

競技に関する注意事項

1 競技会全般に関して

1. 本大会は2026年度日本陸上競技連盟競技規則および、本大会申し合わせ事項により実施する。また、競技者は日本陸連「競技会における広告及び展示物に関する規定」を適用し、違反する場合は注意を行う。本大会のスタート動作における競技規則は、国内ルールを適用する。
2. 各団体代表者(学校については引率教員)は、競技の招集開始時刻までに受付を済ませておく(受付がない場合、競技者は競技に出場できない)。
3. 招集所、招集時間について
 - (1) 招集所は、1階正面玄関ウッドデッキに設ける。
 - (2) 招集時間は、タイムテーブルに記載されている時間とする。出場種目が重複し、競技中に招集時間が設定されている場合は、最初の招集の際に申し出る。
4. 事故・怪我の発生について
主催者は、競技会中やウォーミングアップ中などに発生した事故・怪我について、応急手当は行うがその責任を一切負わない。
5. ウォーミングアップについて
 - (1) 本競技場
本競技場内でのウォーミングアップは**競技および運営に支障のないトラック部分**で行うことができる。朝のウォーミングアップについては、**準備が完了した後、第1種目開始15分前まで**行うことができる。逆走をしたり、競技中の選手と併走をしたりしないこと。
1500mの競技実施中に100mH、110mHのハードルを利用したウォーミングアップをホームストレート側で行ってよいが3台目までとしゴール付近までは走らないこと。(10:45~12:10)
6レーン：男子、7レーン：中学男子、8レーン：女子、9レーン：中学女子
 - (2) ウォーミングアップ場 [野球場]
 - ①終了時刻は最終種目招集開始時刻までとする。
 - ②跳躍練習、投擲練習、スパイクを利用した練習は実施できない。
 - ③他人の怪我につながる可能性のある行為はしない。
 - ④競技役員から指示があった場合、その指示に従うこと。
 - (3) 施設内のジョギングコースなどについて
他の利用者や通行車両などに迷惑をかける行為は行わない。また、事故が無いように注意する。特に西側駐車場内を走行しない。
6. 施設設備の使用について
 - (1)競技場開門時間は8時とする。
 - (2)1階正面玄関ウッドデッキを控え場所として使用しない。(緊急時には、避難場所として使用する。)
 - (3)今大会では競技終了後の清掃当番をおかない。各自で出したごみは必ず持ち帰ること。施設近隣のゴミ箱等に捨てることはしない。
 - (4)駐車場を各団体の待機場所としない。
 - (5)4月4日は競技場内のスタンドに荷物を置いて行ってもよいが、風で飛ばないようにしておくこと。また、紛失をしても各団体の責任とする。(2階のウッドデッキはおいていかない。)
7. 写真及びビデオ撮影について
本大会では、撮影許可証を発行ないが、以下の内容についての遵守すること。

- (1) 本人及び保護者の了承がない撮影を禁止する。
- (2) 一眼レフ、ビデオカメラでの撮影は禁止する。
- (3) 下記のエリアはどのような人物であっても撮影禁止とする。
 - ・グラウンドレベルでの撮影
 - ・各種目のスタート後方
 - ・走高跳、棒高跳、走幅跳の助走後方と着地前方
 - ・走高跳のマットに向かった正面（クリアランス動作中）
- (4) スタートブロックの足合わせを行っている間や試技を待っている間、身体を動かしている間など競技の準備を行っているときは撮影禁止とする。
- (5) 他者に著しく迷惑をかける行為と主催者が判断する場合は、速やかに警察及び関係機関に連絡をする。

2 競技に関して

1. アスリートビブス（ナンバーカード）について※2026年度のナンバーを使用すること。
 - (1) ユニフォームの胸、背に確実につける。ただし跳躍競技は、胸または背につけるだけでもよい。
トラック競技は、招集時にレーンナンバーによる「腰ナンバーカード」を貸与する。ランニングパンツの右横やや後方に、明確に数字が読めるようにつける。
 - (2) 長距離種目においては、腰ナンバーカードを両腰につけることもある。
 - (3) 4×400mRの第2走者以降は腰ナンバーカードを右腰につける。
 - (4) 腰ナンバーカードは、フィニッシュ後直ちに係員に返却する。
2. 競技の番組編成について
トラック競技の走路順・フィールド競技順は、プログラム記載順とする。
3. 競技用靴について
 - (1) 審判長の判断により、靴底の厚さを計測することがある。計測の結果、違反が認められた場合はその競技者を失格とする。
 - (2) 全天候走路なので、トラック・フィールド共スパイクのピンの長さは9mm以下とする。ただし、走高跳・やり投は12mm以下とする。いずれの場合も本数は11本以内とする。
4. 400mまでのトラック競技では、フィニッシュした後も他の競技者の安全確保のために、自分に割り当てられたレーン(曲走路)で減速し止まる。
5. 800m競走を9名以上で行う場合について
 - (1) 外側のレーンから2名ずつ配置する（外側のレーンは曲走路が緩く比較的安全なため）。
 - (2) 原則として1～6レーンは1名ずつ配置する。また、各組のランキング上位者から1～6レーンのいずれかになるよう番組編成を行う。
 - (3) 欠場者がいる場合は、レーンナンバーの若い順に内側から配置する。招集完了後にスタートするレーンを決定する。
6. 長距離種目の実施について
 - (1) 人数によってはグループスタートを実施する。実施時のグループは招集完了後に決定する。
 - (2) 天候等により給水を実施することがある。
5. 三段跳の踏切板の位置については男子11m・女子9mとする。
6. 走高跳のスタートは男子140cm、女子120cmとする。
7. 競技器具について
 - (1) 原則として競技場備え付けのものを使用する。
 - (2) 棒高跳の「ポール」は、各自が持参した物を使用する。

8. 競技進行の都合上、制限時間を設ける。各競技スタート後、以下に記載している時間の経過時点で、残り1周に達しなかった競技者は、その週のフィニッシュラインで競技を中止させる。

	男	女
3000m	11分	13分
3000mSC	12分	
5000mW	38分	

9. 小学生4×100mRについては「友の会」ルールに準ずる。