

電子ペーサー設定タイム

種目名	ペース1	ペース2
女子1500m 1組目	6'00	
女子1500m 2組目	5'30	
女子1500m 3組目	5'20	
女子1500m 4組目	5'10	
女子1500m 5組目	4'50	
男子1500m 1組目	5'30	
男子1500m 2組目	4'00	
男子3000m 1組目	10'30	11'00
男子3000m 2組目	10'20	10'40
男子3000m 3組目	10'10	10'30
男子3000m 4組目	9'50	10'00
男子3000m 5組目	9'40	10'00
男子3000m 6組目	9'30	9'40
男子3000m 7組目	8'40	9'10
女子3000m	9'30	10'00
男子5000m	14'30	15'00