

第 45 回 陸上競技実施要項

1. 競 技

陸上競技

男子(1部・2部)

女子(1部・2部)

2. 競技規則

大会開催年度の(公益財団)日本陸上競技連盟規則及び本大会申し合わせ事項によるものとする。

3. 種 目

一部と二部(壮年の部)に区別する。種目は一部も二部も共通。

(1) 男子の部(16種目)

100m、200m、400m、800m、1500m、5000m、10000m、110m ハードル、4×100m リレー、4×400m リレー、走高跳、走幅跳、三段跳、砲丸投(7.26kg)、やり投(800g)、円盤投(2kg)

(2) 女子の部(10 種目)

100m、200m、400m、1500m、5000m、4×100m リレー 走高跳、走幅跳、砲丸投(4kg)、やり投(600g)

4. 出場資格

- (1) 男女とも、一部は39歳以下、二部は40歳以上とする。但し、40歳以上でも一部に出場することができる。
- (2) 1人あたりの出場種目はリレーを除いて2種目以内とする。
- (3) 盲ろう選手の参加は可能とする。但し、競技種目によって不可能になる場合があるので、主催へ事前に申し合わせすること。

5. 競技方法

- (1) 個人及び団体対抗(男女別総合で一部のみ)とする。
- (2) 団体対抗の得点は、1位8点、2位7点、3位6点、4位5点、5位4点、6位3点、7位2点、位1点とする。
得点について、1位～8位内に同じ都道府県の選手が複数入ってる場合は、上位の2人までを得点対象とし3人目以降は無得点とする。

6. 表彰

- (1) 表彰式は種目ごとにレース終了後行うので、第3位までの入賞者は、レース後すぐ本部表彰控所へ集合すること。
- (2) 優秀な記録を出した選手には、最優秀選手としてトロフィー又は盾を授与する。

7. 参加申込み

出場する場合、陸上個票に1種目毎に氏名・加盟団体名・自己の最近記録を明記し、参加申

込書(大会指定の用紙による)に添えて申し込む。

8. 注意事項

(1) 競技場への立ち入り

競技場へは、競技役員、補助員、出場中の選手、実行委員、手話通訳者及び許可を得た報道関係者以外は立ち入ることができない。

(2) 更衣室について

貴重品・衣類の盗難防止のため、更衣室ではロッカーを使用してもよいが、貴重品の管理は各自で責任を持つこと。

(3) 練習について

競技役員の指示に従って行う。

(4) 招集について

① 招集の開始及び完了の時刻は下図のとおりとする。

競技の種目	招集開始時間	招集完了時刻
トラック競技	競技開始時刻 30 分前	競技開始時刻 20 分前
フィールド競技	競技開始時刻 40 分前	競技開始時刻 30 分前

② 招集の点呼を済ませた人は、招集所で待機しなければならない。代人による点呼は認めない。

③ 招集完了時刻に遅れた選手及び招集完了時に招集場所にいない選手は、棄権したものとみなす。

④ 招集場所から競技場へ移動、または競技場から退場するとき、係員が案内するので、係員の指示に従う。

⑤ 2種目同時に出場する人は、その旨本人(代人でも可)が招集終了時まで申し出る。

⑥ リレー出場チームは、招集 1 時間前までにオーダー用紙を競技者係に提出する。

(5) 入場

競技者係にナンバーカードの確認を受けた後、係員の誘導で競技場に入る。

(6) 走路順及び試技順

トラック競技の走路順及びフィールド競技の試技順は、プログラム記載の順序とする。予選をしたトラック競技の決勝の走路順は主催者が公正に抽選し、その結果は予選終了後、招集所に掲示する。

(7) 走高跳、バーの上げ方

予選で5cm、決勝で3cm ずつ上げる。

1位決定の際は 2 cmとする。

(8) 用 具

① 砲丸投の砲丸は、男子は 7.26kg、女子は 4kg を使用する。

② 円盤投の円盤は、男子は2kg を使用する。

③ やり投の槍は、男子は 800g、女子は 600g を使用する。

④ スパイクシューズは全天候型のピンを使用し、トラック及びフィールドは 9 mm以下、走高跳及び槍投については 12 mm以下とする。

(9) 競技服装

① 競技を行うときは競技服装(ユニフォーム)を着用する。

また、リレーについては、同一のユニフォームを着用する。

- ② ナンバーカードは、実行委員会が交付したものを使用し、競技服装の上衣の胸部及び背部に安全ピンで留める。ただし、走高跳に出場する者は、胸部又は背部のいずれか一方でよい。
- ③ トレーニング中又は競技中に、一般に認められた団体の名称以外の広告を付けたものを競技場内に持込むことは、(公益財団)日本陸上競技連盟競技規則に抵触するので厳に慎む。

9. 本要項の改正

- ・ 一部改正 2004年2月22日 第6回全国委員会
- ・ 一部改正 2007年3月9日 第3回本委員会
- ・ 一部改正 2010年2月7日 第3回本委員会
- ・ 一部改正 2012年2月5日 第3回本委員会