出発点	主 任	マーシャル	競技者	兼出発係	アナウンサー兼場内整理	走路警備員	荷物係	イベント係
松本城公園	宮澤 真一	鹿野 拓臣	上條 昌夫	村本 千絵美	上條 盛子	松岡 利明	加藤 麻純	中原 信一
			北野 文彦			榛葉 伸二、平林 千青		

中継点	主 任	競走審判員	計時員	計時記録員	出発係	アナウンサー兼場内整理	走路警備員	荷物係	給水係	重点監察
第1中継所	冨永 浩一	勝野 仁深	森泉 哲	井出 竜也	宮澤 憲二	大出 美晴	望月 政和	杉村 政徳	黒岩 新弥	
庄 内		上條 健	冨永 大輔		有馬 修治(研)	松本国際3名	吉川友規、石田佳史			
第2中継所	降幡 明生	上野 忠明	北川 一美	高安 結衣	内山 英雄	原田 真由美	清澤 知世	百瀬 州一	福島 響希	
塩 尻		松本国際3名	降幡 一生		久保田 聡(研)		松本国際3名	大内 直樹		
第3中継所	武重 高司	水谷 範久	小川 淳	木戸岡 和孝	阪 圭央	上條 のあ	桑原 義貴	縣 正樹	中島 公徳	
北小野							井出哲治、一本鎗美希			
第4中継所	橘 麗仁	新村 昌之	清水 茂美	堀 晃	中澤 隆一	小松 友美	林 純也(研)	日達 忍	給水なし	
辰 野		小平 真紀		今井 正子	茅野2名		羽川英一、小林汰介	茅野2名		
第5中継所	武居 悠輔	小澤 哲彦	中村 茂夫		宮澤 輝久	藤森 直明	坂本 武志	土屋 秀徳	竹入 増男	(沢上交差点)
羽 場		伊那北2名					北沢 正親	伊那北2名		町田 超
第6中継所	河西 まゆみ	矢沢 翔吾	田中 米人	久高 拓馬	遠山 正洋	堀向 英次	濵 喜一郎	山﨑 陽太	給水なし	
南箕輪		吉山めぐみ(協)			伊那北2名		大久保貴志、青木 学	伊那北2名		
第7中継所	小牧 学	竹内 秀樹	桜井 健一	唐澤 良二	白鳥 次男	池田 杏奈	伊那市職員	鈴木 修	伊那市職員	
伊 那		伊那北2名	北原 涼平			高遠3名	唐澤佑輝、一ノ瀬友里恵	高遠2名		
第8中継所	中川 敬介	伊藤 秀充	林 千尋	鈴木 昌幸	福島 健一	北村 育代	深井 郁夫	山本 周一	星野 那和	
藤沢川		伊那弥生ヶ丘2名					伊那弥生ヶ丘2名			
第9中継所	宮原 喜与志	下島 修	菅原 航陽	矢澤 幸子(研)	中澤 博和	宮澤 けい	駒ヶ根市職員	岡 英一	給水なし	(北の原交差点)
駒ヶ根		伊那北2名			伊那北2名		伊那北2名	清水 勝大		今井 早苗
第10中継所	竹内 俊彦	平林 哲郎	小池 孝行	大久保太郎(研)	河野 繁(協)	金森 佑奈	駒ヶ根市職員	湯本 昌彦	中島 瑞樹(協)	(福岡南交差点)
伊那福岡		赤穂2名			赤穂2名		赤穂2名	青木 重喜		小原 康雄
第11中継所	玉垣 政博	松﨑 文哉(協)	安富 郁勇	杉原 恵美子(協)	中川陸上クラブ	橋場 直啓	丸岡 修	勾田 達也(協)	シナノ体器	
伊那本郷		赤穂2名					村松 諒、樋口有依	赤穂1名		
第12中継所	関 博文	菅沼 美風	中嶋 康晴	髙野 涼	関 秀之(研)	原 武司	山本 結萌	松村 健一	原田 未朱	
伊那大島		松川2名			飯田1名	樽澤 智(研)	平澤 宏幸	林 龍介(協)		
第13中継所	塩澤 孝仁	林 清志	市瀬 芳明	羽生 彩七	知沢 和輝	田中 里歩	丸山 玲央	松﨑 良実	松島 稜之	(出砂原交差点)
高森		飯田2名	中山 愛梨			風越2名	関川 幸男	丸山 義文	OIDE2名	柳 哲生
				I						
決勝点	主任	競走審判員	競走記録員	計時員	計時記録員	アナウンサー兼場内整理	走路警備員	荷物係		監察
	高野 喜宏	熊谷 賢二	櫻井 金好	北原 誠治	石井 克之	大坪 章男	中村賢太郎	山浦 真洸	(高羽合庁交差点)	(桜町駅下交差点)
飯田合同庁舎				菅沼 望子(研)		小泉 美希			大蔵 豊	竹折 正司
		風越2名				OIDE2名	飯田10名	下農2名		下農2·OIDE5名