

競 技 注 意 事 項

- 1 本大会は、2026年度日本陸上競技連盟競技規則に準ずるが、小学生であることを考慮して、一部は「友の会ルール」を適用する。

2 競技場への入場について

公園の工事に伴い駐車場が不足しています。公園の駐車場の使用は大会役員を優先いたしますので、一般の方は、公共交通機関の利用または、近隣のコインパーキングを利用ください

- (1) 7時から審判の入場を行い、並行して各クラブの選手コーチの入場を行う。
- (2) 保護者の入場は、観客席ならびに芝生席の入場を許可する

3 ナンバーカードについて

- (1) 陸連登録者は、申請して配布されたものを胸と背につける。

男子：青地に黒文字、女子：赤地に黒文字

4 招集について

- (1) チーム受付は、本部（記録室）で行う。プログラム訂正は8時30分までに本部の原本に書き込む。
- (2) 招集は、トラック種目はA階段下で、フィールド競技は各種目競技場所で行う。
- (3) 招集の受付は本人が行い、時間に遅れたものは棄権とみなして出場は認めない。
- (4) 他の種目に出場しているなど特別の事由がある場合は、代理人による招集を認めるので競技者係（招集所）に事前に申し出る。
- (5) 招集時間は、当該競技開始時刻を基準とし、次のとおりとする。

	招集開始時刻	招集完了時刻
トラック競技	25分前	15分前
フィールド競技	25分前	15分前

- (6) リレーのオーダー用紙提出は、8時30分までに本部に提出すること。オーダー用紙提出がない場合は棄権とみなす

5 競技について

- (1) スパイクシューズの使用はできるが、素足の参加は認めない
スパイクピンの長さは7mm以下とする
- (2) スタートの方法は、クラウチングスタートとし、コールは英語とする
3年生のスタートはスタンディングスタートとする【次頁に補足】
- (3) 不正出発は同じ競技者が2回不正スタートをした場合、その競技者は失格となる但し、失格者はオープン参加で走ることができる

5 競技について

(4) 80m ハードルは以下のように行う

ハードルの高さ：5, 6 年生 = 70 cm 4 年生 = 60 cm

ハードルの台数：9 台

ハードルの距離：スタートラインから第1ハードルまで13m、ハードル間7m、
最終ハードルからフィニッシュラインまで11m

(5) 走高跳

ア はさみ跳びとし、足裏から着地する

イ 連続して3回失敗した時点で競技終了とする

ウ バーの上げ下げは以下のとおりとする

	練習	1	2	3	4	5	
男子走高跳	90cm	95cm	1m00cm	1m05cm	1m10cm	1m15cm	以後 5cm
女子走高跳	110cm						

*4 年生は状況に応じて下げて行う。

(6) 走幅跳

試技は3回とする。

(7) ジャベリックボール投の試技数は3投、助走は15メートル以内とする。

ボールの部分を握り、オーバーハンスローで投げる

(8) 混合リレーは、男女各2名、走順はフリーとする。

メンバーが同学年で揃わないときは、下学年の繰上げ出場は認める。

6 表彰

記録会であるので、表彰は行わない

7 競技中に発生した傷害については、応急処置は主催者で行うが、以後は保護者の責で行う

8 荒天時など状況により大会の中止、あるいはプログラムの変更をする場合がある

【補足】3年生のスタンディングスタートについて、以下のとおり行う

①On your marks：スタートラインに立つ。気をつけの姿勢

②Set：片方の足を後ろに引き、腕をかまえる

③ピストルの合図で走り始める