

# 競 技 注 意 事 項

本大会は、2018年度日本陸上競技連盟競技規則並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）の練習については、補助競技場内で道具を使用しない練習は認める。（※・砲丸投・円盤投・ハンマー投・やり投については、審判員の指示に従い、招集後、競技場内で投てき練習ができる。）

補助競技場の使用について ※4月15日（日）は他団体利用のため使用不可

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。
- ・ブロックを使用してのスタート練習は多目的広場側直走路7～11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・10レーンは男子110mH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。

※4月15日（日）のウォーミングアップ（W-U P）について

- ・7時30分～8時45分まで、バックストレート側利用可（ただし、競技会準備をしている周辺でのW-U Pはご注意ください。）入退場については、第3ゲートから行うこと。
- ・競技開始後はバックスタンド前跳躍ピット付近でのW-U Pは認める。以降の開放については場内アナウンスにて連絡する。
- ・ハードル種目については、11時30分からバックストレートの外側4レーンに設置する。  
※場内に設置している器具（スタートブロック・ハードル）については、原則移動禁止とする。
- ・13時40分以降はバックスタンド前跳躍ピット付近でのW-U Pは認める。  
※混雑が予想されるので、他の競技者への安全配慮を十分に行うこと。

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W-U P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左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選手招集開始・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（走幅跳）	競技開始60分前	競技開始50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
フィールド種目（投てき種目）	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注意すること。

種目	組	招集完了時刻	種目	組	招集完了時刻
100m 200m 400m	1組～6組	競技開始20分前	1500m	1組～3組	競技開始20分前
	7組～12組	競技開始5分前		4組～6組	競技開始5分前
	13組～18組	競技開始10分後		7組～9組	競技開始10分後
	19組～23組	競技開始25分後	男子	1組	競技開始20分前
800m	1組～4組	競技開始20分前	5000m	2組	競技開始5分前
	5組～8組	競技開始5分前		/	
	9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。

④2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。

⑥男子5000m・女子3000mはグループスタートとする。

⑦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。

⑧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。

⑨跳躍・投てき種目の試技は3回とする。

⑩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。

⑪ 走高跳の最初の高さは、男子：1 m 5 0、女子：1 m 2 0 からとする。

棒高跳の最初の高さは、男子：2 m 2 0、女子：1 m 8 0 からとする。

⑫ 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	3 cm刻み
	女子	115	120	125	130	135	140	145	150	153	3 cm刻み
棒高跳	男子	200	220	240	260	280	300	320	340	360	1 0 cm刻み
	女子	160	180	200	220	230	240	250	260	270	1 0 cm刻み

⑬ 棒高跳のバーの上げ方については、天候等の条件をする。

⑭ 三段跳の踏み切り板の位置について、男子：1 1 m、女子9 m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、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。

個人所有のポールの検査は最終点呼時に跳躍審判が行い、やりの検査は競技開始60分前に招集所にて実施する。

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 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：1 5 0 0 mおよび棒高跳・投てき競技

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：1 0 0 m付近からスタートするトラック競技および走幅跳

## 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ときは、スタンド下の救護室に連絡すること。

③更衣室については、大会受付後方スタンド内通路に入って右側にあるので利用してもよい。

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。