

第 25 回東海マスターズ陸上競技選手権大会
兼 第 31 回三重マスターズ陸上競技選手権大会要項
(大会コード：262360002)

1. 主 催 東海マスターズ陸上競技連盟
2. 後 援 (公社) 日本マスターズ陸上競技連合 三重県 伊勢市 (公社) 伊勢志摩観光コンベンション機構
(株) ぎゅーとら (株) 中日新聞社
3. 主 管 (一財) 三重陸上競技協会 三重マスターズ陸上競技連盟
4. 期 日 2026 年 5 月 17 日 (日) (雨天決行) 受付 8:00~12:00 開始式 9:00 競技開始 9:30
5. 会 場 会場コード：231010 三重交通 G スポーツの杜 伊勢 陸上競技場(イ)
- 三重県伊勢市宇治館町 510 TEL 0596-22-0188

6. 競技クラス 2026 年 5 月 17 日を基準とした満年齢によるクラス分け

男子の部				女子の部			
クラス	満年齢	種目		クラス	満年齢	種目	
M24-	18 歳から 24 歳	トラック	フィールド	W24-	18 歳から 24 歳	トラック	フィールド
M25	25 歳から 29 歳	60m	走高跳	W25	25 歳から 29 歳	60m	走高跳
M30	30 歳から 34 歳	100m	棒高跳	W30	30 歳から 34 歳	100m	棒高跳
M35	35 歳から 39 歳	200m	走幅跳	W35	35 歳から 39 歳	200m	走幅跳
M40	40 歳から 44 歳	400m	三段跳	W40	40 歳から 44 歳	400m	三段跳
M45	45 歳から 49 歳	800m	立五段跳	W45	45 歳から 49 歳	800m	立五段跳
M50	50 歳から 54 歳	1500m	砲丸投	W50	50 歳から 54 歳	1500m	砲丸投
M55	55 歳から 59 歳	3000m※1	円盤投	W55	55 歳から 59 歳	3000m※1	円盤投
M60	60 歳から 64 歳	5000m※1	ハンマー投	W60	60 歳から 64 歳	5000m※1	ハンマー投
M65	65 歳から 69 歳	3000mW	やり投	W65	65 歳から 69 歳	3000mW	やり投
M70	70 歳から 74 歳	80mH※2		W70	70 歳から 74 歳	80mH※2	
M75	75 歳から 79 歳	100mH※2		W75	75 歳から 79 歳	100mH※2	
M80	80 歳から 84 歳	110mH※2		W80	80 歳から 84 歳	4×100mR※3	
M85	85 歳から 89 歳	4×100mR※3		W85	85 歳から 89 歳		
M90	90 歳から 94 歳			W90	90 歳から 94 歳		
M95	95 歳から 99 歳			W95	95 歳から 99 歳		
M100	100 歳から 104 歳			W100+	100 歳以上		
M105+	105 歳以上						

年齢制限 ※1 3000M は M60・W60 以上、5000m は M55・W55 以下 ※2 13. 競技規則にて確認のこと
※3 エントリーはチーム最若者のクラスとし、そのクラスに該当するメンバーが最低 2 名必要

7. 参加資格 2026 年度日本マスターズ陸上競技連合および日本陸上競技連盟登録者であること。
8. 出場制限 一人 3 種目以内とする (リレーは除く)、またリレーのみの参加は不可。
9. 競技方法 各種目別、年齢区分別に実施する。参加人数の状況によっては他の年齢区分の者と混合で競技を行う場合がある。
10. 参加料 個人種目：1 種目 5,000 円 2 種目 6,000 円 3 種目 7,000 円 リレー：1 チーム 4,000 円
※必ず振込でお願いします 一旦納入した参加料は返金いたしません。
◎振込先 百五銀行平田町駅前支店 普通預金 口座番号 719422
口座名 三重マスターズ陸上競技連盟 理事 松井 稔幸
*名前の後ろにビブス番号を記入のこと (例：イズミ ケイコ 345)
11. 申込方法 (1) 三重マスターズIP (<https://miemasters.com>) から web 申込するか、所定の申込書に必要事項を記入し、申込書と参加料の振込証明できるものを同封して郵送してください (領収書・コピー) チームで申し込む場合は内訳明細を必ず添付。申込用紙はIPよりダウンロード可能。
(2) 三重マスターズの方は登録番号欄に 2025 年度三重陸協登録番号 (ビブスナンバー) を記入、
県外登録者は登録番号欄への記入は不要、日本マスターズ登録番号と実際のビブスナンバー」を記入すること。
(3) 申し込み先 〒515-0811 三重県松阪市塚本町 65 メゾングランディア 201 号室
三重マスターズ陸上競技連盟 事務局 松井 朋彦 宛

