

競 技 注 意 事 項

1 競技規則について

本記録会は、2023 年度日本陸上競技連盟競技規則および本競技会規定により行う。
なお、競技規則 TR5.2 に適合しないシューズの使用は認めない。

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必ず係員の指示に従い、手柄山中央公園（サブトラック）を使用すること。
ただし、占有使用ではないので一般利用者とのトラブルがないように注意すること。

* 練習時の注意事項は下記の通りとする

- ・ レーン数が少ないためウレタン舗装路部分での jog は禁止。
- ・ レーンは左回りのみとし、逆走は禁止。
- ・ ハードル練習は西側の直線 6 レーンの外側 2 レーンを使用すること。

※跳躍、投てき練習（メディシンボールを含む）は禁止。

(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 招集について

(1) 招集所は第 2 ゲート外側に設ける。

(2) 種目別の招集開始・完了時刻は、プログラムの競技日程欄に記載している。

(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・シューズの確認・点検を受け、腰ナンバーを受け取る。

* スパイクピンの長さー走高跳 12 mm以内 その他 9 mm以内

* ランニングシューズのソールの最大の厚さ

800m未満のトラック種目、フィールド種目：20 mm以内

800m以上のトラック種目：25 mm以内

②点呼の代理人は認めない。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・スパイク等の確認・点検）を受けておくこと。

③招集完了時刻に遅れた競技者は出場出来ない。

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

①レーンはプログラム記載番号順とする。

②競技運営上フィニッシュ地点で、男子 1500m=6 分、女子 1500m=7 分で残りの周回に入らず競技を打ち切る場合がある。

(2) 腰ナンバーは競技終了後フィニッシュ地点の別ナンバー係に返却すること。

(3) フィールド競技

①試技順はプログラム記載番号順とする。

②走高跳のバーの上げ方は、下記のとおりとする。

男子走高跳	1 組	練習 1.65 / 1.90	1.70-1.75-1.80-1.85-1.88-1.91-1.94	以後 3 cm ずつ
	2 組	練習 1.35 / 1.60	1.40-1.45-1.50・・・1.85-1.88-1.91	以後 3 cm ずつ
女子走高跳	1 組	練習 1.35 / 1.60	1.40-1.45-1.50・・・1.55-1.58-1.61	以後 3 cm ずつ
	2 組	練習 1.05 / 1.30	1.10-1.15-1.20・・・1.55-1.58-1.61	以後 3 cm ずつ

5 競技用具は主催者が用意したものをを使用すること。

6 その他

(1) 記録証明書を希望する者は、1 種目につき 500 円を添えて庶務係まで申し出ること。

(2) ゴミは各自で持ち帰ること。

(3) 危険防止のためサイドスタンド、バックスタンドの立ち入り禁止区域への立ち入りは厳禁とする。