

大会規則 競技上の注意

1 競技規則について

本大会は、2025年日本陸上競技連盟規則または本大会申し合わせ事項により実施します。

2 練習場所および練習について

- ①ウォーミングアップは競技場バックストレート2～8レーンまたは周回道路を使用します。
公式練習以外の投てき練習は禁止です。ハードル練習は、レーンと時間を指定します。
競技の進行や周回競技中、歩行者の迷惑にならないように十分注意しながら行ってください。
- ②ウォーミングアップのための用具の貸し出しは行いません。
- ③跳躍・投てきの公式練習や公式試技の回数は競技役員の指示に従ってください。
- ④ウォーミングアップや練習は、事故防止に十分配慮して行ってください。
リレー競技のバトンパス練習では、レーンナンバーをコールし、前後の安全確認をしてください。
レーンの進入、退去にも十分な注意、レーン上に長くとどまらない等の配慮をお願いします。
- ⑤周回競技中は競技優先とし、セパレート種目では全てのレーンを空けるので、係員の指示に従ってください。

3 アスリートビブスについて

- ①配布された大きさで、胸と背部に4すみを止めてください。(跳躍競技はどちらかに)
- ②トラック競技は招集所で腰ナンバーを受け取り、右腰やや前方に安全ピンで止めてください。
スパッツは必ず安全ピンで止めてください。
- ③フィールド競技には腰ナンバーはありません。

4 招集について

トラック競技の参加者は、必ず本人が招集所にてアスリートビブス・シューズの確認を受けてください。
招集所で開始15分前に招集を完了し、スタート地点に10分前までに移動し、出発係の最終点呼を受けてください。

フィールド競技の参加者は、各競技場所に競技開始30分前までに集合し、最終点呼を受けてください。

- ①招集は時間厳守をお願いします。遅れた場合は棄権とみなしますので、ご注意ください。
- ②競技で使用するシューズはWA規則第143条に従い準備してください。
特にロード用のシューズで20mmを超えるものはトラックでは使用できません。
(スパイクシューズでの砲丸投げ禁止 スパイクの長さ9mmを超えてはならない。周囲4mm)
(やり投げ、走高跳のみスパイクピン12mmまで)

5 競走競技について

- ①申し込み後の選手変更は認めません。NANSのシステム上、記録が計測されません。
- ②トラック競技のレーン順は、プログラムの記載順とします。
- ③トラック競技は全競技タイムレースとします。
- ④セパレートコースで行う競技は、競技場保護のためにできる限り1・2レーンを開けて実施します。
- ⑤400m以下のスタートについては、クラウチングスタートとし、スターティングブロックを使用します。

(小学生は使用しないとき、出発係に申し出てください。姿勢はクラウチングスタートで行います。)

- ⑥不正した競技者は失格とします。(緑→機械の不具合、または注意(静止するのが遅い ぴくり動作等) 同じ注意を2度、受けた場合は失格とします。)

合図の前にブロックから足が離れてしまうと不正スタートで失格とします。(小学生は2回目の注意で失格とします。)

- ⑦スタートコールはイングリッシュコマンド「On Your marks」「Set」を用います。

- ⑧1500m は 8 分 5000m は 40 分 3000m は 20 分を超過して、その後の競技の進行に支障があると判断した時には競技を中断します。

6 跳躍・投てき競技について

- ①試技順は、全競技を通してプログラムの記載順とします。

- ②試技数は3回行い、順位を決定します。(ジャンプオフやトップ8などの4回目以降は行いません。)

最高記録が同じだったときには、2番目3番目の記録で決定します。)