- (4) 申込期限 4月12日(日) ※期限厳守(必着)
※〆切後の申込・変更等は受付しません

12. 競技規則 (1) 2026 度日本陸上競技連盟規則及び日本マスターズ陸上競技連合規則を準用する。
尚、ハードル競技の種目基準及び投擲競技における用具の基準は、全日本マスターズ陸上競技選手権大会規則を準用する。

クラス		種目	高さ	間隔	1 台目まで	ゴールまで	台数
M24- M25 M30		110mH	106.7cm	9.14m	13.72m	14.02m	10
M35 M40 M45		110mH	99.1cm	9.14m	13.72m	14.02m	10
M50 M55		100mH	91.4cm	8.50m	13.00m	10.50m	10
M60 M65		100mH	84.0cm	8.00m	12.00m	16.00m	10
M70 M75		80mH	76.2cm	7.00m	12.00m	19.00m	8
M80 以上		80mH	70.0cm	7.00m	12.00m	19.00m	8
W24- W25 W30 W35		100mH	84.0cm	8.50m	13.00m	10.50m	10
W40 W45		80mH	76.2cm	8.00m	12.00m	12.00m	8
W50 W55		80mH	76.2cm	7.00m	12.00m	19.00m	8
W60 W65 W70 W75		80mH	70.0cm	7.00m	12.00m	19.00m	8
クラス		砲丸投 ハンマー投	円盤投		やり投		
男子	M24- M25 M30 M35 M40 M45	7.26kg 以上	2.00kg 以上		最小 800g 以上		
	M50 M55	6.00kg 以上	1.50kg 以上		最小 700g 以上		
	M60 M65	5.00kg 以上	1.00kg 以上		最小 600g 以上		
	M70 M75	4.00kg 以上	1.00kg 以上		最小 500g 以上		
	M80 以上	3.00kg 以上	1.00kg 以上		最小 400g 以上		
女子	W24- W25 W30 W35 W40 W45	4.00kg 以上	1.00kg 以上		最小 600g 以上		
	W50 W55 W60 W65 W70	3.00kg 以上	1.00kg 以上		最小 500g 以上		
	W75 W80 以上	2.00kg 以上	0.75kg 以上		最小 400g 以上		

- (2) トラック競技はタイムレースとする。
(3) 走高跳・棒高跳を除くフィールド競技の試技は3回、TOP8 進出者のみ4回目試技を行う。
(4) 棒高跳のポール以外の持参の競技用具の使用は認めない。
(5) 競技用のスパイクピンは9mm 以下とする。但し、走高跳・やり投は12mm 以下とする。
(6) 三段跳は特設板から試技を行う場合、日本陸連記録は非公認(マスターズ記録としてのみ公認)。

13. ビブス(ナンバー)について

- (1) 三重県選手は2025 年度三重陸上競技協会登録番号とする。
(2) 県外参加者は、日本マスターズ登録番号のビブス(ナンバー)を使用すること。
(3) 安全ピンは持参のこと。

14. 表彰

- (1) 各クラス種目別3 位までの入賞者には賞状を授与、1 位にはメダルを授与する。
(入賞した者は必ず受付にて賞状を受け取ること。表彰式、後日の郵送はありません)
(2) 三重マスターズ選手権の賞状は9/12 スポレク大会でお渡しします(表彰は県内者のみ対象)。

15. 会場案内

- (1) 近鉄宇治山田駅より、宇治浦田町行、御座行、宿浦行の三重交通バスに乗車(約15 分)
宇治浦田町バス停下車(徒歩5 分) 近鉄五十鈴川駅下車(徒歩20 分)

16. その他

- (1) 競技会参加者は事前に健康診断を受けて、自己の健康に十分留意した上で大会に出場すること。
(2) 競技中に発生した疾病・事故については応急処置のみとし、以後の責任は一切負わない。
※1 日傷害保険に加入します、ケガ等の場合は大会事務局に申し出てください。
(3) 競技注意事項を必ず読むこと、また大会当日の案内を必ず確認すること。
(4) 気象条件等を鑑み、日本マスターズ競技細則を準用、「スポーツ活動中の熱中症予防ガイドブック」に基づき、WBGT に応じた対応の目安を考慮しながら大会運営を実施する。
(5) 距離3000m 以上の種目については制限時間を設ける。3000m-20 分、5000m-25 分、3000mW-30 分とし時間内にフィニッシュできないと審判長が判断したときは競技を中止させることができる。
(6) 競技場前駐車場は役員専用。選手は多目的広場か周辺駐車場(有料)に駐車すること(要HP 確認)。
(7) 個人情報について①競技結果を本連盟HP・メディアにて公表②大会運営のための活用に限り使用
(8) 本大会が中止となった場合等、理由の如何に問わず参加料の返金はいたしません。

17. 問合せ先

三重マスターズHP (<https://miemasters.com>) の「お問い合わせ」欄から質問事項を入力。
緊急時は 理事長 松井 朋彦まで 携帯電話 090-7676-8480
※所属連盟と名前をお伝えいただいてから内容をお話してください。