

# 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おこなう。

## 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。投てきの練習は、係員の指示に従って行う。

### 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。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、走高跳は12mm以下とする。

## 3 ナンバーカードについて

- ① 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）に出場する選手はどちらか一方でもよい。
- ② 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。

## 4 選手招集について

- ① 選手招集場所は第4ゲート付近とする。
- ② 選手招集完了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

※棒高跳は、競技開始60分前に現地で招集を行う。

ただし、下記の種目については組別の招集とする。

100m	
1～6組	競技開始 20分前
7～12組	競技開始 5分前
13～16組	競技開始 10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こと。

#### 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 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回のみとし、その後不正スタートした競技者はすべて失格とする。」
- ③ 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。
- ④ 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。
- ⑤ 跳躍・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・投てき練習は審判員の指示によって行うものとする。

#### 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。ただし棒高跳び用のポールは検査において合格したものに限り使用が認められる。個人所有のポールの検査は最終点呼時に跳躍審判員が実施する。
- 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 走高跳・棒高跳のバーの上げ方（ただし、天候等により変更あり）

		練習										以降
走高跳	男子	115	120	125	130	135	140	145	150	155	160	3cm 刻み
	女子	105	110	115	120	125	130	135	140	143	146	3cm 刻み
棒高跳	男子	200	210	220	230	240	250	260	270	280	290	10cm 刻み
	女子	180	190	200	210	220	230	240	250	260	270	10cm 刻み

#### 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 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。