

競 技 注 意 事 項

- 2025年度日本陸上競技連盟規則により競技を行う。
※一度の不正スタートでも、責任を有する競技者は失格となる。
※小学生の部のトラック競技の不正スタートは旧ルールとする。
(同一競技者が2回不正スタートした場合は失格)
- 招集について
 - 招集場所
 - ＜一般高校・中学＞
各競技場所及びスタート付近（リレー競技は各走者スタート位置）とする。
各競技に出場する者は各場所で係員の点呼を受けること。
競技場内へはGATE1またはGATE4から入場すること。
トラック競技とフィールド競技を兼ねる者は、トラック競技を優先とする。
ただし、その場合は必ずフィールド審判員に申し出て許可を受けること。
 - ＜小学生＞
GATE4で招集を行い、スタート地点まで誘導する。
 - 招集時間は裏表紙に記載のとおりとする。
 - 電子機器類の競技場内への持込を禁止する。（携帯電話、ミュージックプレーヤー・スマートウォッチ等）
 - リレーのオーダー用紙は招集完了の1時間前までにT I C（受付）へ提出すること。
次のラウンドへ進出した時は、選手に変更がなくても同様に提出すること。

3. バーの上げ方

走高跳 (練習) (開始)

(一高男子)	1m50	1m55	1m60	1m65	1m70	1m75	1m78	(以降3cmずつ)
(一高女子)	1m20	1m25	1m30	1m35	1m40	1m45	1m48	(以降3cmずつ)
(中学男子)	1m35	1m40	1m45	1m50	1m55	1m60	1m63	(以降3cmずつ)
(中学女子)	1m15	1m20	1m25	1m30	1m35	1m38	1m41	(以降3cmずつ)

棒高跳 (練習) (開始)

(一高男子)	3m00	3m20	3m40	3m60	3m80	3m90	4m00	(以降10cmずつ)
(一高女子)	1m80	2m00	2m20	2m30	2m40	2m50	2m60	(以降10cmずつ)
(中学男子)	2m20	2m40	2m60	2m80	3m00	3m10	3m20	(以降4m10まで10cmずつ、4m10から5cmずつ)
(中学女子)	1m60	1m70	1m80	1m90	2m00	2m10	2m20	(以降3m00まで10cmずつ、3m00から5cmずつ)

4 計測ライン (当日のコンディションにより変更することもある)

	走幅跳	三段跳	砲丸投	円盤投	ハンマー投	やり投
一高男子	5m80	12m00	8m00	高校 20m00	高校 30m	47m00
一高女子	4m30	9m00	—	18m00	—	25m00

	走幅跳	三段跳	砲丸投	円盤投	ジャベリックスロー
中学男子	4m80	10m00	7m00	20m00	28m00
中学女子	4m00	9m00	7m00	18m00	15m00

- 5組以上のトラック競技及び小学生トラック競技予選はすべてタイムレースとする。
リレー競技は予選上位8チームで決勝を行う。タイムレース決勝は16名でA決勝（予選上位8名・2組目）・B決勝（予選9～16位・1組目）を行う。＜一般男子100mのみC決勝あり＞
- スパイクのピンの長さは9mmを超えてはならない。また走高跳およびやり投の場合は、12mmを超えてはならない。
- 1500m以上の種目は、招集時に腰ナンバーカードを受け取り、右腰やや後方に安全ピンで付けること。レース終了後に係員に返却すること。
- 選手は競技終了後、審判員の指示に従ってGATE1から退場すること。

9. 表彰

各種目 8 位までの入賞者に賞状、1 位から 3 位の入賞者にはメダルを授与する。
表彰式は行わないので、結果のアナウンス後、受付で賞状とメダルを受け取ること。
B 決勝（C 決勝）は賞状なし。

10. 本競技会における傷病については、応急処置のみで以降の責任を負わない。

11 貴重品の保管については各自で十分に注意すること。

12. 第二競技場について

- ・ベンチを設置することを禁止する。
- ・ジョッグ及びウォーキングは、フィールド内の芝生を使用し、走路を使用しない。
- ・1・2 レーンは長距離専用、3～6 レーンは流し専用、7・8 レーンはハードル専用とする。
- ・スタート練習は110mHのスタートラインを使用すること。
- ・リレーのバトンパス練習は衝突回避のため、バックストレートを使用すること。
- ・走幅跳、走高跳の練習は所定のピットで行うこと。
- ・中学女子三段跳は、第二競技場のピットで競技を行う。
- ・投擲の練習は禁止する。
- ・走路及びピットに立ち止まっの指導を禁止する。
- ・走路は左回りとし、逆走は禁止する。
- ・走路の横断は十分に注意すること。
- ・投擲場は投擲競技が実施されるのでウォーミングアップでは使用できない。
- ・用具は使用する者で準備、片付けること。
- ・多目的広場は駐車場となるのでウォーミングアップ等に使用しないこと。

13. 競技場・スタンド席とも汚さないように気をつけ、ゴミは各チームで責任をもって持ち帰ること。
メイン競技場のコンコース、スタンドへのベンチ設置を認めるが、ベンチの設置は当日のみとする。
1 日目終了時、荷物を置いても構わないが、該当チームで責任を負うこと。
また、2 日目は小学生種目が実施されるので、譲り合って使用すること。

14 一般高校の競技結果は掲示板に掲示しないのでHPの結果速報で確認すること。

15 熱中症警戒アラート発令時にはタイムレース決勝となる場合がある。

