

## 競 技 上 の 注 意 事 項

この記録会は、2019年日本陸上競技連盟競技規則によるほか、次の申し合わせ事項によって行う。

### 1. 招 集

- ① 招集所は、次の通りとする。
  - ・トラック競技は、第1ゲート（100mスタート地点後方）とする。
  - ・フィールド競技は現地集合とする。
- ② リレーオーダー用紙は、招集完了1時間前に招集所へ提出する。
- ③ 招集完了時間は、下記の通り。

種 別	招集完了時間
ト ラ ッ ク	20 分 前
フ ィ ー ル ド	40 分 前

### 2. 練 習

- ① アップは、バックストレッチ外側及びウオーミングアップ走路を利用する。
- ② 砲丸の練習（メディシンボールも含む）は禁止とし、競技開始前に審判員の指示で行う。
- ③ 雨天時は、雨天練習場を開放する。
- ④ 練習で使用した用具は、置いたままにせず、使用後は直ちに片付けること。

### 3. ナンバーカード

- ① 各競技者は、ナンバーカードを胸部と背部の両面につける。  
ただし、走高跳、走幅跳、棒高跳に出場する競技者は、胸部または背部のどちらか片方でもよい。
- ② 1500m、3000mに出場する競技者は、写真判定の腰ナンバーカードを右側後方につける。（腰ナンバーは主催者が用意し、招集所で配布する。）  
各競技終了後直ちに返却（回収）する。

### 4. 競技について

- ① 100m、4×100mRは、セパレートレーンで行う。
- ② 1500mはオープン、3000mは2段階スタートで行う。
- ③ トラック種目の記録は、写真判定を行う。
- ④ フィールド競技の試技数は、3回とする。
- ⑤ 走高跳、棒高跳のバーの上げ方は、次のとおり。

	練 習	1	2	3	4	5	
中学高校女子	1m05	1m10	1m15	1m20	1m25	1m30	140cm まで5cm きざみ以降 3cm きざみ
中学高校男子	1m20	1m25	1m30	1m35	1m40	1m45	以降 3cm きざみ
棒高跳	1 m60	1 m70	1 m80	1 m90	2m00	2m10	以降 10cm きざみ

### 5. 記録の発表

- ① 雨天走路南側に掲示する。
- ② 記録証は、参加者全員に贈る。

### 6. スパイクシューズの制限

- ① スパイクの長さは9mmを超えないこと。  
ただし、走り高跳びについては12mmを超えないこと。