

令和7年度 三重県陸上競技春季合同練習会 参加申込基準一覧

種目	ターゲットナンバー	男子	女子
100m・200m	男子20名/女子25名	100m11.05 / 200m22.15	100m12.90 / 200m27.50
400m	男子20名/女子15名	51"45	1' 04"35
110mH/100mH	男子15名/女子15名	17.00 (JHを含む)	17.00 (YHを含む)
400mH	男子15名/女子15名	59.00※1	75.00※2
800m	男子20名/女子20名	2.03.00	2.30.00
1500m		4.10.00	5.15.00
5000m/3000m	男子20名/女子20名	15.50.00 / 9.10.00	11.20.00
3000mSC		10.45.00	希望者
競歩	free	希望者	希望者
走高跳	男子20名/女子20名	1m70 (背面のみ)	1m40 (背面のみ)
棒高跳		3m50	2m60
走幅跳	男子20名/女子20名	6m30	4m55
三段跳	男子20名/女子20名	12m50	希望者
砲丸投	男子15名/女子10名	8 m 0 0	希望者
円盤投	男子10名	3 0 m 0 0	希望者
ハンマー投	男子10名	3 5 m 0 0	希望者
やり投	男子10名/女子10名	4 4 m 0 0	希望者

※1 400mHの記録もしくは、400m：51秒00、200m：23秒00、110mH：17秒00  
のいずれかの記録を超えている者

※2 400mHの記録もしくは、400m：64秒00、200m：27秒00、100mH：17秒00  
のいずれかの記録を超えている者

**\*ターゲットナンバーを超過した際は記録上位者より選抜します。**