

# 競技注意事項

1. 2019年日本陸上競技連盟競技規則および、競技注意事項により競技を行う。

2. 競技について

## ○トラック競技

- (1) スタート信号は電子音で行う。
- (2) スターターの合図は英語で行う。(On your marks set)
- (3) 同じ選手が2回の不正スタートで失格となる。
- (4) 短距離走では、競技者の安全のためフィニッシュライン通過後も自分に割り当てられたレーン（曲走路）を走ること
- (5) 800mのスタート方法は、2レーンより、1レーンに2名入るセパレートスタートとする。
- (6) スターティングブロック、スパイクは使用してもよい。(素足は禁止する)
- (7) 80mハードルは、ハードルの高さ70cm、ハードル間7m、ハードルの台数9台、スタートから第1ハードルまで13m、最終ハードルからフィニッシュまで11mとする
- (8) リレーとフィールド競技を兼ねる者は、リレーを優先とする。但し、その場合は必ずフィールド審判員に申し出て許可を受けること。
- (9) 3年生60m・5年生100m予選は、バックストレートで実施する。
- (10) 3年生60m・4年生100m・5年生100m・6年生100m・80mH・400mリレー予選は、タイムレースとし、8人(チーム)で決勝を行う
- (11) 1年生60m・2年生60m・800mは、タイムレース決勝とし、上位8名を決定する。
- (12) トラックレース(短距離)において、スタート前に腰ナンバーカードの代用として、レーンを示す色テープを配布するので、右腰やや後方に貼り付けること。(800mは腰ナンバーカードを配布するので着用のこと)

## ○フィールド競技

- (1) 走幅跳は、3回の試技を行い、記録上位8名で決勝(3回試技)を行う。
- (2) 走幅跳・ジャベリックボール投げについて、1回目は全員計測するが、2回目からは計測ラインを超えた者のみ測定する。計測ラインは、1回目の結果から決定し、選手に通告する。
- (3) 走幅跳のピットは、メインスタンド側よりAピット、Bピットとする。
- (4) 走高跳の跳び方は「はさみ跳び」とし、脚が最初にバーを越え、マットへの着地は足裏からとする。
- (5) 走高跳のバーの上げ方は次の通りである。  
(ただし、天候等の状況により審判長の判断で変更することがある。)

練習	1	2	3	4	5	6	7	8	9	男子は1m35より3cm刻み 女子は1m25より3cm刻み
0m90	0m95	1m00	1m05	1m10	1m15	1m20	1m25	1m30	1m35	

- (6) ジャベリックボール投の助走距離は15m以内とし、ボール本体を持ち、オーバーハンドスローで投げることにする。(羽だけを持って投げることは禁止する。)ジャベリックボールを使用し、全員3回の試技で競技する。
- (7) 投てき練習は、競技会場内で実施するので、補助競技場や競技場周辺での練習を厳禁とする。

### 3. 招集について

#### (1) 招集時間

種目により招集開始時間、招集完了時間が違うので、裏表紙の競技時間表で確認のこと。

招集完了時刻には、移動が開始できるように余裕をもって集合すること。

#### (2) 招集所は、主競技場・第1ゲート(ゴール側ゲート)外側に設ける。

#### (3) 招集は必ず本人が行い、代理人による招集は認めない。但し、同時刻にリレーに出場する場合は、その旨をあらかじめ競技者係(招集所)に申し出ること。

#### (4) 招集に遅れた選手は出場を認めない。

#### (5) 競技会場への入場は、招集完了後、選手誘導係の誘導によって入場するので、招集所にて待機すること。

#### (6) 招集時にスパイクピンを確認する。スパイクのピンの長さは9mm以内とし、スパイク先端の直径はすべて4mm以内でなければならない。なお、スパイクピンの数は11本以内とする。

#### (7) リレー種目は各ラウンドにおいて、オーダー用紙を招集完了1時間前までに招集所(競技者係)に提出し、その上所定の時間に招集を受けること。(オーダー用紙はTICにも準備する。)

#### (8) リレー競走に出場する選手のユニフォームは原則としてチームの全選手とも同一デザインとする。招集所でチェックする。

#### (9) 電子機器類の競技場への持込を禁止する。(携帯電話、ミュージックプレーヤー等) 招集所で持ち物をチェックすることがある。

### 4. 競技場への入退場について

#### (1) 競技会場への入場は、招集完了後、選手誘導係の誘導によって入場するので、招集所にて待機すること。

#### (2) 選手はゴール後、ダッグアウト及び外周を通り最寄りのゲートから退場すること。

### 5. 表彰について

#### (1) 表彰は、正面玄関付近にて行う。

#### (2) 各種目8位までの入賞者・チームは表彰を行う。入賞者は競技終了後、すみやかに表彰控え室に集合すること。リレー種目と兼ねている者は、指導者が責任をもって代理を出すこと。(式進行上、集合なき選手がいても実施する)

### 6. 練習場について

#### (1) 補助競技場の使用については、次のことを厳守すること。

○ 選手・監督・コーチ以外の者の出入りを禁止する。(IDで規制する)

○ ベンチを設置することを禁止する。

○ ジョッグ及びウォーキングは、フィールド内の芝生を使用し、走路を使用しない。

○ 周りに十分注意しながらウォーミングアップを行うこと。

- 1レーンは、長距離のペース走専門とする。2～3レーンは、流し等の専用とする。直走路4～7レーンはスタートダッシュ専用とする。8レーンはハードル専用とする。
- リレーのバトンパス練習はバックストレートを使用すること。
- 走幅跳の練習は所定のピットで行う
- 走路及びピットに立ち止まっての指導等を禁止する
- 走路は左回りとし、逆走は禁止する。また、**直走路の横断は厳禁**とする。
- その他、競技役員の指示に従うこと。

#### 7. 雨天練習場の使用について

- (1) スタンド側より
  - ・1レーンは、高速専用とする。2レーンは、流し専用とする。
  - ・3レーンはジョグ専用とする。4レーンは戻り専用とする。
- (2) **走路の横断は厳禁**する。
- (3) 全天候走路上にチームベンチを設置することを禁止する。

#### 8 競技場について

- (1) 競技場内へは、出場選手及び競技役員以外の立ち入りを禁止する。また、メインスタンド1階への入場は、競技役員及びID所有者のみとする。
- (2) スタンドは防水処理加工がされているため、ベンチでの重石やスパイク着用での歩行を厳禁する。
- (3) メインスタンドにテントの設置を禁止する。15列目から上の席にベンチを置くことは可とする。
- (4) 横断幕は、主競技場の芝生スタンド及びバックスタンドの手摺のみ可能とする。(最前列は禁止)
- (5) 競技場周辺及び補助競技場における投てき練習は禁止する。
- (6) 競技場、観覧席とも汚さないように気をつけ、使用した者で清掃し、ゴミは各自自宅まで持ち帰ること。
- (7) 持ち物の保管は各自で責任を持つこと。万一の事故があっても責任は負わない。また、カラス被害に注意のこと。

#### 9. その他

- (1) 競技会での傷害は、応急処置のみで、以後の責任はもたない。
- (2) 雨天時及び雨天後は非常に滑りやすいので、アップシューズで参加する小学生については、指導者が十分に気をつけて指導すること。
- (3) プログラムの訂正は8時30分までにTIC(選手案内所)まで申し出ること。  
申込不備による訂正は受付けない。競技開始後の訂正は一切受付けない。
- (4) TIC(選手案内所)は、正面玄関に設ける。