

# 競技注意事項

## 1. 規則

本大会は、2012年度日本陸上競技連盟競技規則及び本大会申し合わせ事項によって行う。

## 2. 練習

事故防止の観点から競技役員の手指示に従い、十分に注意をして練習すること。

- ① 練習は、基本的には補助競技場を利用すること。補助競技場での投てき練習は、禁止する。
- ② 主競技場は、競技に支障ない範囲で開放する。その際競技役員の手指示に従うこと。
- ③ 競技開始前の主競技場での練習方法
  - ・1～2レーン…ジョグ
  - ・3～4レーン…中・長距離
  - ・5～6レーン…短距離
  - ・7～8レーン…ハードル
- ④ 主競技場での練習は、大会参加者に限る。
- ⑤ 主競技場での練習は、3日間とも最初の種目の競技開始20分前までとする。
- ⑥ フィールド競技の練習は、競技役員の手指示に従い、招集完了時刻より練習できる。

## 3. 競技場

主競技場の競走路及び助走路の舗装の厚さは、トラック13mm、フィールド15mmである。スパイクのピンの長さは、9mm以下とする。ただし、走高跳、やり投のスパイクのピンの長さは、12mm以下とする。

## 4. 招集

- ① 招集所は、100mスタート地点後方付近に設ける。
- ② 招集に遅れた者は、棄権とみなし出場を認めない。
- ③ 招集開始及び完了時刻は、競技日程に記載された通りとする。
- ④ 競技者は、出場種目の招集開始時刻から完了時刻までに招集所でナンバーカード、スパイクのピンの点検を受ける。
- ⑤ 2種目を同時に兼ねて出場する競技者は、予めその旨を本人または代理人が招集の際、招集所競技者係に申し出て「同時出場届」を受け取り、必要事項を記入し提出する。

## 5. 棄権

出場種目を棄権する場合には、招集完了時刻前までに棄権届を招集所競技者係に提出すること。  
(「棄権届」は招集所で配布する。)

## 6. 入退場

役員の手指示に従い入退場し、規律ある行動をとるよう心掛けること。

## 7. ナンバーカード

- ① ナンバーカードは胸と背に1枚ずつ確実につけること。ただし、走高跳、棒高跳に出場する競技者は、胸または背に1枚つけるだけでよい。
- ② トラック種目では、腰ナンバー標識を右腰やや後方につけること。記録会女子3000m、男子5000mは特別ナンバーカードを使用する。(招集所で配布し、競技終了後フィニッシュ地点で回収する。)

## 8. トラック競技の組・走路順、フィールドの試技順

- ① トラック競技予選の組・走路順、フィールド競技の試技順は、主催者が抽選し、プログラムに示す。
- ② トラック競技決勝の走路順は、本部で抽選し、招集所に掲示する。

## 9. リレー競技

- ① リレー競技に出場するチームは、リレーオーダー用紙1部を1組の招集完了時刻の1時間前までに招集所競技者係に提出すること。(リレーオーダー用紙は、招集所競技者係で配布する。)
- ② リレー競技においては、同一チームの競技者は、同一のユニフォームを着用すること。

## 10. 計時

トラック種目は、すべて写真判定(1/100秒)で行う。

## 11. トラック競技の決勝進出について

同タイム者については、写真を細部まで読み取り優劣を判定する。それでも、判定できない場合は、同タイム者によって抽選する。

12. 跳躍種目のバーの上げ方は、次の通りである。(ただし、荒天の場合は、別途指示する。)

種 目	練 習	上 げ 方								
成年男子走高跳	1m85・2m00	1m90	1m95	2m00	2m05	2m10	2m13	以後3cm		
成年女子走高跳	1m55	1m55	1m60	1m63						以後3cm
成年女子棒高跳	3m00	3m10	3m20	3m25						以後5cm
少年共通女子棒高跳	2m20・2m70	2m30	2m40	2m50～3m20(10cm)			3m25	以後5cm		
記録会男子走高跳A	1m45・1m65	1m50	1m55	1m60	1m65	1m70	1m73	以後3cm		
記録会男子走高跳B	1m65・1m85	1m70	1m75	1m80	1m85	1m90	1m93	以後3cm		
記録会男子棒高跳	3m40・3m90	3m50	3m70	3m80～5m00(10cm)			5m05	以後5cm		
記録会女子走高跳A	1m20・1m35	1m25	1m30	1m35	1m40	1m43	以後3cm			
記録会女子走高跳B	1m30・1m55	1m35	1m40	1m45	1m50	1m55	1m60	1m63	以後3cm	

第1位決定のためのバーの上下の範囲は、走高跳では2cm、棒高跳では5cmとする。

13. 競技用具

競技に使用する用器具は、主催者が用意する。ただし、各自の投てき器具は、検査を受け個人のものを使用してもよい。検査は競技開始時刻80分前から60分前までに器具庫で受ける。棒高跳用ポールは競技場所で跳躍審判員の検査を受ける。(投てき器具検査時間はプログラムの競技日程下段に示す)

14. 抗議

競技規則146条による。

15. その他 (競技方法)

① 次の種目は競技運営上、2つの種別を同時に行う。

成年男子走幅跳と少年男子B走幅跳	成年女子棒高跳と少年女子共通棒高跳
成年女子走高跳と記録会女子走高跳	成年女子ハンマー投と少年女子Aハンマー投

② 次の種目は競技運営上、制限タイムを設ける。(残り1周通過タイム)

□記録会男子5000m-19分、 □記録会女子3000m-14分

③ □少年男子B110mHのハードルの高さは、0.991m、インターバルは9.14mとする。

□少年女子B100mHのハードルの高さは、0.762m、インターバルは8.5mとする。

□少年男子B砲丸投の砲丸の重さは、5.0kgとする。

□少年女子Aハンマー投のハンマーの重さは、4.0kgとする。

④ 走幅跳のピットは、トラック側をA、スタンド側をBとする。

⑤ 記録会の長さを競う競技の試技は、3回とする。

⑥ 記録会男子三段跳の踏切板は、A-10m、B-11m、C-12m、D-13mとする。

16. 注意事項

① プログラムの訂正は、できるだけ早く本部庶務係に申し出ること。なお、高体連登録者は高体連の登録通りとする。

② 競技会で発生した傷害については、主催者側で応急処置をする。熱中症に掛からない様各自事前に対策を取ること。

③ 更衣室は更衣のみに使用し、他の目的には使用しないこと。

④ 貴重品は各自で責任を持って保管し、盗難、紛失等に十分注意すること。

⑤ ゴミは持ち帰りにご協力ください。帰宅途中に捨てていくことはマナー違反なので厳に慎むこと。

⑥ 競技場の開門時間は、3日間とも7時30分(予定)とする。

(競技場の状況によっては、開門時間が早くなる場合がある。)