

## 大会規則及び選手注意事項

1 本大会は、2022年度（財）日本陸上競技連盟競技規則及び本大会要項及び申し合わせ事項により実施する。  
ただし、TR39.8.3については適用しない。

### 2 競技者の招集

- (1) 事前に欠場が明らかな場合、朝の受付時にエントリーシートの種目欄に赤線を引き提出すること。  
受付後にケガ等で欠場をすることになった場合、TICで欠場届を受け取り、記入して招集所へ提出する。
- (2) トラック競技の招集所は100mスタート後方ゲート外（競技場外）に設ける。フィールド競技は各種目のピットに集合すること。
- (3) 招集は出場できる服装で集合し、密集を避け係員の指示に従うこと。  
招集時間の基本は次の通りとする。組ごとに招集時間を設定するので、タイムテーブル招集時間を確認すること。招集開始時間よりも早く来ることを禁止する。

		招集開始	招集完了
トラック	予選	招集完了時刻の5分前	タイムテーブル参照
	準決勝		
	決勝		
フィールド	投擲	競技開始 25分前	
	跳躍	競技開始 35分前	

※棒高跳は競技開始60分前を招集完了とし、競技場内での練習時間をとる。

### 3. 走高跳・棒高跳

バーの上げ方は最後の1人になるまでは、次の規定による。

		練習	1	2	3	4	5	6	7	8	
走高跳	男子	1.20/1.50	1.30	1.35	1.40	1.45	1.50	1.55	1.60	1.65	以降3cmきざみ
	女子	1.00/1.30	1.10	1.15	1.20	1.25	1.30	1.35	1.40	1.45	以降3cmきざみ
棒高跳	男子	1.60/2.00	1.60	1.80	2.00	2.20	2.40	2.60	以降10cmきざみ		
	女子	2.50	1.60	1.80	1.90	以降10cmきざみ					

### 4. 走幅跳・三段跳・投擲種目の試技回数

- (1) 参加人数と競技日程、新型コロナウイルス感染症拡大対策を考慮し、試技回数を設定する。  
(2) 試技回数については、【R4北麓タイムテーブル】に記載する。

### 5. トラック競技

- (1) ゴール後は、そのまま大きく左回りで競技場内の走路とスタンドの間を歩き、所定のゲートより退場すること。この時、同じ組の選手たちと1～2mの距離を空けて縦に並んで歩き、会話や接触等がないようにすること。ただし、ゴール後にフィールド種目にすぐに出場する選手はメインスタンド前を通過してもよい。  
(2) 不正スタートは1回で失格とする。

### 6. アスリートビブス

- (1) 小中体連指定もしくは高体連指定のアスリートビブスを各自で用意すること。  
(2) アスリートビブスを必ずユニフォームの胸・背両面に着けること。跳躍種目はどちらか一方でも良い。  
(3) 申込ナンバーからの変更は認めない。

### 7. 競技用靴

日本陸上競技連盟競技規則TR5に基づいて大会に参加すること。

(1) スパイクピンの長さは9mm以内とする。ただし、走高跳は12mm以内とする。いずれの場合も本数は11本以内とし、先端が鋭利なものは使用できない。

(2) 厚底シューズに関する規定は以下のとおりである。

種目	最大の厚さ	要件・備考
フィールド種目	20mm	全投てき種目と高さを競う跳躍種目および三段跳を除く長さを競う跳躍種目に適用。 全フィールド種目で、靴の前の部分の中心点の靴底の厚さは、踵の中心点の靴底の厚さを超えてはならない。
三段跳	25mm	靴の前の部分の中心点の靴底の厚さは、踵の中心点の靴底の厚さを超えてはならない。
トラック種目 (ハードル種目を含み、 800m未満の種目)	20mm	リレーにおいては、各走者が走る距離に応じて適用する。
トラック種目 (障害物競走を含み、800m 以上の種目)	25mm	リレーにおいては、各走者が走る距離に応じて適用する。

(3) WA (国際陸上競技連盟) が承認しているシューズを使用すること。

(4) アップシューズの中には、規定に触れる厚さのものが市販されているため、失格とならないように事前に確認すること。※例：砲丸投に出場する選手が、アップシューズを履いて試技を行おうとしたが、厚さが20mmを超えているため、その靴では出場できない。四種競技の砲丸投も同様である。

## 8. 表彰

各種目とも3位まで賞状を用意する。表彰については行わない。

## 9. ウォーミングアップ

(1) ウォームアップエリアとしてバックストレートを使用できる。

(2) 選手と指導者のみ入場することを可能とする。

(3) バックストレートの使用は十分に注意すること。1000mの競技中は、1～5レーンの使用は禁止とする。

(4) 集団でのアップは禁止とし、個別に距離を保つこと。

(5) ウッドストレートについての使用は禁止する。ただし、雨天時には使用可能とする。

## 10. その他

(1) 選手は熱中症対策を踏まえ、マスクを必要に応じて着用すること。(競技時は基本的に外して良い)  
詳しくは「コロナ感染防止対策マニュアル」の事項を読むこと。

(2) 選手の競技場入口は100mスタート地点付近のゲートのみとする。

(3) スタンドに集団でいることや声を出しての応援は禁止する。隣と1席空けて座ること。

(4) ベンチの密を防ぐため、選手の観戦はバックスタンド・サイドスタンドのみとする。選手以外の家族、監督コーチ、役員、報道関係者の観戦については、「コロナウィルス感染防止対策マニュアル」の注意事項に必ず従うこと。

(5) 各チームのベンチは競技場外周辺、もしくはサイドスタンド・バックスタンドに設営すること。ただし、公園来場者の通行の妨げにならないようにすること。モニュメントやあずまや付近には設置しないこと。

(6) 競技場内の横断幕設置は7:45～とする。ただし、バックスタンド・サイドスタンドにすること。

(7) 大会運営のために必要に応じて競技役員より指示が出されたときはそれに従うこと。

(8) 物品の管理について、各自の責任において紛失・盗難等のないように注意すること。

(9) ゴミの処理については各校持ち帰りを徹底し、競技場や公園内に残していかないこと。