

競技注意事項

1 競技規則について

本競技会は 2023 年度日本陸上競技連盟競技規則及び本大会申し合わせ事項による。

2 プログラムについて

- ① 本大会ではプログラムの配布及び販売はおこなわない。
- ② 競技日程、スタートリストは、参加者各自で杉並区陸協ホームページまたは、東京陸協ホームページよりダウンロードして確認すること。
- ③ 記載ミス（氏名、フリガナ、年齢、学年、所属など）があった場合は、遅くとも競技開始時刻の 1 時間前までにメインスタンド最上部中央デッキにある T I C へ申し出て正誤表を提出すること。
競技終了後の訂正（賞状、記録賞の訂正含む）は認めない。
※プログラムデータはエントリー情報をそのまま使用する。

3 招集について

- ① 招集所は、100m スタート横器具庫通路に置く。
- ② 招集時間は競技開始時刻を基準に以下のように定める。

	招集開始時刻	招集完了時刻
トラック競技	競技開始 30 分前	20 分前
フィールド競技	競技開始 45 分前	35 分前

- ③ リレーのオーダー用紙は招集完了時刻の 1 時間前までに招集所に 2 枚提出する。
オーダー用紙は、招集所に取りに来ること。棄権の場合も招集所に連絡する。
- ④ リレーのメンバー変更について
メンバーのうち少なくとも 2 名はそのリレーに登録した競技者でなければならないが、その条件を満たせば同一チーム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可能（TR24.10）。
また、複数のリレーチームをエントリーしているチームの場合、他のリレーチームに競技者を出場させることも可能。（例：B チームに登録している競技者を A チームに出場させること）
- ⑤ 招集時刻は厳守すること。遅れた場合は競技に出場できない。
- ⑥ 招集時刻に他の種目に出場などの理由がある場合は⑤の限りではないが、該当者は必ず競技者係に事前に申し出ること。
- ⑦ 招集所へは、競技に出場するユニフォームにアスリートビブスを付けた状態で集合すること。
 - ・ビブスは 2 枚配布する。胸と背に各自持参の安全ピンでとめること。安全ピンは各自で準備する。（跳躍競技については、胸または背部のどちらか一方でよい。）
 - ・トラック競技出場者およびリレーの第 4 走者は、招集所で競技者係から配布される腰ナンバー標識を右腰に貼り付ける。
 - ・配布されたアスリートビブスと腰ナンバー標識は返却しなくてもよい。
 - ・区民大会のナンバーは 1～・記録会は 501～に区分されている
- ⑧ 競技用靴について
 - ・スパイクピンの長さは、9 mm 以内とし、走高跳は 12 mm 以内
 - ・800m 未満の種目は靴底の最大の厚さは 20 mm
 - ・800m 以上は最大 25 mmいずれの場合もスパイクピンの数は 11 本以内とする。
World Athletics (WA) が承認したシューズリストで No と記載されている靴については使用ができないので、各自で確認のこと。<https://www.jaaf.or.jp/about/resist/technical/shoes/>
ただし小学生については対象外とする。
使用された靴に関して審判長が確認のため、競技終了後に提出を求めることがある。
- ⑨ 競技者は競技役員の指示にしたがい安全に留意し移動する。
- ⑩ 欠場する際は、本人または指導者・引率者を通じて、競技開始時刻の 60 分前までに招集所競技者係へ申し出ること。

4 競技方法

(1) トラック競技

- ① 区民大会は記録により順位を決定するタイムレース方式とする。
同記録の場合、0.001 秒単位の時間を判定して決定する。
それでも決まらない場合は、同順位とする。
- ② レーン順はプログラムのスタートリストのとおりとする。
- ③ スタートについて

- ・不正スタートをした競技者は失格とする。
 - ・小学生は不正スタート 2 回で失格とするがそのまま競技を継続し、タイムは計測する。ただし、記録は参考とし順位はつけない。
 - ・不適切行為（速やかに構えない、セットで静止しない、ピクつくなど）には、イエローカードを提示し警告を与える。
 - ・スタートの発声は、小学生は日本語で、それ以外は英語でおこなう。
- ④ 中学生以上の短距離走・リレーは、スターティングブロックを使用する。
小学生は、スターティングブロックの使用は任意とする。
 - ⑤ 800m はオープンレーンで実施する。
 - ⑥ 5000m はスタート後 30 分で打ち切る。
 - ⑦ トラック競技とフィールド競技に同時に出場する競技者は、トラック競技を優先するので、必ずフィールド競技の審判員に申し出る。トラック競技終了後ただちにフィールド競技に戻ることに。ラウンド内に戻らないとパス扱いとなる。
 - ⑧ リレーで使用するマーカーは各チームで用意し、レース終了後必ずはがすこと。
 - ⑨ セパレートレーンで行われるトラック競技は、競技者の安全のためフィニッシュ後も自分に割り当てられたレーンを走行すること。

