

競技日程

| | | | | 第1次コール | | |
|----|---------|----|-------|--------|---|-------|
| | | | | 開始時間 | ～ | 終了時間 |
| 男子 | 800m | 1組 | 13:40 | 13:10 | ～ | 13:30 |
| 男子 | 800m | 2組 | 13:45 | 13:15 | ～ | 13:35 |
| 男子 | 800m | 3組 | 13:50 | 13:20 | ～ | 13:40 |
| 男子 | 800m | 4組 | 13:55 | 13:25 | ～ | 13:45 |
| 女子 | 1500m | 1組 | 14:00 | 13:30 | ～ | 13:50 |
| 女子 | 1500m | 2組 | 14:10 | 13:40 | ～ | 14:00 |
| 男子 | 1500m | 1組 | 14:20 | 13:50 | ～ | 14:10 |
| 男子 | 1500m | 2組 | 14:30 | 14:00 | ～ | 14:20 |
| 男子 | 1500m | 3組 | 14:40 | 14:10 | ～ | 14:30 |
| 男子 | 3000mSC | 1組 | 14:50 | 14:20 | ～ | 14:40 |
| 女子 | 3000mSC | 1組 | 15:15 | 14:45 | ～ | 15:05 |
| 男子 | 3000m | 1組 | 15:35 | 15:05 | ～ | 15:25 |
| 男子 | 3000m | 2組 | 15:55 | 15:25 | ～ | 15:45 |
| 女子 | 3000m | 1組 | 16:10 | 15:40 | ～ | 16:00 |
| 女子 | 3000m | 2組 | 16:30 | 16:00 | ～ | 16:20 |
| 男子 | 5000m | 1組 | 16:45 | 16:15 | ～ | 16:35 |
| 男子 | 5000m | 2組 | 17:10 | 16:40 | ～ | 17:00 |
| 男子 | 5000m | 3組 | 17:35 | 17:05 | ～ | 17:25 |
| 男子 | 800m | 5組 | 17:55 | 17:25 | ～ | 17:45 |
| 女子 | 800m | 1組 | 18:00 | 17:30 | ～ | 17:50 |
| 女子 | 1500m | 3組 | 18:05 | 17:35 | ～ | 17:55 |
| 男子 | 5000m | 4組 | 18:15 | 17:45 | ～ | 18:05 |
| 女子 | 5000m | 1組 | 18:40 | 18:10 | ～ | 18:30 |
| 男子 | 3000m | 3組 | 19:05 | 18:35 | ～ | 18:55 |
| 男子 | 1500m | 4組 | 19:20 | 18:50 | ～ | 19:10 |
| 女子 | 3000m | 3組 | 19:30 | 19:00 | ～ | 19:20 |
| 男子 | 5000m | 5組 | 19:45 | 19:15 | ～ | 19:35 |
| 女子 | 5000m | 2組 | 20:05 | 19:35 | ～ | 19:55 |
| 男子 | 5000m | 6組 | 20:30 | 20:00 | ～ | 20:20 |
| | | | 20:50 | | | |