- ③試技時間は厳守してください。超えた場合は無効試技とします。

残っている人数	走高跳	その他
4人以上	1分	1分
2~3人	1分30秒	1分
1人	3分	—
連続試技	2分	2分

- ④走高跳のバーの上げ方

練習の高さ 男子 1m35cm 1m58cm 女子 1m15cm 1m33cm 小学生 1m00cm 1m15cm

試技の高さ 男子 1m40cm から 女子 1m20cm からそれぞれ5cm ずつ上げます。

小学生 1m から 5cm ずつあげ 1m15cm から 3cm ずつ上げます。

※状況により審判長の判断で最初の高さを変更する場合があります。

各カテゴリーの競技者が1名のみ残った場合は、次の高さの希望を競技役員に申し出ることができません。

なお、バーを上げる高さ、上げ幅は競技役員と相談の上、決定します。

7 小学生のコンバインドについて

フィールド競技は本大会では試技3回とし、30分前からの公式練習に間に合うように移動してください。

・コンバインド A

8:30 80mハードル→10:00 走高跳 ピットに9:30までに集合してください。

最初の競技はトラックレースなので8:15までにトラック招集所で招集を受けてください。

走高跳の跳び方は、はさみ跳びとします。脚が最初にバーを越えて着地は足裏からとします。

・コンバインド B

8:30 走幅跳→10:00 ジャベリックボール ピットに9:30までに集合してください。

走幅跳ピットに8:00までには集合してください。片脚で踏み切り、両脚で着地します。

ジャベリックボール投の試技の際にはボール本体を持ち、オーバーハンドスローで投げます。

各競技の得点は、JAAF 小学生混成競技得点表によります。2種目の合計得点で順位を決定します。

最初の種目の試技に参加しない場合は、棄権とし2種目めには出場できません。

8 リレー競技について

オーダー用紙は出場チームの団体受付時にセットされているので、確認してください。

招集完了の1時間前までに、オーダー用紙に走順を記入し、各チームの監督のサインをもらってTICに提出してください。

招集所では4人揃って、アスリートビブス、スパイクシューズの確認を受けてください。

その際、アンカーは腰ナンバーを受け取り、右腰につけて確認を受けてください。

小学生および男女混合リレーの走順はこの大会においては、女男女男とします。

ユニホームは原則チーム全員同じとします。(男女の型の違いは配色が同一であることとします。)

バトンの受け渡しはテイクオーバーゾーン内で手渡しで行います。落としたときは、落とした競技者が落とした地点に戻ってレースを再開します。

(次走者がつけたマークはレース終了後に前走者が必ず外してください。)

9 記録の発表、記録証について

①記録の発表は埼玉県陸上競技協会速報ページで行います。

②記録証はTICにて500円にて所沢市陸上競技協会が発行しますので、申込書に種目、組、レーン、氏名を記入の上、申込書提出30分後に受領してください。郵送希望の方は住所を記入してください。

10 競技用器具について

競技用器具は、競技場備え付けの物を使用します。

ただし、やりのみ検定を12:30~13:00まで、用器具庫前で行います。

種目	小学生	中学男子	中学女子	高校男子	高校女子	一般男子	一般女子
やり						800g	600g
砲丸投げ		5Kg	2.72Kg	6Kg	4Kg	7.26Kg	4Kg
ハードル 高さ	80H9台 70cm	110H10台 91.4cm	100H10台 76.2cm			110H10台 106.7cm	100H10台 83.8cm
1台目まで インターバル 最終ハードル	13.00m 7.0m 11.00m	13.72m 9.14m 14.02m	13.00m 8.0m 15.00m			13.72m 9.14m 14.02m	13.00m 8.5m 10.5m
400H 高さ						10台 91.4cm	10台 76.2cm
1台目まで インターバル 最終ハードル						45m 35m 40m	45m 35m 40m

1 1 バックストレートでの練習時間とレーンについて

	7:50	8:00	8:10	8:20	8:30	8:40	8:50	9:00	9:10	10:30	11:00
2レーン			一般女子 5台								
3レーン			一般女子 5台								
4レーン		中学女子 5台				一般男子 5台					
5レーン		中学女子 5台				一般男子 5台					
6レーン	小学生 5台				中学男子 5台						
7レーン	小学生 5台				中学男子 5台						

※使用時間は変更となる場合があります。

1 2 観戦について

- ①観戦は芝生席で行ってください。選手が競技に集中できるようにご協力願います。
- ②競技運営上、縁石の下には選手、競技役員以外の立ち入りを禁止します。

1 3 撮影許可証の手続きについて

撮影を希望する場合総合案内所にて 撮影許可願いの用紙を提出し、ビブスを着用してください。
許可された撮影エリア（スタート前方 後方 ゴール付近 フィールド内は禁止）で選手が競技に集中できる範囲でお願いします。

盗撮は卑劣な行為です

体の一部をアップしての撮影 競技と関係のない目的での撮影 透過撮影 その他の迷惑行為
不審者を見かけたらお近くの競技役員にお知らせください。

1 4 個人情報及び肖像権の扱いについて

- ①大会申し込み時の個人情報については、大会運営及び広報活動等に必要な範囲で、プログラム、ホームページ、広報活動（新聞、雑誌を含む）等に使用、掲載いたします。
 - ②本大会実行委員会が認めた者が撮影した、写真、動画は大会運営及び広報活動等に必要な範囲でプログラム、ホームページ、広報活動（新聞、雑誌を含む）等に使用、掲載いたします。
- ※大会参加申し込み手続きにより、上記取り扱いに関する承諾をいただいたものとして、対応いたします。また、個人情報保護方針に従って適切な運用に努めてまいります。ご理解、ご協力のほどよろしくお願いいたします。

1 5 感染防止・自然災害への対応について

発熱があるときには、参加をお控えください。引き続き、こまめな手洗い手指消毒を励行します。
台風・豪雨・雷の発生については競技者・大会役員の安全を最優先とし、審判長の判断のもと延期・中止・中断する場合があります。また、タイムテーブルの変更を行う場合もあります。
各校監督・引率者は選手の掌握に努め、アナウンスに従って避難させ、安全を確保してください。

ご不明な点は 総合案内所係員、競技役員（審判服・ADカードを下げた人）、または TIC（テクニカルインフォメーションセンター）にお問い合わせください。