競技順序（タイムテーブル）

第1日：2022年5月28日（土）

男子十種競技：39名			
開始時間	種目	組数	ページ
9:00	100m	6	
10:00	走幅跳	2	
12:00	砲丸投	1	
13:30	走高跳	2	
16:30	400m	6	

女子七種競技：6名			
開始時間	種目	組数	ページ
10:30	80mH	2	
10:30	80mH	1	
10:30	100mH	1	
11:50	走高跳	1	
13:00	砲丸投	1	
14:20	200m	1	

男子五種競技：15名			
開始時間	種目	組数	ページ
9:00	走幅跳	1	
10:30	やり投	1	
12:00	200m	2	
13:30	円盤投	1	
15:10	1500m	1	

女子五種競技：1名			
開始時間	種目	組数	ページ
9:50	80mH	1	
10:40	走高跳	1	
11:30	砲丸投	1	
13:00	走幅跳	1	
16:00	800m	1	

第2日：2022年5月29日（日）

男子十種競技：39名			
開始時間	種目	組数	ページ
9:00	80mH	1	
9:10	100mH	3	
9:30	110mH	2	
10:30	円盤投	1	
12:00	棒高跳	2	
14:40	やり投	1	
16:10	1500m	3	

女子七種競技：6名			
開始時間	種目	組数	ページ
10:30	走幅跳	1	
12:40	やり投	1	
14:00	800m	1	

男子五種競技：24名			
開始時間	種目	組数	ページ
9:00	走幅跳	2	
11:30	やり投	1	
12:50	200m	3	
13:30	円盤投	1	
14:40	1500m	2	