

大会規則及び選手注意事項

1 本大会は、2026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。

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スタート地点付近の器具庫の外（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、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10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 35分前	
	跳躍	競技開始 35分前	

※棒高跳は競技開始90分前を招集完了とし、競技場内での練習時間をとる。

※円盤投は競技開始40分前を招集完了とし、競技場内での練習時間をとる。

(4) 四種競技の招集については、トラック競技・フィールド競技ともに招集所とする。

(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）を受け取ること。

3. 走高跳・棒高跳

(1) 芝生側に走高跳マットを設置する。助走はトラック側から行う。

(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	
走高跳	1年男子	1.10/1.30	1.15	1.20	1.25	1.30	1.35	1.40	1.45	1.50	1.55	1.60	以降3cmきざみ
	共通男子	1.20/1.45	1.30	1.35	1.40	1.45	1.50	1.55	1.60	1.65	1.70	1.75	以降3cmきざみ
	四種男子	1.10/1.30	1.15	1.18	1.21	1.24	1.27	1.30	1.33	1.36	1.39	1.42	以降3cmきざみ
	1年女子	1.00/1.25	1.10	1.15	1.20	1.25	1.30	1.35	1.40	以降3cmきざみ			
	共通女子	1.10/1.30	1.15	1.20	1.25	1.30	1.35	1.40	1.45	以降3cmきざみ			
	四種女子	1.00/1.25	1.10	1.13	1.16	1.19	1.22	1.25	1.28	以降3cmきざみ			
棒高跳	共通男子	1.60/2.00 2.30	1.40	1.60	1.80	2.00	2.20	2.30	2.40	2.50	2.60	2.70	以降10cmきざみ
	共通女子		1.40	1.60	1.80	2.00	2.10	2.20	2.30	2.40	2.50	以降10cmきざみ	
	1年女子		1.40	1.60	1.80	1.90	2.00	2.10	2.20	2.30	2.40	2.50	以降10cmきざみ
	1年男子		1.40	1.60	1.80	1.90	2.00	2.10	2.20	2.30	2.40	2.50	以降10cmきざみ

(3) 進行については、競技役員の指示に従うこと。

4. 走幅跳・投擲種目

(1) 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を考慮し、試技回数を変更する場合がある。

(2) 投てき用具については、すべて競技場に備え付けのものを使用する。

5.トラック競技

- (1) ゴール後は、メインスタンド前を通過してはならない。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。四種競技においては、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をした競技者は、すべて失格とする。
- (3) 不正スタートの不適切行為に関しては、警告(イエローカード)を与えられることがある。本大会は種目ごとの累積とし、同一種目のイエローカード2枚で当該種目のみ失格(レッドカード)とし、それ以後の他の種目の出場は可能である。
- (4) 招集完了後の最終出場者数によって、3000mの2段階スタートを設定する。

6. リレー競技

- (1) リレーオーダー用紙を作成し、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) 予選では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。決勝では予選で走った4名中の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)
- (3) 個人の種別に関わらず、いずれの種別のリレーにもエントリー、出場ができる。ただし、1年、共通に重複してエントリー、出場はできない。
- (4) 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ように作られていなければならない。
- (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	走幅跳・走高跳・棒高跳に適用。 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。
トラック種目	20mm	100m、200m、400m、800m、1500m、3000m、ハードル、4×100mリレーに適用。

- (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：走幅跳に出場する選手が、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。四種競技の走高跳も同様である。
- (5) 規定外シューズ使用者の扱いについては「失格」とする。競技前に確認した場合は、そのシューズの使用を認めない。招集後に規定外のシューズの使用が確認された競技者は失格とする。
- (6) 砲丸投・円盤投においては、シューズ規定の適用を除外する。

9. 表彰

- (1) 決勝終了後に表彰を行うため、該当する選手は速やかに正面玄関に集まること。
表彰については、ユニフォームでは行わず、Tシャツやジャージで行う。
- (2) 各種目とも3位までに賞状を用意する。
- (3) 入賞者の得点は1位8点・2位7点・・・8位1点とし、男女別1年・共通の部ごとに総合得点を競う。なお、総合順位決定において同点の場合には、その種別で上位者が多い中学校を上位とする。

10. ウォーミングアップ

- (1) ウォームアップエリアとして補助競技場を使用できる。
- (2) 補助競技場には選手と指導者のみ入場することが可能になる。
- (3) 補助競技場での走高跳、砲丸投ピットの使用は、役員のいない中では禁止とする。円盤投と棒高跳については、補助競技場のピット及びマットの使用は禁止とする。
- (4) 雨天走路は走幅跳の待機場所となるため、当該種目の選手以外の立ち入りを禁止する。
- (5) バックスタンド下の走路はチームベンチエリアとなるため、ウォーミングアップでの使用を禁止する。

11. その他

- (1) 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。
- (2) スタンドでの応援については、メインスタンドでの集団での応援は禁止とする。(別紙「横断幕設営および集団応援について」参照)
- (3) スタンドへの入退場の制限については行わない。
- (4) チームのベンチは、各チームの責任において設置すること。補助競技場内、公園内の備え付けのベンチに設置することは禁止する。
- (5) 1日目終了後、競技場外に各チームの荷物はまとめてブルーシート等でくみ競技場側にまとめて置いておくことができる。その際の責任はすべてそのチームが負う。
- (6) 7:30～競技場内のメインスタンド・バックスタンド下のチームベンチの設営が可能。競技場内の横断幕設置、応援ベンチ設営も7:30～とする。ただし、横断幕、応援ベンチの設営はバックスタンド・サイドスタンドの中段以上にすること。
- (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。
- (10) 天候等の事情(WBGT値・雷等)によりタイムテーブルが変更になることがある。
- (11) 天候等の事情(WBGT値・雷等)により決勝が行われなかった場合は、予選の記録を決勝記録とする。
- (12) カメラやビデオにて写真撮影を行う際には、TICにて許可証をもらうと共に、撮影に係るルールを必ず守ること。ただし、スマホやタブレットで撮影する場合には許可証の必要はない。