

# 競 技 注 意 事 項

本大会は、2019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・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。
- ・ブロックを使用してのスタート練習は多目的広場側直走路7～10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。

### 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	(棒高跳・走幅跳 やり投以外)	競技開始40分前	競技開始30分前
	走幅跳	競技開始50分前	競技開始40分前
	棒高跳	競技開始70分前	競技開始60分前
	投てき(やり)	競技開始60分前	競技開始50分前

※棒高跳は、**現地で招集を行う。**

ただし、以下の競技の招集完了時刻に注意すること。

100m・200m		400m・800m	
1組～6組	競技開始20分前	1組～4組	競技開始20分前
7組～12組	競技開始5分前	5組～7組	競技開始5分前
13組～19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リレーのオーダー表は招集完了時刻**1時間前までに提出**のこと。
- ⑤2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。

#### 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はいない。

## 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

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

## 8 跳躍競技について

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			
走高跳	135	140~180まで5cm刻み	180cm以降3cm刻み	195cm以降2cm刻み
	120	125~145まで5cm刻み	145cm以降3cm刻み	166cm以降2cm刻み
棒高跳	200	220~340まで20cm刻み	340cm以降10cm刻み	
	160	180~220まで20cm刻み	220cm以降10cm刻み	

三段跳の踏切位置は、男子 11m00 女子9m00 とする。

## 9 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を入れ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。