

# 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。

### 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。

## 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、やり投は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・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左右横やや後方につけること。
- ③3000m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 大会受付について

大会受付はメイン競技場下南エントランスとする。

※大会申込に関するの問い合わせは大会受付にて行うこと。

## 5 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。（※小学生を優先するため。）

②選手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

ただし、以下の競技の招集完了時刻に注意すること。

		招集開始時刻	招集完了時刻
男子 3000m	1～2組	競技開始 30分前	競技開始 20分前
	3組	競技開始 15分前	競技開始 5分前

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の1時間前までに提出のこと。

⑤ 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。

※小学生で、複数種目（1000mと走幅跳の両方）に参加する選手はタイムテーブルの都合上、前の競技終了時間と次の競技の招集開始時刻の間が少ない場合がある。引率の方は時間の確認を十分に行ってください。

## 6 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 小学生のスタートコールは、1～4年生は日本語コール、5・6年生はイングリッシュコールとする。

⑥ 小学生のスタートはクラウチングスタートを原則とするが、スタンディングスタートも認める。スタートは同じ競技者が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 男子3000mはグループスタートとする。

⑩ 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。

⑪ 跳躍・投てき競技の試技回数は、小学生は3回、中学・高校・一般は試技3回とする。

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			
走高跳	男子	145	150~180まで5cm刻み	180cm以降3cm刻み	195cm以降2cm刻み
	女子	120	125~145まで5cm刻み	145cm以降3cm刻み	166cm以降2cm刻み

⑬ 小学生の走幅跳の競技場所は、下記の表の通りとする。（※表記順は競技時間）

競技順	競技時間	学 年	場 所
4	11:00	小学5年生 男子	メインスタンド Bゾーン
5	11:00	小学6年生 男子	メインスタンド Aゾーン
7	15:00	小学5年生 女子	メインスタンド Bゾーン
8	15:00	小学6年生 女子	メインスタンド Aゾーン

※Aゾーン（トラック側）、Bゾーン（スタンド側）

⑭ 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。

## 7 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、やりは検定において合格したものに限り使用が認められる。

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らない。

## 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 更衣室はメインスタンド下更衣室を利用してもよい。

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。