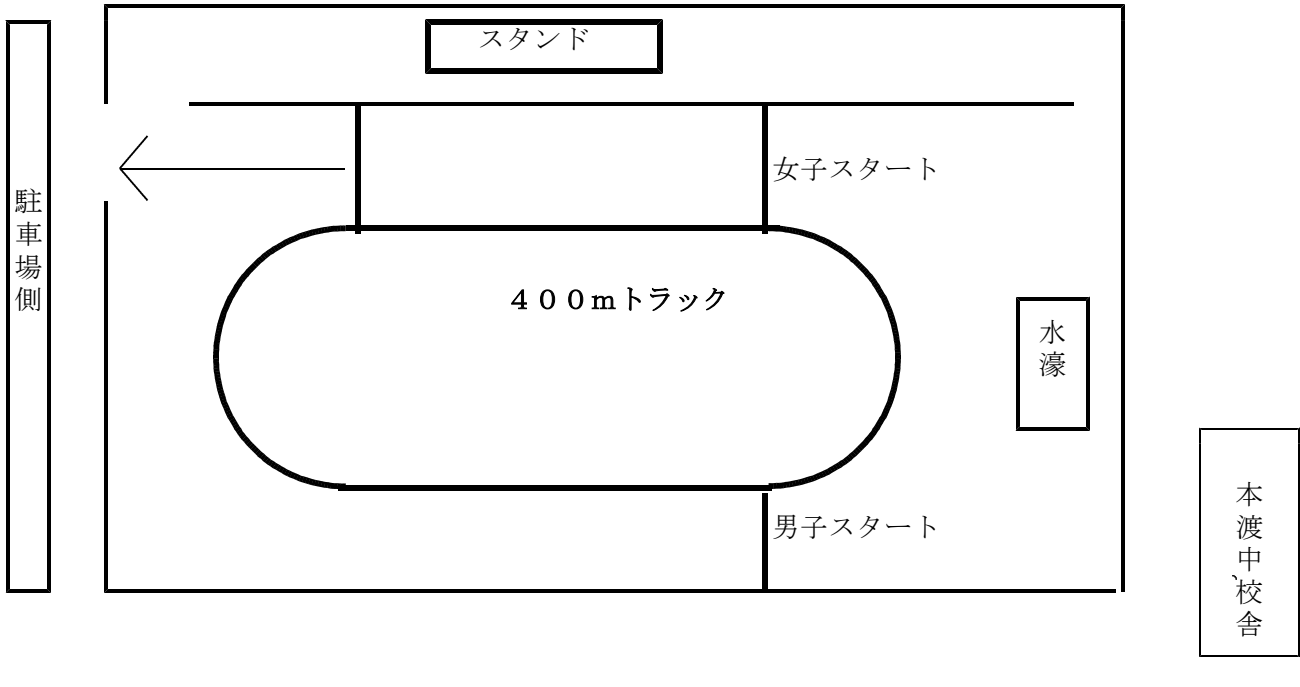


☆ 「スタート図」 (男女とも同じ)

*男女それぞれグラウンドを1周し、競技場を出る。(女子約500m、男子約600m)



☆ 「フィニッシュ図」 (男女とも同じ)

*グラウンドへ入り、第3コーナーまで5レーンを走り、第3コーナーから1レーンに入る。そのままバックストレート中間まで走りフィニッシュ。

