

# 競技注意事項

本大会は、2016年度日本陸上競技連盟競技規則ならびに本大会申し合わせ事項によって行う。

## 1 練習について

練習は、補助競技場および雨天練習場（使用方法について下記参照）を原則とする。投てき競技（円盤投・ハンマー投・やり投）の練習については、多目的広場を使用する。砲丸投の練習は、係員の指示に従って補助競技場内トラック外側の砲丸投ピットのみで行う。使用の際は係員の指示によって行う。

### 補助競技場の使用について

レーンの使用については以下の通りである。

- ・ 1～2レーンは周回練習のみ使用可とする。
- ・ 3～4レーンは短距離練習のみ使用可とする。
- ・ ブロックを使用したスタート練習は多目的広場側直走路5～6レーンのみとする。
- ・ 多目的広場側直走路7・8レーンは女子100mH、9レーンは女子110mYH、10レーンは男子110H、11レーンは男子110JrHとする。
- ・ 第1曲走路からバックストレート及び第2曲走路の5レーンは女子400mH、6レーンは男子400mHとする。

### 雨天練習場の使用について

- ①雨天練習場でのピストルの使用は禁止する。
- ②雨天練習場へは、第2ゲート側の入り口より入場することができる。第3ゲートからの出入りは禁止する。
- ③シート等を敷いて独占的な使用をすることを絶対にしない。
- ④ウォーキング・ジョギングなどペースが著しく遅いウォーミングアップまたは、動きづくり程度の練習は行ってもよい。それ以外は、補助競技場で行うこと。
- ⑤ウォーキング・ジョギング等は、左回りとし、逆走はしない。
- ⑥ハードルは使用できない。

### 棒高跳について

競技開始60分前から現地にて跳躍練習を行うことができる。ただし、他の競技に影響がでないように、審判員の指示に従うこと。

## 2 スパイクシューズの制限について

全天候競技場であるため、スパイクの長さは9mm以下とする。ただし、走高跳・やり投は、12mm以下とする。

## 3 ナンバーカードについて

- ・ ナンバーカードは指定された数字が明瞭に見えるように、ユニフォームの胸と背につけること。ただし、跳躍競技（走高跳・棒高跳・走幅跳・三段跳）に出場する選手はどちらか一方でもよい。
- ・ トラック競技に出場する選手は、主催者が準備した腰ナンバー標識を必ずパンツの右横やや後方につけること。
- ・ 3000m以上の種目は別ナンバーカードを使用する。  
※別ナンバーカードは招集所にて配布する。

4 選手招集について

- ① 選手招集場所は、**第2ゲート付近**とする。
- ② 招集時刻は下記のとおりとする。

	招集開始時刻	招集完了時刻
トラック種目	競技開始30分前	競技開始20分前
フィールド種目	競技開始40分前	競技開始30分前
フィールド種目 (棒高跳)	競技開始70分前	競技開始60分前

ただし、以下の競技の招集完了時刻には注意すること。

1000m・2000m・4000m		8000m・15000m		50000m	
1～5組	競技開始20分前	1～2組	競技開始20分前	1組	競技開始20分前
6～10組	競技開始5分前	3～4組	競技開始5分前	2組	競技開始5分前
11～15組	競技開始10分後	5～6組	競技開始10分後	/	
16～20組	競技開始25分後	/			
21～22組	競技開始40分後				

- ③ 招集完了時刻に遅れた選手は棄権とみなす。
- ④ 2種目を同時に兼ねて出場する選手は、あらかじめ競技者係に申し出る。

5 競技について

- ① 競技順は、プログラム記載の番号順とする。
- ② その競技をする選手以外は、トラックおよびフィールド内に立ち入ることはできない。
- ③ トラック競技のスタートについては、下記のとおりとする。  
「不正スタートについては、各レースでの不正スタートは1回目からすべて失格とする。」
- ④ スターターの合図は英語とする。（「On your marks」、「Set」）
- ⑤ 小学生のスタートの合図は日本語で行う。
- ⑥ 小学生の不正スタートについては、「同じ競技者が2回の不正スタートをしたとき、その競技者を失格とする。」
- ⑦ 短距離走では選手の安全のため、決勝線到着後も自分に割り当てられた走路を走ること。
- ⑧ レーンで行う競技種目で棄権者があった場合は、そのレーンをあける。
- ⑨ 女子3000m・中学男子3000mはグループスタートとする。
- ⑩ 競歩において、先頭選手が最終周に入った残り100mは、競歩審判主任も判定に入る。
- ⑪ 競技場内での跳躍、投てきの練習は、審判員の指示によって行う。
- ⑫ 跳躍（走幅跳・三段跳）及び、投てき競技の試技回数は3回とする。また、競技場内での跳躍・投てきの練習は審判員の指示によって行う。
- ⑬ 走高跳・棒高跳のバーの上げ方については、下記の通りである。

		練習									以降
走高跳	男子	145	150	155	160	165	170	175	180	185	3cm刻み
	女子	115	120	125	130	135	140	145	150	153	3cm刻み
棒高跳	男子	300	310	330	350	370	390	400	410	420	10cm刻み

- ⑭ 三段跳の踏み切り板の位置について、男子：11m、女子9mとする。
- ⑮ 小学生のフィールド種目は試技3回とする。
- ⑯ 携帯電話等の通信機器・ビデオ・デジタルカメラ等を競技場内に持ち込むことはできない。コーチエリアからのコーチの持つ映像を見せることはできる。ただし、選手が機器等を手に持って画像を確認することはできない。

## 6 競技用具について

- ① 競技に使用する用具は、主催者が用意したものを使わなければならない。ただし、やりは検査において合格したものに限り使用が認められる。
- ② 練習用としても、個人の用具を競技場に持ち込んで서는ならない。

## 7 競技場への入退場について

種目別入退場口は下記の通りとする。各ゲートへは競技場外周を利用して移動すること。

第1ゲート：第1コーナー付近からスタートするトラック競技

第2ゲート：1500mおよび棒高跳・投てき競技（※小学ソフトボールを含む）

第3ゲート：第3コーナー付近からスタートするトラック競技および走高跳

第4ゲート：100m付近からスタートするトラック競技および走幅跳、三段跳

選手の競技場への入退場は、必ず審判員の指示によって行う。

## 8 その他

- ① やむを得ず棄権するときは、競技者係まで必ず届け出ること。
- ② 応急処置を要する健康上の問題が発生した時は、スタンド下の救護室に連絡すること。
- ③ 更衣室は正面玄関を入れて左側にあるので利用してもよい。ただし、貴重品の管理は各自の責任で行うこと。
- ④ 記録は競技場メインスタンド下、正面玄関付近に掲示する。