

# 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ゴール地点付近のトイレ前（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。

(5) リレーについては、メンバー全員で招集所に集合すること。

(6) 招集所でトラック競技のみ腰ナンバー標識（レーン）を受け取る。

## 3. 走高跳・棒高跳

(1) 芝生側に走高跳マットを設置して行う。

(2) 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	9	10	11	12	
走高跳	男子	1.20/1.50	1.25	1.30	1.35	1.40	1.45	1.50	1.55	1.60	1.65	1.70	1.75	1.80	以降3cmきざみ
	女子	1.10/1.30	1.15	1.20	1.25	1.30	1.35	1.40	1.45	1.50	1.55	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・投擲種目

走幅跳・投擲種目は競技3回終了時点の上位8名には、さらに3回の試技が与えられる。ただし、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、試技回数を変更する場合がある。

## 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. リレー競技

- (1) リレー予選のオーダー用紙は事前に作成し、**朝の受付**で提出すること。リレー決勝のオーダー用紙は招集完了1時間前までに招集所へ提出する。リレーオーダー用紙は、事前にホームページからダウンロードしたものを使用すること。
- (2) 予めエントリーした選手から2名以上が走らなければならない。エントリー以外の選手が走る場合は大会プログラムに記載された選手でなくてはならない。
- (3) リレー競技においては、同一系のユニフォームを着用する。

## 7. アスリートビブス

- (1) 小中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。

## 8. 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
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。 競技場内で行う競歩競技の靴底の最大の厚さは、道路競技と同じにする。

- (3) フィールド競技シューズ規則 (TR5.5) については適用除外措置とする。そのため、本大会ではフィールド競技種目の厚底計測は行わない。

詳しくは日本陸連HPの「フィールド競技シューズ規則 (TR5.5) 適用除外に関するQ&A」を見ること。

## 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と芝生公園を使用できる。
- (2) バックストレートには選手と指導者のみ入場することが可能になる。
- (3) バックストレートを使用の際は、競技中の選手に注意すること。5～8レーンのみ使用すること。
- (4) 来園者もいるため芝生公園ではマスク着用などの配慮をすること。また、道具の使用は禁止とする。

## 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。
- (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。ゲートボール場への侵入することは禁止する。