

競 技 注 意 事 項（道新杯秋季大会）

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。ただし、跳躍練習については、準備が完了している場合のみとする。
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。
- ・ 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。

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）
- ・ 第一次点呼(競技者係掲示板の点呼用紙に○を付ける)を行う。多種目が重なる場合は競技者係に必ず申し出ること。
- ・ 招集開始時刻になったらトラック種目は腰ビブス(胸ビブス)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）
- ・ 招集完了時刻(フィールド 30 分、トラック 15 分)になったら招集所に集合点呼を受ける。競技者係が指示または誘導する。
- ・ リレーについては、第 4 走者は間違わずにレーンナンバー(腰ビブス)を付ける。
- ・ 招集完了時刻に遅れた者は棄権とみなし処理する。
- ・ 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はっきり見えるよう 2 枚付けること。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、腰ビブス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、黄色の胸ビブス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ビブス(長距離)を指定されたカゴに自分で入れる。

5.レーン順 競技順

- ・ 予選における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(走高跳を除く)は、各競技者は 3 回の試技が許される。なお、ジャベリックボール投は 3 本連投とする。
- ・ トラック競技で欠場者のレーンはそのままあける。
- ・ トラック競技の準決勝以降については主催者が公平に組合せをし、走路順を決める。その決められた組合せ、スタートリストは掲示するので監督、選手は確認すること。

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 9 名以内の場合は、予選をやめ、決勝の時刻に行う。
- ・ 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〔16.5.1、16.5.2、16.5.3〕の取り扱いについて
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。
- ・ 小学生のスタートは、3 年生以上は英語合図、2 年生以下は日本語合図とする。
- ・ 小学生 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、組み分けを行う。
- ・ 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、終わったら必ずはがす。
- ・ 走高跳のバーの上げ方は下記のとおりとする。(天候等の事由で変更することもある)

	練習	1	2	3	4	5	6	7	8
4 年男	90	95	100	105	110	115	118	121	
4 年女	85	90	95	100	105	110	115	118	
5 年男	95	100	105	110	115	120	123	126	
5 年女	90	95	100	105	110	115	120	123	
6 年男	100	105	110	115	120	125	130	133	
6 年女	95	100	105	110	115	120	125	130	

※はさみ跳びとする。 ※表の 8 以降 3cm

- ・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類似した機器を競技区域内で所持または使用できない。
- ・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一回のパスとなる。
- ※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り、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。
 - 決勝の場合は、入賞者(8 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(8 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、本競技場備え付けのものを使用する。また、小学生の場合、決勝(100m、80mH、400mR)のみ使用することができる。
- ・投てき種目の器具は競技場備え付けのものを使用する。
- ・小学生の砲丸は、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。走高跳及びやり投げは 12mm 以下。本競技場ではニードルピンの使用も認める。
- ・シューズ規定に関するルール (TR5.2 ・競技用靴) は適用外とする。

10.表彰について

- ・トラック競技並びにフィールド競技で 8 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。(1~3 位迄にメダル) 未就学種目は全員に記録証を贈る。
- ・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。
- ・優秀な成績を取った選手に「優秀選手章」を贈る。

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.その他

- ・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、備え付けのトイレットペ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。

ゴミ処理、トイレ使用のマナーをお守りください。

ゴミは全て持ち帰りのご協力を!!

道南陸上競技協会のホームページ

<http://www8.plala.or.jp/dounanRIKU/topindex.htm>

競 技 注 意 事 項（中高新人大会兼記録会 5 戦）

- 1 本大会は2025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20分前（8時10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。
 - ・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。
 - ・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。
- 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。
 - ・記録会のフィールド種目の試技数は、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）

	練 習	1	2	3	4	5	6	7	以降3cmずつ
中学1年男子	115	120	125	130	135	140	145	150	
中学2年男子	125	130	135	140	145	150	155	160	
中学1年女子	105	110	115	120	125	130	135	140	
中学2年女子	110	115	120	125	130	135	140	145	
中学四種男子	120	125	130	135	140	145	150	155	
中学四種女子	105	110	115	120	125	130	135	140	
高 校 男 子	140	145	150	155	158	161	164	167	
高 校 女 子	110	115	120	125	130	135	138		
中学男棒高跳	150	160	180	200			以降10cmずつ		
高男棒高跳	170	180	200	220			以降10cmずつ		
高女棒高跳	150	160	180	200			以降10cmずつ		

★全道新人参加標準記録

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2025年度の競技規則によるが、小学生においては同一競技者の2回目を失格とする。
- ・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。
- ・TR16.5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。
- ・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

- ・記録賞を発行する。記録賞は本人または各チームの代表者がロビーまで取りに来る。
- ・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。