競 技 注 意 事 項

1. 規則

競技は2026年度日本陸上競技連盟規則及び本大会要項に従って行います。

・競技規則：違反による失格取り扱い（CR18.5、TR16.5）は適用しません。

2. 競技

本大会は、記録会形式で行います。トラック競技はタイムレースとし、フィールド競技の試技は走高跳を除き3回とします（トップ8は行いません）。

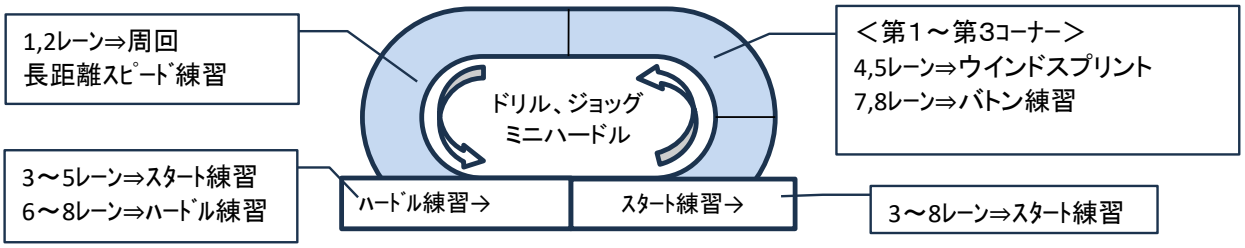
3. 練習

①練習は競技場、競技場周辺で安全に十分注意して行って下さい。

・競技開始15分前までは、競技場が使用できます。（フィールド競技は不可）

・100m、200m、110mH、100mH競技中は、バックストレート中央から第1ｺｰﾅｰ中央を練習可とします。

＊ホームストレート以外の3ﾚｰﾝは安全確保の空きﾚｰﾝ



②フィールド競技の練習は、競技開始前に審判の指示を聞いて競技場内で行って下さい。

③運動公園内への投擲物(ﾒﾃﾞｨｼﾝﾎﾞｰﾙ等を含む)の持ち込みは一切禁止とします。

4. 招集

①招集所は、100mスタート付近の倉庫内に設けます。

②招集に遅れた者は棄権となり、出場できません。

③招集時間の開始、及び完了時間は下の表のとおりです。時間厳守して下さい。

種　目	招 集 開 始 時 刻	招 集 終 了 時 刻
トラック競技	競技開始　３０分前	競技開始　１５分前
フィールド競技	競技開始　４０分前	競技開始　２０分前

④招集は、上の表の時刻までに競技者本人（代理人は認めない）が招集所に行き競技者係から点呼を受けて、その場から離れず競技者係の指示に従ってください。

※市内中学の選手で、競技時間と招集時間が重なる場合は、1種目目の招集時に事前に各校で準備した『多種目同時出場届B』を提出してください。

⑤トラック種目に出場する選手は、競技者係から腰ナンバーを受け取り、安全ピンで右腰後方に付けてください。なお、リレー競技については第4走者のみ腰ナンバーを付けてください。

長距離種目（800m以上）は、レーンナンバー（胸用）と腰ナンバーを受け取り、安全ピンで付けてください。

但し、一般男子の長距離種目は、腰ナンバーのみ受け取り、安全ピンで右腰に付けてください。

※競技終了後、腰ナンバー、レーンナンバーカードはゴール付近のカゴに入れて返却してください。

⑥招集後、競技開始10分前にはスタート・ピット近くに待機し役員から点呼を受けその指示に従ってください。

⑦四種競技について

第1、第4種目の招集は、招集完了時刻までに招集所で点呼を受け、腰ナンバーを受け取り、右腰後方に付けてください。第2、第3種目（フィールド種目）の招集は各ピットで行うので、20分前までに集合してください。

5. 入退場

①入場については役員の指示に従って下さい。

②トラック競技は、終了後、ゴール近くの門、スタンドあるいはバックストレートを通り戻ってください。フィールドを横切ったり、本部の前を通過したりしないでください。スタート地点の私物を忘れずに持ち帰ってください。

