

競 技 注 意 事 項 [道新杯春季道南小学校陸上競技大会]

1. 本大会は2025年度公益法人日本陸上競技連盟競技規則と本大会申し合わせ事項に基づいて実施する。
2. 練習場および練習について
 - ・競技開始前は本競技場を使用してよい。
 - ・競技開始20分前までとする。時刻までに後片付けをし、速やかに本競技場から退場する。
3. 競技者の集合について
 - ・招集開始時刻および招集完了時刻はその競技開始時刻を基準とする。
 - （競技開始時刻が変更されることもあるので注意すること）
 - ・トラック選手では腰ゼッケン（胸ゼッケン）を机の上に置いておくので選手自ら取り自ら付ける。
 - （自分のレーンナンバーを間違わないように付けること）
 - ・第一点呼を行う。第二点呼は、競技開始30～15分前にアスリートビブスの点検を受け、氏名確認後、競技場へ誘導される。
 - ・リレーについてはオーダー用紙を提出してもらい一時点呼とする。第4走者は間違わずにレーンナンバー（腰ゼッケン）を付ける。
 - ・小学生に関しては関係団体の代表者に出場の手続き等指導してもらう。
 - ・招集完了時刻に遅れた者は棄権したとみなし処理する。
 - ・招集完了時刻に、同時または前後して他競技にも出場する者は当該競技役員にその旨申し出る。
4. アスリートビブスについて
 - ・定められたアスリートビブスを背と胸にしっかり付けること。ただし、跳躍競技の競技者は、背または胸に付けるだけでもよい。
 - ・トラック競技では写真判定をするので、腰ナンバーカードをランニングパンツの右側後方にしっかり付けること。リレーでは第4走者だけが付ける。
 - ・長距離競技については、黄色の胸ナンバーカードも自分で机の上から取り胸に付ける。
 - ・トラック選手はフィニッシュしたら腰と胸ナンバーカードを指示されたカゴに自分で入れる。
5. レーン順 競技順
 - ・トラック競技の走路順、フィールド競技の試技順はプログラム記載どおりとする。
 - なお、フィールド種目（走高跳を除く）は、3本の試技で行う。コンバインド種目（走幅跳・ジャベリック）は2回の試技、走高跳は、一つの高さについて2回までの試技とします。
 - ・トラック競技で欠場者のレーンはそのままあける。
6. 競技について
 - ・トラックレース予選の棄権者により、出場者が8名以内（小中学生9名以内）の場合は、予選をやめ、決勝の時刻に行う。また、リレーについてチーム数によって3・4年同時、及び5・6年同時スタートとする。
 - ・リレー競技のオーダーの申告は、招集完了時刻の1時間前までラウンドごとに行う。
 - ・不正スタートは、小学生においては同一競技者の2回目を失格とする。
 - ・競技規則 TR16.5の取り扱いについて
 - ①小学生は「不適切行為」は適用せず注意を与えるものとする。
 - ・出走合図は、小学3年生以上は英語合図とし、小学2年生以下は日本語合図とする。
 - ・小学4年生以上短距離のスタート方法は、クラウチングスタートとする。（3年生は推奨とする）
 - ・タイムレース決勝については、申込記録により上位・下位に分け、組分けを行う。
 - ・事故防止のため短距離競走ではフィニッシュ後も自分のレーンに沿って走り通すように、また、リレー競争の場合、バトンを受け渡した後も自分のレーンに留まり、競技終了後退場する。なお、レーン内に貼るマーカー（最大50mm×400mm）は自チームで用意し、終わったら必ずがす。
 - ・走高跳のバーの上げ方は下記のとおりとする。（天候等の事由で高さを変更することもある）

	練習	1	2	3	4	5	6	7	以降3cmずつ
5年男子	95	100	105	110	115	120	125	130	
5年女子	90	95	100	105	110	115	120		
6年男子	100	105	110	115	120	125	130	135	
6年女子	95	100	105	110	115	120			

- ・ジャベリックボール投の助走は15m以内とする。
- ・競技者に対する助力については、競技規則TR6.3.2に基づく。競技者はビデオ装置、レコーダー、ラジオ、CDプレーヤー、トランシーバーや携帯電話もしくはそれらに類似した機器を競技区域内で所持または使用できない。
- また、競技規則TR6.4.5フィールド種目に出場している競技者が、当該競技者に代わり競技区域の外にいる者によって録画されたそれ以前の試技の映像を見ること。その録画再生機器や録画映像は、録画映像を提供する者のすぐ近く

の位置であれば競技区域内に持ち込むことが認められる。映像をより詳しく見るために、競技者は映像を撮影した人とコミュニケーションを取りながら録画再生機器を手にしても良い。

