

時間	檢錄時間	男子										女子									
		05年	06年	07年	08年	09年	10年	11年	12年	13年	14年	05年	06年	07年	08年	09年	10年	11年	12年	13年	14年
0900	0840-0850	100米初	100米初			跳遠 A				20米	20米			跳遠 B					20米	20米	
0905	0845-0855			100米初				30米	30米												
0910	0850-0900				100米初					30米	30米						30米				
0915	0855-0905					100米初												30米	30米	30米	
0920	0900-0910						100米初														
0925	0905-0915									立定跳遠A		100米初	100米初			60米欄	60米欄	60米欄	60米欄		
0930	0910-0920				跳遠 A			60米欄	60米欄					100米初							
0935	0915-0925					60米欄								100米初							
0940	0920-0930						60米欄					跳遠 B			100米初	100米初					
0945	0925-0935	60米初	60米決								立定跳遠A								擲豆袋 B		
0950	0930-0940			60米初					擲豆袋 A											立定跳遠B	
0955	0935-0945				60米初																
1000	0940-0950	跳遠 A				60米初															
1005	0945-0955						60米初								跳遠 B		立定跳遠B	立定跳遠B			
1010	0950-1000							60米初	60米初							擲豆袋 B					
1015	0955-1005									60米初		60米初									
1020	1000-1010			跳遠 A			立定跳遠A						60米初	60米初							
1025	1005-1015														60米初	60米初					
1030	1010-1020															60米初	60米初				
1035	1015-1025												跳遠 B					60米決	60米初		
1040	1020-1030	400米決																			
1050	1030-1040		400米決	400米決	400米決		擲豆袋 A	立定跳遠A								立定跳遠B					
1055	1035-1045															跳遠 B					
1100	1040-1050											400米決	400米決				擲豆袋 B				
1105	1045-1055													400米決	400米決						
1110	1050-1100	100米決	100米決	100米決	100米決	100米決	100米決														
1120	1100-1110									立定跳遠A	擲豆袋 A	100米決	100米決	100米決	100米決	100米決	100米決		擲豆袋 B		
1130	1110-1120	1609米	1609米	1609米	1609米														立定跳遠B		
1140	1120-1130							擲豆袋 A													
1145	1125-1135		跳遠 A									1609米	1609米	1609米	1609米						
1200	1140-1150	60米決		60米決	60米決	60米決	60米決	60米決	60米決	60米決											
1210	1150-1200											60米決	60米決	60米決	60米決	60米決	60米決		60米決		
1220	1200-1210	200米決	200米2																		
1225	1205-1215			200米決	200米決	200米決															
1230	1210-1220											200米決	200米決								
1235	1215-1225													200米決	200米決	200米決					
1240	1220-1230	4X100	4X100	4X100	4X100	4X100															
1250	1230-1240											4X100	4X100	4X100	4X100	4X100					

1)請所有運動員到達運動場後，先到報到處(看台中間入口處)領取號碼布，並將號碼布扣在胸前。

2)請留意電子板上大鐘及檢錄宣佈，於檢錄時間內到達檢錄處報到(徑項檢錄處設於100米起點看台，並由工作人員帶領到比賽場地方可參賽，田賽項目可直接到比賽場地報到。

螢光紅字的徑項項目請到1500起跑位置檢錄

3)跳遠(A)場地設於100米起點旁近看台沙池，跳遠(B)場地設於100米起點旁近跑道沙池

4)立定跳遠場地設於近終點處的跳高位置

5)擲豆袋場地位於近100米起點，即場地左上方。

6)由於參賽人數眾多，除60米及100米外，其他項目不設初賽，將以成績判斷名次。

7)本會備有兒童尺碼跑鞋及釘鞋訂購，有興趣可到司令台查詢