③フィールド競技は、競技終了後役員の指示で最寄りの出口より退場して下さい。

6. アスリートビブス

①アスリートビブスは、胸（腹ではない）と背にしわにならないように伸ばして四隅をしっかりとつけてください。

②走高跳、走幅跳は胸か背の一方をはずして競技してもかまいません。

③アスリートビブスを忘れた選手は、大会本部（総務）申し出てください。

7. 走高跳における最初の高さとバーの上げ方及び砲丸の重さ

①走高跳のバーの上げ方は次の表のように上げていきます。

種　目	練　習		1	2　以　降
中学共通男子・四種競技走高跳	1m20	1m40	1m25	1m30～1m65まで5cm刻み、以後3cmずつ
中学共通女子・四種競技走高跳	1m05	1m20	1m10	1m15～1m45まで5cm刻み、以後3cmずつ

②中学男子砲丸投は、4kgを使用します。

8. リレー競技について

①リレー競技に出場するチームは、招集所でリレーオーダー用紙をもらい、必要事項を記入して競技開始1時間前までに招集所に提出して下さい。（棄権を含む）

②リレー競技に出場する選手は、デザイン、配色が同一であれば選手によりユニフォームのタイプを選択することは問題なしとします。また、異なるメーカーのユニフォームを着用することも問題なしとします。

③リレーのマーカーの使用は1か所とします。（TR24.4）

9. スタート・失格の扱い

不正スタートした競技者はすべて失格になります。但し、混成競技においては、各レースでの不正スタートは1回のみとし、その後に不正スタートした競技者は全て失格とします。

10. 記録・同成績

①競走競技はすべてのレースにおいて写真判定を採用します。

②400m以下のトラック競技において同タイム者が出たときは、1000分の1秒以上の比較をし、着差の判定をします。

③フィールド競技は1位から3位まで順位を決定します。

11. レーン

800mはスタートからオープンレーンで競技を行います。

12. 3000m、5000mの給水

気象条件によって給水を行います。

13. 用器具

①器具は、競技場備え付けのものを使用して下さい。

②スパイクのピンの長さは、走高跳は12mm以下、他は9mm以下の物で、その数は11本以内です。
また、先端近くで、少なくとも長さの半分は4mm四方の定規に適合するものとします。
※ニードルピンは使用できません。

③シューズ（スパイク・ランニングシューズ含む）の靴底（ソール）全体の厚さは以下の通りとする。
・トラック種目；20mm以内
・フィールド種目；20mm以内　（走高跳は踵を含む。走幅跳は前部は踵より厚くなってはならない。）
砲丸投は競技用靴に関する制限はありません。

14. 表彰

①中学生は各種目とも1～3位に賞状・メダルを授与します。4～8位には賞状を授与します。
一般は各種目とも1位に賞状・メダル、2～8位には賞状を授与します。

②一般の入賞者は、各競技終了後、準備が整い次第本部で賞状等を受け取ってください。

③市外・市内中学の入賞者の賞状等は、まとめて各学校の顧問に渡します。

④入賞者の賞状等の準備が間に合わない場合は、後日各学校及び代表の方に送らせていただきます。

15. その他

①服装は見苦しくない服装で行い、ユニフォームはランニングパンツの下に入れましょう。

②入場は、開場した後、役員の指示に従って、走らないで入場してください。

③ゴミは全て持ち帰って下さい。帰る前に各学校・団体でゴミが残ってないか確認して下さい。

④不要にトラック、フィールド内に入ったり、スタート後方、ゴール前方に出ないで下さい。
また、役員、走幅跳選手以外の生徒は本部前を通過しないで下さい。

⑤スタートの時は特に静かにし、選手の妨げにならないように注意してください。

⑥競技中にけがをしたら近くの役員に連絡して、応急処置を受けて下さい。傷害事故等の発生について、応急処置は本部で行いますが、以後の保険適用外の責任は負いません。

⑦マスクの着用は個人の判断で着用してください。なお、競技中はマスクを着用しないでください。

⑧手洗い・手指の消毒を心がけてください。

⑨訂正については、8：00（競技開始1時間前）までに本部（総務）に届け出てください。

⑩公園内における事故、盗難について、主催者は一切責任を負いません。所持品等の管理は各自の責任において行ってください。

★開場時間　　7時30分