

競技注意事項

1 規則について

本競技会は2019年度日本陸上競技連盟規則並びに本大会要項及び競技注意事項によって実施します。

2 プログラムについて

- (1) 当日、競技者受付にて、ナンバーカードとともにプログラムを配付します。
- (2) プログラムに記載ミス（氏名、フリガナ、学年、所属等）があった場合には、8時45分、または遅くとも出場する競技の90分前までに大会本部に申し出てください。記録確定以後の訂正（記録証の訂正を含む）には、一切応じません。なおプログラムの記載事項は、申込の際に送信されたデータをそのまま使用しています。
- (3) プログラムは、残部がある場合に限り販売いたします。

3 招集について

- (1) 招集所は、100mスタート付近後方に設けます。棒高跳はピット（現地）で行います。
- (2) 各種目の招集の時刻は、プログラムに記載のとおりです。
- (3) 招集は本人のみで、代理人による招集は認めません。ただし、同時に2種目出場するものは、事前にその旨を競技者係及びフィールド審判員に申し出て競技に参加してください。
- (4) リレーのオーダー用紙は第1組の招集完了時刻の60分前までに競技者係（招集所）に提出してください。（オーダー用紙は招集所に用意してあります。）
- (5) 招集に遅れた者は失格になりますので、時刻を厳守してください。

4 ナンバーカードについて

- (1) ナンバーカードは主催者が用意します。胸と背部用に2枚配付します。
- (2) ナンバーカードはそのままの大きさを胸と背に確実につけてください。跳躍競技に出場する競技者は胸または背のどちらか一方でかまいません。
- (3) トラック競技に出場する競技者には、写真判定用の腰ナンバーを貸与しますので、パンツの右側の上部、やや後ろにつけてください。（リレー競技の場合は第4走者だけ腰ナンバーを使用します。）なお、腰ナンバーは競技終了後その都度、フィニッシュ地点付近で競技役員に返却してください。

5 競技について

- (1) 本競技場は全天候舗装のため、スパイクについては競技規則第143条を参照してください。
- (2) トラック競技のレーン順、及びフィールド競技の試技順は、プログラム記載順とします。
- (3) レーンを使用する競技では、競技者の安全のためフィニッシュライン通過後も自分に割り当てられたレーンを走ってください。
- (4) 女子800mのスタートはオープンレーンで行います。
- (5) 男子3000mはグループスタートで行います。
- (6) ハードル競技は以下の規格により行います。

種目	スタート～第1ハードル	高さ	インターバル	台数	最終ハードル～フィニッシュ
男子110mH	13.72m	0.914m	9.14m	10台	14.02m
女子100mH	13.00m	0.762m	8.00m	10台	15.00m

(7) リレーのメンバー変更について どのラウンドにおいてもメンバーのうち少なくとも2人は、そのリレーチームに登録した競技者でなければなりません。この要件を満たしている限りは、同一団体で他の種目にエントリーしている競技者を出場させることもできます(競技規則第170条10)。複数チームをエントリーしている場合はチーム間でのメンバー移動を認めますが、1人の競技者が複数のチームでの出場はできません。

(8) リレーにおける第1, 第2, 第3走者はテークオーバーゾーン内でバトンパス完了後も自分のレーンにとどまってください。

(9) リレーのスタート用マークは各チームで用意しレース後必ず外してください。

(10) 跳躍競技で使用するマークは主催者で用意します。

(11) 競技で使用する用器具は棒高跳のポールを除いて競技場備え付けのものに限ります。

(12) 走高跳のバーの上げ方は以下のとおりです。気象状況により変更することがあります。

練習 男子 1m25/1m45 女子 1m05/1m30

男子 1m30/1m35/1m40/1m45/1m50/1m55/1m60/1m65 以後最後の1人になるまで3cmきざみ

女子 1m10/1m15/1m20/1m25/1m30/1m35/1m40/1m45 以後最後の1人になるまで3cmきざみ

(13) 四種競技 走高跳のバーの上げ方は以下のとおりです。気象状況により変更することがあります。

練習 男子 1m15/1m40 女子 1m00/1m25

男子 1m20/1m23/1m26/1m29/1m32/1m35/1m38/1m41 以後3cmきざみ

女子 1m00/1m03/1m06/1m09/1m12/1m15/1m18/1m21 以後3cmきざみ

(14) 棒高跳のバーの上げ方は以下のとおりです。気象状況により変更する事があります。

練習 男子 2m20/2m80/3m40 女子 1m80/2m20

男子 2m20/2m40/2m60/2m80/3m00/3m10/3m20 以後最後の1人になるまで10cmきざみ

女子 1m80/1m90/2m00/2m10/2m20/2m30/2m40 以後最後の1人になるまで10cmきざみ

(15) 棒高跳は、ゼロラインより2.5mから5.0mの間は0.5mごと、5mから18mの間は1mごとにディスタンスマーカーを設置します。

(16) 走幅跳、砲丸投の試技は3回とします。

(17) 砲丸投は次の規格により行います。

男子 5.000kg 四種競技男子 4.000 kg 女子 2.721kg

6 その他

(1) グラウンド内(スタンド下ダッグアウトを含む)は、原則として全て競技区域とします。ただし、第1曲走路からバックストレートを経て第2曲走路までのトラックの外の部分(通路)の最も壁側をコーチングエリアとします。競技中において、競技場内のスタンド下ダッグアウトからの助言(指導)は禁止とし、フィールド競技中の助言(指導)は、主催者が指定したコーチングエリア内から行うもののみ認めます。

(2) 競技場内での練習は、すべて審判員の指示に従ってください。

(3) 競技中の事故については、主催者で応急処置はしますが以後の責任は負いません。

- (4) 盗難防止のため、貴重品は各自で保管し、スタンドでの盗難・置き引きには十分注意してください。
- (5) 競技場へのアクセスは <http://www.kamiyugi-park.com/access.html> を参考にし、徒歩経路を守ってください。
団地内を通り抜けることは厳禁とします。
- (6) 競技場に隣接する林地はディスクゴルフ場であるため、ここにテントを設置することはできません。また、東屋を占有しないでください。
- (7) ゴミは必ず自宅まで持ち帰ってください。(競技場及び周辺、駅などに捨てていかないでください。)
- (8) 記録証は1部300円で発行します。希望者は競技者受付まで申し出てください。

7 練習について

本競技会に参加申込をしている競技者に限って、競技場トラックを用いてウォーミングアップをすることができます。

競技会において練習中の事故が多発しています。事故防止のため下記の点に注意してください。

- (1) マーシャル、練習場係の指示に従ってください。
- (2) 逆走しないでください。
- (3) 走り終わってすぐに左右に曲がらず、後方を確認してから走路外に出てください。
- (4) 走路上で立ち止まらないでください。
- (5) 走路を横切るときは左右を確認してください。
- (6) お互いに譲り合って練習してください。
- (7) フィールド競技の練習は、競技開始前に競技役員の指示に従って行ってください。

練習場所と時間帯（予定）

トラック全周	1日目	なし		
	2日目	8:30~9:20		
バックストレート	1日目	8:30~10:30、	13:25~15:30	
	2日目	8:30~10:10、	13:25~15:50、	13:20~16:40

ハードル練習（ホームストレート）

1日目 8:40~9:20

走幅跳の練習（バックストレート）

1日目 8:40~9:20

2日目 8:40~9:20

競技会コード 19 13 3301 競技場コード 132080