年代別ポイントタイム早見表

■男子：フルマラソンタイム

獲得ポイント	19～29歳	30～34歳	35～39歳	40～44歳	45～49歳	50～54歳	55～59歳	60～64歳	65～69歳	70歳以上
100	2:23:59以内	2:26:59以内	2:28:59以内	2:31:59以内	2:35:59以内	2:41:59以内	2:45:59以内	2:57:59以内	3:09:59以内	3:29:59以内
99～90	2:24:00～2:28:59	2:27:00～2:31:59	2:29:00～2:33:59	2:32:00～2:36:59	2:36:00～2:40:59	2:42:00～2:46:59	2:46:00～2:50:59	2:58:00～3:02:59	3:10:00～3:14:59	3:30:00～3:34:59
89～80	2:29:00～2:33:59	2:32:00～2:36:59	2:34:00～2:38:59	2:37:00～2:41:59	2:41:00～2:45:59	2:47:00～2:51:59	2:51:00～2:55:59	3:03:00～3:07:59	3:15:00～3:19:59	3:35:00～3:39:59
79～70	2:34:00～2:38:59	2:37:00～2:41:59	2:39:00～2:43:59	2:42:00～2:46:59	2:46:00～2:50:59	2:52:00～2:56:59	2:56:00～3:00:59	3:08:00～3:12:59	3:20:00～3:24:59	3:40:00～3:44:59
69～60	2:39:00～2:43:59	2:42:00～2:46:59	2:44:00～2:48:59	2:47:00～2:51:59	2:51:00～2:55:59	2:57:00～3:01:59	3:01:00～3:05:59	3:13:00～3:17:59	3:25:00～3:29:59	3:45:00～3:49:59
59～50	2:44:00～2:48:59	2:47:00～2:51:59	2:49:00～2:53:59	2:52:00～2:56:59	2:56:00～3:00:59	3:02:00～3:06:59	3:06:00～3:10:59	3:18:00～3:22:59	3:30:00～3:34:59	3:50:00～3:54:59
・	・	・	・	・	・	・	・	・	・	・

■女子：フルマラソンタイム

獲得ポイント	19～29歳	30～34歳	35～39歳	40～44歳	45～49歳	50～54歳	55～59歳	60～64歳	65～69歳	70歳以上
200	2:57:59以内	3:02:59以内	3:04:59以内	3:04:59以内	3:08:59以内	3:14:59以内	3:17:59以内	3:24:59以内	3:59:59以内	4:24:59以内
199～180	2:58:00～3:07:59	3:03:00～3:12:59	3:05:00～3:14:59	3:05:00～3:14:59	3:09:00～3:18:59	3:15:00～3:24:59	3:18:00～3:27:59	3:25:00～3:34:59	4:00:00～4:09:59	4:25:00～4:34:59
179～160	3:08:00～3:17:59	3:13:00～3:22:59	3:15:00～3:24:59	3:15:00～3:24:59	3:19:00～3:28:59	3:25:00～3:34:59	3:28:00～3:37:59	3:35:00～3:44:59	4:10:00～4:19:59	4:35:00～4:44:59
159～140	3:18:00～3:27:59	3:23:00～3:32:59	3:25:00～3:34:59	3:25:00～3:34:59	3:29:00～3:38:59	3:35:00～3:44:59	3:38:00～3:47:59	3:45:00～3:54:59	4:20:00～4:29:59	4:45:00～4:54:59
139～120	3:28:00～3:37:59	3:33:00～3:42:59	3:35:00～3:44:59	3:35:00～3:44:59	3:39:00～3:48:59	3:45:00～3:54:59	3:48:00～3:57:59	3:55:00～4:04:59	4:30:00～4:39:59	4:55:00～5:04:59
119～100	3:38:00～3:47:59	3:43:00～3:52:59	3:45:00～3:54:59	3:45:00～3:54:59	3:49:00～3:58:59	3:55:00～4:04:59	3:58:00～4:07:59	4:05:00～4:14:59	4:40:00～4:49:59	5:05:00～5:14:59
・	・	・	・	・	・	・	・	・	・	・