

| Start Number | Name | NOC | Handicap Time |
|---|--------|-------------|---------------|
| 1 | 山中 詩乃 | JPN - Japan | 0:00 |
| 2 | 柴田 華 | JPN - Japan | 0:20 |
| 3 | 太田 捺 | JPN - Japan | 0:22 |
| 4 | 有路 萌 | JPN - Japan | 0:24 |
| 5 | 才藤 歩夢 | JPN - Japan | 0:37 |
| 6 | 桑名 知可子 | JPN - Japan | 0:58 |
| 7 | 繁原 ひなの | JPN - Japan | 1:15 |
| 8 | 横川 汐音 | JPN - Japan | 1:26 |
| 9 | 太田 楓 | JPN - Japan | 1:36 |
| The remaining pentathletes will start as a pack 2:00 behind the leader | | | |
| 10 | 内田 美咲 | JPN - Japan | 4:47 |
| 11 | 田口 そよ風 | JPN - Japan | 5:45 |
| 12 | 濱屋 玲奈 | JPN - Japan | 5:56 |
| 13 | 野崎 美羽 | JPN - Japan | 7:07 |