

当日の予定

- 5:00 三宅島到着(定期船利用の場合)
貸切バスにて各宿へ送迎、仮眠
- 7:30 朝食(各宿にて)
- 8:30 貸切バスにて、会場への参加者ピックアップ開始(宿巡回)
- 9:00 受付開始
- 9:50 ビーチクリーン
(環境配慮型競技会:参加者による一斉清掃)
- 10:10 開会式
- 10:30 5km・2.5km 体操・ウォームアップ・競技説明
- 11:00 5km・2.5km スタート
- 12:20 2.5km 終了予定
- 13:00 5km 終了予定
- 13:10 500m×4リレー 体操・ウォームアップ・競技説明
- 13:40 500m×4リレー スタート
- 14:40 全競技終了 フリータイム(温泉入浴など)
- 15:30 閉会式
- 16:00 表彰式・懇親会
- 17:30 解散(選手を各宿まで貸切バスにて送迎、各宿にて夕食)

★当日の天候その他の状況により、予定は変更になることも
ありますので、時間に余裕を持ってお越しください。

★受付を済ませていない方は競技にご参加いただけません。