

東華三院邱子田紀念中學
第四十屆社際陸運會 (2022-23)

二零二三年三月八日 (星期三)

第二天賽程

	男甲	男乙	男丙	女甲	女乙	女丙
8:15-8:30	學生報到			準備工作		
8:30-9:35	110 欄(F)①	100 欄(F)②	100 欄(F)③ 跳遠④	100 欄(F)⑤ 鐵餅⑥	100 欄(F)⑦	100 欄(F)⑧ 鉛球⑨
	400(F)⑩	400(F)⑪	400(F)⑫	400(F)⑬	400(F)⑭	400(F)⑮
9:35-10:30	3000(O)⑯	鐵餅⑰		跳遠⑱	鉛球⑲	跳高⑳
10:30-11:05	100(F)㉑	100(F)㉒	100(F)㉓ 跳高㉔	100(F)㉕ 標槍㉖	100(F)㉗ 跳遠㉘	100(F)㉙
11:05-11:50	800(F)㉚ 鉛球㉛ 三級跳㉜	800(F)㉝	800(F)㉞	800(F)㉟	800(F)㊱	800(F)㊲
11:50-12:15	4X100㉛	4X100㉞	4X100㉟	4X100㊱	4X100㊲	4X100㊳
12:15-1:45	午 膳					
1:45-2:00	學生報到			準備工作		
2:00-2:30	班際接力賽 中一④④/中二④⑤/中三④⑥/中四④⑦/中五④⑧/中六④⑨					
2:30-2:50	小學友校接力邀請賽男子組⑤⑩、女子組⑤⑪					
2:50-3:00	嘉賓及舊生接力賽⑤⑫					
3:00-3:40	頒獎禮					

註: (F): Final:決賽 (O): Open:公開賽

① - ⑤⑫ 項目及次序