

競技注意事項

1 競技規則について

2022 年度日本陸上競技連盟競技規則ならびに本大会の申し合わせ事項により実施する。

※競技規則 TR5.2 に適合しないシューズの使用は認めない。ただし、小学生種目には適用しない。

2 ウォーミングアップについて

- (1) ウォーミングアップはサブトラックを使用し係員の指示に従い行うこと。(芝生内は立ち入り禁止)
- (2) フィールド種目の練習は招集完了後に競技役員の指示により競技場内で行う。
- (3) サブトラックおよび公園内での投てき練習は一切禁止する。

3 招集について

- (1) 招集所は雨天練習場に設ける。
- (2) 各種目の招集開始・完了時刻はプログラムの競技日程欄に記載の通りとする。
- (3) 招集の手順

- ① 招集開始時刻に招集所で競技者係の点呼を受ける。

その際、アスリートビブス、スパイク・ランニングシューズの確認・点検を受け、トラック競技は腰ナンバーを受け取る。なお、長距離種目は別ナンバーも受け取ること。

* スパイクピンの長さー走高跳・やり投：12mm 以内 その他は 9mm 以内

* 競技用シューズのソールの最大の厚さ

800m未満のトラック種目、三段跳以外のフィールド種目：20 mm以内

800m以上のトラック種目、三段跳：25 mm以内

- ② 点呼の代理は認めない。ただし、2 種目にわたって同時刻に出場する競技者は、あらかじめ本人が競技者係へ多種目同時出場届を提出し、併せて招集に来ることが出来ない種目の点呼（アスリートビブス・腰ナンバーカード・スパイク等の確認・点検）を受けておくこと。その場合に限り点呼の代理を認める。
- ③ 招集完了時刻に遅れた競技者は出場できない。
- ④ 当該種目を欠場する者はあらかじめ欠場届を競技者係に提出すること。
* 多種目同時出場届、欠場届は、招集所備え付け、またはホームページからプリントアウトした用紙を使用すること。

4 競技について

- (1) トラック競技の予選は全てタイムレースで行う。
- (2) レーン、試技順はすべてプログラム記載番号順とする。
- (3) 小学生リレーは2回目以降に不正スタートをしたチームを失格とする。
- (4) リレー種目のオーダー用紙の提出について（プログラム巻末のリレーオーダー用紙を使用すること）
予 選：第 1 組の招集完了時刻の 2 時間前から 1 時間前までに競技者係に提出すること。
決 勝：変更の有無にかかわらず、招集完了時刻の 1 時間前から 30 分前までに競技者係に提出すること。
- (5) 3000m・5000mは別ナンバーを使用しグループスタートで行う。
- (6) 別ナンバーは競技終了後にフィニッシュ地点のナンバー係に返却すること。
- (7) 走高跳・棒高跳のバーの上げ方は下記の通りとする。(天候により変更する場合もある)

男子 高校生以上 走高跳	練習 1m70 1m90	1m75-1m80-1m85-1m90-1m93	以後 3cm
女子 中学生 走高跳	練習 1m30 1m45	1m35-1m40-1m45-1m48-1m51	以後 3cm
男子 高校生以上 棒高跳	練習 3m00~5m00	3m30-3m40-3m50-3m60-3m70	以後 10cm
女子 高校生以上 棒高跳	練習 3m30~3m80	3m20-3m30-3m40-3m50-3m60	以後 10cm

※ 1 位決定のバーの上げ下げは、走高跳 2cm、棒高跳 5cm とする。

- (8) 競技運営上フィニッシュ地点で、3000m=15 分、5000m=20 分で残りの周回に入らず競技を打ち切る。
- (9) 走幅跳、三段跳、砲丸投、円盤投、やり投は計測基準を設ける。

5 競技用具について

- (1) 投てき用具は主催者が用意したものを使用しなければならない。ただし、やりは検査を受けて自己のものを使用することができるがこの場合は共用となる。
検査時刻ー 12:30~12:50 検査場所ーフィニッシュ側器具庫
- (2) 棒高跳用ポールは跳躍審判員の確認を受け自己のポールを使用する。

6 対抗得点について

1位-8点 2位-7点 3位-6点 4位-5点 5位-4点 6位-3点 7位-2点 8位-1点とする。

7 その他

- (1) 記録証明書を希望する者は1種目500円を添えて本部庶務係まで申し出ること。
- (2) ゴミは各自で必ず持ち帰ること。

競技場所への移動経路について

種 目	入場ゲート	競技場所への移動経路
100m 100mH 110mH	100mスタート側	Bゾーン側ダッグアウトを通過して第3コーナー外側からスタート地点へ
3000m 5000m		
棒 高 跳 円 盤 投 や り 投		
砲 丸 投		
走 幅 跳 三 段 跳		
400m		
300m 1500m 300mH 走 高 跳	フィニッシュ側	Aゾーン側ダッグアウトを通過して第2コーナー外側からスタート地点・競技場所へ

競技後の退場経路について

- ・ 走幅跳、三段跳を除き左回りでダッグアウトを通過して100mスタート側ゲートから退場すること。
- ・ 走幅跳、三段跳はダッグアウトを通過して100mスタート側ゲートから退場すること。