

# 競技注意事項

- 1 本競技会は、2019年度(財)日本陸上競技連盟競技規則および(公社)日本マスターズ陸上競技連合競技規則を準用するとともに、本大会の要項に従って行う。
- 2 トラック、フィールドの各種目ともプログラム記載のとおりとし、年齢クラスを併合して行う種目はあるが、最終成績はクラス別に順位を決定する。
- 3 選手は、(公社)日本マスターズ陸上競技連合及び日本陸上競技連盟の登録者に限る。
- 4 選手の招集について

- (1) 召集場所 競技者招集所は、第二陸上競技場倉庫内に設ける。
- (2) 召集時刻 競技開始時刻基準

区別	召集開始時刻	召集完了時刻	最終コール
トラック	競技開始30分前	競技開始20分前	競技開始5分前 より現地で行う。
フィールド	競技開始50分前	競技開始40分前	

- (3) 召集の手続き
  - a 召集場所に掲示する競技者一覧表の自分のナンバーを○で囲むか、役員に申し出る。
  - b 最終コールは、現地において本人が応じる。
  - c 2種目以上を兼ねて出場する場合、競技進行の都合で最終コールができない場合は、事前に競技者係に申し出ておくこと。

## 5 競技について

- (1) トラック競技はすべてタイムレース決勝とする。
- (2) フィールド競技は試技6回の決勝とする。
- (3) スパイクのピンは11本以内、9mm以下とする。ただしやり投げは12mm以下とする。
- (4) 不正スタートは、2回目に行った競技者を失格とする。
- (5) 召集に応じなかった場合は、その種目棄権とみなし処理する。
- (6) 円盤投げは、第二陸上競技場で実施する。
- (7) 3段跳及び立五段跳の踏切板の位置は、13、11、9、7、5mと状況により担当審判主任が変更する。出来る。その際は、必ず変更の意思を担当審判員に申し出ること。

## 6 ナンバーカードについて

- (1) ナンバーカードは個人保有の物を必ず付ける。
- (2) ナンバーカードは胸と背にピンで付けるものとするが、跳躍種目については胸と背何れか一方でもよい。
- (3) トラック種目は、腰ナンバーをパンツ右側に必ず取り付ける。腰ナンバーは召集時渡すが競技終了後返却する。

## 7 使用器具について

- (1) 器具は、競技場備え付けのものを使用すること。
- (2) 棒高跳用ポールに限り個人所有の物を使用すること。ポールの検査は事前に跳躍審判員が行う。

## 8 投てき競技の種目別基準

### 【男子】

クラス	砲丸	円盤	やり
M24～M45	7.26Kg	2.0Kg	800g
M50～M55	6.00Kg	1.5Kg	700g
M60～M65	5.00Kg	1.0Kg	600g
M70～M75	4.00Kg	1.0Kg	500g
M80～	3.00Kg	1.0Kg	400g

### 【女子】

クラス	砲丸	円盤	やり
W24～W45	4.00Kg	1.0Kg	600g
WM50～W70	3.00Kg	1.0Kg	500g
W75～	2.00Kg	0.75Kg	400g

9 ハードル競技の種目別基準

【男子】

種目	クラス	高さ	間隔	第1ハードルまで	ゴールまで	ハードル台数
110mH	M24-~M45	99.1cm	9.14m	13.72m	14.02m	10
100mH	M50・M55	91.4cm	8.50m	13.00m	10.50m	10
100mH	M60・M65	84.0cm	8.00m	12.00m	16.00m	10
80mH	M70・M75	76.2cm	7.0m	12.00m	19.00m	8
80mH	M80+	70.0cm	7.0m	12.00m	19.00m	8
400mH	M24-~M45	91.4cm	35.00m	45.00m	40.00m	10
400mH	M50・M55	84.0cm	35.00m	45.00m	40.00m	10
300mH	M60・M65	76.2cm	35.00m	50.00m	40.00m	7
300mH	M70・M75	70.0cm	35.00m	50.00m	40.00m	7
200mH	M80+	70.0cm	35.00m	20.00m	40.00m	5

【女子】

種目	クラス	高さ	間隔	第1ハードルまで	ゴールまで	ハードル台数
100mH	W24-~W35	84.0cm	8.50m	13.00m	10.50m	10
80mH	W40・W45	76.2cm	8.00m	12.00m	12.00m	8
80mH	W50・W55	76.2cm	7.00m	12.00m	19.00m	8
80mH	W60+	70.0cm	7.0m	12.00m	19.00m	8
400mH	W24-~W45	76.2cm	35.00m	45.00m	40.00m	10
300mH	W50・W55	76.2cm	35.00m	50.00m	40.00m	7
300mH	W60・W65	70.0cm	35.00m	50.00m	40.00m	7
200mH	W70+	70.0cm	35.00m	20.00m	40.00m	5

10 表彰について

- (1) 各種目1位~3位の者については、賞状を授与する。
- (2) 1位~3位の者は、賞状を正面玄関ロビーに並べて置きますので必ず持ち帰って下さい。
- (3) 記録証の必要な者は、所定の用紙に記入し1部300円を添えて申し込むこと。  
なお、当日は混雑が予想されるので記録証は後日発送となります。

11 その他

- (1) 競技中に発生した障害や疾病については、応急処置は行うがその後の責任は主催者は負わない。
- (2) 主催者は、選手全員に1日スポーツ傷害保険に加入する。
- (3) 悪天候等の理由により、競技会が競技開始後に中止になった場合は、参加料の払い戻しは行わない
- (4) 駐車場は、大塚製薬(スタジアム北側)のNo8、9を借用しております。