

# 競技注意事項

## 1. 規則

本大会は、2019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。

## 2. 練習について

練習はプログラム記載の指定された会場で日程に従い実施すること。

## 3. 招集について(トラック・フィールド共)

- (1) 招集所は、競技場第1ゲート付近(100mスタート外側)に設ける。
- (2) 招集開始時刻・完了時刻は、別紙競技日程及び招集時間のとおりとする。  
競技者は招集開始時刻から完了時刻までの間で、最終確認を受けること。その際係員にナンバーカード・名前・校名の点検を受けること。
- (3) 招集後は、係の指示・誘導に従い競技場所に移動する。
- (4) 招集完了時刻に遅れた競技者は、棄権とみなし出場を認めない。
- (5) 2種目を同時に兼ねる競技者は2種目同時出場届を競技者係に第1種目の招集開始時刻までに提出し、競技の進行に支障のないようにすること。
- (6) 入退場時の移動は、競技役員の指示に従い規律ある行動をとること。
- (7) リレーのオーダー用紙は、第1組の競技開始時刻1時間前までに、オーダー用紙を競技者係に提出すること。また、決勝においても、予選に準じて競技開始時刻1時間前までに提出すること。
- (8) 棄権する場合は招集開始時刻までに競技者係に棄権届を提出すること。  
オーダー用紙、棄権届、2種目同時出場届は招集所でも準備しますが、各校でご準備ください。

## 4. ナンバーカード

- (1) ナンバーカードは胸と背に一枚ずつ確実につけること。ただし跳躍競技に出場する競技者は胸または背に一枚つけるだけでもよい。
- (2) 次の種目は本部の用意する別ナンバーカード(通し番号)で競技を行う。なお、受取の際には、本人のナンバーカードを持参すること。  
男子：5000m 5000mW 女子：3000m 5000mW
- (3) 800mまでのトラック競技ならびにリレー競技の腰ナンバー標識は各校で用意すること。
- (4) 4×400mRの腰ナンバー標識については、2・3・4走は右腰につけること。

## 5. トラック競技について

- (1) 距離が800mまでの種目及びリレー競技  
次のラウンドへの進出者決定の際、同成績者については、レーンに余裕がある限り次のラウンドに進むことができる。レーンが不足する場合は、同成績者または、代理人によって抽選する。
- (2) 男子5000m、女子3000m、男女5000mWはグループスタートとする。
- (3) 5000m決勝は20分、3000mS C決勝は12分、女子3000m決勝は13分、5000mW決勝は38分で打ち切りとする。

## 6. 跳躍競技について

- (1) 走高跳・棒高跳のバーの上げ方は下記の通りとする。  
走高跳 (男子) 練習 (1m60)1m65,70,75,80,85,88,91,94 以後3cmずつ  
(女子) 練習 (1m30)1m35,40,45,48,51,54,57,60 以後3cmずつ  
  
棒高跳 (男子) 練習 (2m20)2m40,2m60,2m80,3m00,3m20,3m40 以後10cmずつ  
(女子) 練習 (1m80)2m00,2m20,2m40 以後10cmずつ
- (2) 走幅跳のピットはスタンド側をAピット、トラック側をBピットとする。
- (3) 三段跳の踏み切り板については、男子11m、女子9mに設置する。
- (4) 走幅跳において第1組はAピット、第2組はBピットで競技を行う。
- (5) 走幅跳のベスト8後の試技はBピットで行う。

## 7. 投てき競技について

- (1) 記録測定を行う距離は原則として下表による。

	砲丸投	円盤投	ハンマー投	やり投
男子	8m00	25m00	—	40m00
女子	7m00	15m00	—	20m00

## 8.競技用具

- (1) スパイクのピンはオールウェザー用とし、長さは9mm 以下とする。ただし走高跳・やり投については12mm 以下とする。
- (2) 競技用具は、競技場そなえつけのものを使用する。ただし、棒高跳のポールおよび投てき用具については、検査のうえ、個人のものも使用を認める。棒高跳のポールの検査は現地で行う。投てき用具の検査は正面北ゲート(A)で競技開始120分から60分前までに行う。

## 9.スタート

- (1) スタートの合図はイングリッシュ・コマンドとする。(「オン・ユア・マークス」, 「セット」)
- (2) 競技規則第162条7により、不正スタートをした競技者は1回で失格とする。
- (3) 出場している種目において「黄」カード2枚で「赤」カードとなり、その当該種目で失格とする。

## 10.その他

- (1) 競技場所への移動は、他の競技の妨げとならないよう、十分注意すること。また、カラーコーンを設置してある場所はそれに従うこと。特にメインスタンド前の通行は慎むこと。
- (2) 競技者は審判役員の指示に従い事故等のないよう留意すること。また、「組」「試技順」を確認し競技進行に協力すること。
- (3) 雨天練習場では、走練習のみとする。
- (4) リレーのマーク(テープ等)は各校で準備すること。また、使用したマークは各校で責任をもって除去すること。  
なお、マークは幅5cm、長さ40cmを超えないものとする。
- (5) 競技者以外の者はトラック・フィールドに入らないこと。
- (6) 貴重品は各自、各学校で責任をもって保管し、盗難・紛失等に十分注意をすること。
- (7) 各自出したゴミは持ち帰りとする。
- (8) 競技場周辺の店舗、民家、また運動公園利用者に迷惑となる行為は厳に慎むこと。