- ・2種目を兼ねる選手についてはトラック競技を優先とする。しかし、出発係やフィールド審判員に告げ、他の種目の進行を考えながら、ぎりぎりまで試技を行うことが賢明である。

（参考）※ルール上、各試技ごとに一度のみ決められた順序によらないで、その試技を試すことができる。しかし、その時間が過ぎればパス扱いとなる。

※一般的には、自分の優先種目を決め、時間がなければ他の種目を捨てて一本に絞る、記録に挑戦するのが賢明である。特に小学生は、監督やコーチの配慮が必要である。

7. 競技場の入退場について

- ・競技場は、その競技をする選手と競技役員だけが入場することができる。それ以外の者は競技場に立ち入ることはできない。
- ・選手は本部前（表彰台付近）を通過することはできない。ただし、表彰の時はその限りではない。
- ・競技を終了した選手は次のように退場する。
 - ※トラック競技 フィニッシュ側より外に出て、スタート地点に戻り、衣服等を持ち帰る。
決勝の場合は、入賞者（3位まで）は表彰控場所へ移動する。
 - ※フィールド競技 審判員の指示に従い、安全に外側フィールドを通り自席へ戻る。
入賞者（3位まで）は、審判員の誘導で表彰控場所へ移動する。
- ※2種目兼ねて出場している選手は、審判員に告げて他の競技に素早く対応する。
- ※リレー競技に出場した選手は最寄りの出口から退場する。

8. 競技用具について

- ・スターティングブロックの使用は、原則として本競技場備え付けのものを使用する。使用は、100m、80m H、400m Rの決勝時のみ。
- ・投てき種目の器具は、競技場備え付けのものを使用する。
- ・砲丸は、男女共2.721kgを使用する。

9. スパイクシューズについて

- ・スパイクシューズの使用は自由とする。小学生のスパイクシューズはできるだけ短いピンが望ましい。
- ・全天候型スパイク及びピンを使用する。ピンの長さは9mm以下。走高跳は12mm以下。
本競技場ではニードルピンの使用も認める。

10. 表彰について

- ・トラック競技並びにフィールド競技で3位までに入賞した選手は表彰控場所で待機し表彰を受ける。
（リレーは8位までに賞状と3位までにメダルを贈る）4位～8位までの賞状は本部横に置くので取りに来ること。
- ・表彰を受けるもので他の競技に出場する場合、審判員または表彰係に告げて対応すること。また、表彰は代理でもかまわない。
- ・優秀な成績を収めた選手に「優秀選手章」を授与する。

11. 応急処置について

- ・医務室は本部内に設けてあり、応急処置までの用意がある。

12. 競技運営方法について

- （1）走幅跳とコンバインドB（走幅跳・ジャベリック）に出場した場合、同時刻で競技を行う場合は、走幅跳は3回の試技で順位を決定する。コンバインドの走幅跳については、2回試技し良い記録が得点化される。従って、コンバインドの選手は合計5回試技を行うことになります。
- （2）ジャベリックとコンバインドB（走幅跳・ジャベリック）についても、（1）と同様の考え方でジャベリックが5回の試技になります。
- （3）走高跳とコンバインドA（80m H・走高跳）に出場した場合、走高跳とコンバインドの走高跳には工夫をして競技を行います。通常の走高跳は一つの高さの試技は3回まで。コンバインドの走高跳は工夫をしていきます。
例として、女子の走高跳とコンバインド男子走高跳というようにコンバインドと分かるようにします。試技は一つの高さに2回まで。（男子の走高跳時に女子のコンバインド走高跳）
- （4）80m HとコンバインドA（80m H・走高跳）は、80m Hを2回走ることになりますが、時間を空けて行います。

13. その他

- ・第43回北海道小学生陸上競技大会の詳細は、北海道陸協のHPにて確認のこと。
- ・競技終了後、または各自帰宅する時、その周辺の清掃をする。（ゴミは持ち帰ること）
- ・トイレ使用については、備え付けのトイレトーパーパー以外を便器に捨てないこと。また、汚さないように十分注意して使うこと。
- ・自販機等により購入のペットボトル・びん・缶類はすべて持ち帰ること。
- ・落とし物については、競技会終了までは大会本部が預かり、それ以降は競技場事務所が預かる。

競 技 注 意 事 項 (第 7 1 回全日本中学校通信陸上競技大会 ・ 記録会第 4 戦)

- 1 本大会は 2 0 2 5 年度日本陸上競技連盟競技規則に従って実施する。
- 2 競技場および練習について
- ・ 競技開始前は本競技場を使用してよい。跳躍練習は競技用具の準備が完了している場合は、使用してよい。
 - ・ 競技開始 2 0 分前 (8 時 1 0 分) までとする。時刻までに後片付けをし、速やかに本競技場から退場する。
 - ・ その他の練習は室内練習場または屋外走路を利用して行う。なお、走る方向は競技場と同じ反時計回りとする。(リレー練習をはじめ、レーンに貼ったテープは必ず各自で片付けること)
- 3 競技者の招集について
- ・ 一時点呼 (掲示板の ○ つけ) を行なうこと。2 種目出場者は競技者係に申し出る。
 - ・ 招集完了時刻まで招集所 (第 4 コーナー入口付近) で点呼を行う。
 - ・ 競技者係が誘導する。
 - ・ 招集完了時刻に遅れた者は棄権とみなし処理する。
 - ・ 種目が重なっている選手は、競技者係に伝えるとともに、フィールド審判にもその旨を伝えること。
- 4 アスリートビブスについて
- ・ 定められたアスリートビブスを背と胸につける。ただし、跳躍競技者は背または胸につけるだけでよい。
 - ・ 腰ナンバーカードはランニングパンツの右側後方につける。ただし、リレーは第 4 走者だけがつける。
 - ・ 招集開始時刻になったら、招集所の机の上から腰ナンバー (長距離は胸ナンバー) を取り、自ら取り付ける。
- 5 レーン順 競技順
- ・ トラック競技の走路順、フィールド競技の試技順はプログラム記載どおりとする。
 - ・ フィールド種目の試技数は、3 本 + トップエイト 3 本とする。※記録会は 3 本とする。(走高跳以外)
 - ・ トラック競技で欠場者のレーンはそのままあける。
 - ・ 走高跳、棒高跳のバーの上げ方は次の通りとする。(天候などで変更することもある)

※最後の 1 人になるまでは下記の通り

	練習	1	2	3	4	5	6	7	
男 子	1 3 0	1 3 5	1 4 0	1 4 5	1 5 0	1 5 5	1 5 8	1 6 1	以後 3 c m 毎
女 子	1 1 0	1 1 5	1 2 0	1 2 5	1 3 0	1 3 5	1 4 0	1 4 5	以後 3 c m 毎
男 四 種	1 2 0	1 2 5	1 3 0	1 3 5	1 4 0	1 4 5	1 5 0		以後 3 c m 毎
女 四 種	1 0 0	1 0 5	1 1 0	1 1 5	1 2 0	1 2 5	1 3 0		以後 3 c m 毎
男 棒 高 跳	任意の高さ	1 8 0	以降10cmあがり						
女 棒 高 跳	任意の高さ	1 3 0	以降10cmあがり						

- 6 競技について
- ・ リレーのオーダー用紙は招集完了時刻の 1 時間前までに提出する。
 - ・ 不正スタートは 2 0 2 5 年度の競技規則による。
 - ・ 参加人数によってエントリー区分関係なく、同時スタートにする場合がある。
 - ・ TR 1 6 . 5 の取り扱いについて
中学生以上の「不適切行為」は警告を与える。同じ競技会の同一種目で 2 度の規則違反があった場合は失格とする。ただし、それ以後の種目の出場は妨げない。
 - ・ 事故防止のため、短距離走ではフィニッシュ後も自分のレーンに沿って走り通すように、また、リレー競争の場合、バトンを受け渡した後も自分のレーンに留まり、競技終了後退場する。なおレーン内に貼るマーカーは自チームで用意し、終わったら必ずはがす。

- ・録画再生機器や録画映像は、録画映像を提供する者のすぐ近くの位置であれば競技区域内に持ち込むことが認められる。画像をより詳しく見るために、競技者は画像を撮影した人とコミュニケーションを取りながら録画再生機器を手にしても良い。【TR6. 4. 5】
- ・2種目を兼ねる選手についてはトラック競技を優先する。

7 競技場の入退場について

- ・競技場はその競技をする選手と競技役員だけが入場することができる。それ以外の者は競技場に立ち入ることとはできない。
- ・選手は本部前（表彰台付近）を通過することとはできない。
- ・競技を終了した選手は次のように退場する。
 - ※トラック競技 フィニッシュ側ゲートより外に出て、スタート地点に戻り、衣服等を持ち帰る。
 - ※フィールド競技 審判員の指示に従い、安全に外側フィールドを通り自席に戻る。
 - ※リレー競技に出場している選手は最寄りの出口から退場する。

8 シューズについて

- ・シューズソールの厚さは競技規定内のものとする。
- ・スパイクシューズは全天候型スパイク及びピンを使用する。ピンの長さは9mm以下。ただし、走高跳は12mm以下とする。ニードルピンも使用可とする。

9 応急処置について

- ・医務室は本部内に設けてあり、応急処置までの用意がある。

10 その他

- ・競技終了後、または各自帰宅する時、その周辺を清掃する。（ゴミは持ち帰ること）
- ・落とし物については、競技会終了まで大会本部が預かり、それ以降は競技場事務所が預かる。