(2) フィールド競技

- ① 跳躍種目の競技者は、助走路の外側（走高跳は助走路内）にマーカーを 2 個まで置くことができる。
- ② 試技回数
 - ・区民大会の走幅跳と砲丸投は 3 回の試技後、上位 8 名がさらに 3 回の試技を行う。
 - ・走幅跳は、2 つの並行するピットで 2 組に分かれて 3 回の試技を行う。2 組み合わせた上位 8 名がそれぞれのピットでさらに 3 回の試技を行う。
 - ・記録会の走幅跳と砲丸投の試技回数は 3 回とする。
 - ・区民大会・記録会共に小学生の走幅跳の試技回数は 3 回とする。
- ③ 走高跳のバーの高さは下記の通りとし、最後の一人になるまで 5 cm きざみとする。
ただし、参加競技者の競技力や天候などの状況により変更することがある。

	練習	最初の高さ
男子（一般、高校、中学）	1m15	1m20
女子（一般、高校、中学）	1m00	1m05

- ④ 砲丸の重量は以下の通りとする

	49 歳以下	50～69 歳	70 歳以上		49 歳以下	50 歳以上
一般男子	7.260 kg	5.000 kg	4.000 kg	一般女子	4.000 kg	2.721 kg
高校男子	6.000 kg			高校女子	4.000 kg	
中学男子	5.000 kg			中学女子	2.721 kg	

- ⑤ 競技者が競技場所を離れる場合は、競技役員に申し出なければならない。

(3) 抗議

競技の結果または競技進行中に起きた競技者の行為に関する抗議は、競技終了後 45 分以内に、代表者が大会本部に申し出ること。審判長が再度検証し裁定を伝える。

5 表彰

区民大会各種目の上位 1 位～3 位までの入賞者（チーム）には賞状とメダルを授与する。競技終了 30 分経過後大会本部横表彰席に取りに来ること。表彰式は行わない。

6 結果の掲示・記録証

- ① 記録はその都度スタンド最上段外の記録掲示場所に掲示する。
- ② すべての記録はインターネット記録速報に配信する。
<http://gold.jaic.org/jaic/member/tokyo/top.htm>
- ③ 記録証は 1 部 300 円で発行する。希望者は 16 時までに TIC に申し込むこと。

記録速報サイト



7 ウォーミングアップおよび練習について

- ① 周回競技が行われていない時間帯については、バックストレートを開放する。
競技役員の指示に従い、**指定された場所・時間の範囲内**で行い以下のことに注意し事故防止に万全を期すこと。競技運営上、安全管理上、一時的に制限することもある。
「逆走禁止」「曲走路はレーンに沿って走る」「急な方向転換はしない」「横断時は特に注意する」
「投てき物、ミニハードル、牽引チューブなどの練習器具は使用しない」

これらの事項について、指導者は競技者に対し注意しておくこと。

- ② 競技運営上、練習を制限することがあるので競技役員の指示に従う。
- ③ 練習に持参した荷物は、競技区域内には置かず、芝スタンドに置くこと。
スパイクの履き替えや水分補給も芝スタンドで行い、競技区域内で留まることを極力避けること。
- ④ 競技場内(競技区域内)に入場できるのは、本競技会に参加する競技者のみ。
練習の際についても指導者・引率者などの立ち入りは認めない。
※指導者・引率者は競技場内のスタンドから助言(指導)を行うこと。
- ⑤ 競技区域内で練習を行う際の出入りは、フィールドゲート1およびメインゲート1のみとする。
- ⑥ フィールド競技の練習は招集完了後に競技役員の指示に従って各々の競技場所で行うこと。

8 用器具について

競技に使用する用器具はすべて競技場備え付けのものを使用する。個人で持ち込んだ用器具の使用は認めない

9 競技場使用上の注意

- ① フィールド内の芝生は使用禁止となっているので入らないこと。
- ② 更衣はスタンド下の更衣室を使用できるが長居をせず、速やかに退室すること。
- ③ 貴重品や衣類の管理は各自で行い、盗難防止に努めること。
- ④ 発生したごみ類は参加者自身が必ず自宅に持ち帰ること。
(競技場周辺や駅、コンビニなどに捨てないこと)
- ⑤ 競技場内の整備に努めること。トイレは清潔に使用すること。
- ⑥ 本部前は通行禁止とする。セーフティーコーン設置場所には絶対に入らないこと。

10 撮影についてのお願い

悪質な写真(ビデオ)の盗撮が横行していることを受け、競技者をこれらの被害から守るために本競技会での撮影を以下の場合に限定する。

- ① 主催者から許可されたメディア関係者および大会事務局
- ② 大会出場チームなどの関係者
- ③ 当該競技者の保護者
- ④ 大会事務局

※大会期間中撮影した画像・映像は、主催者および協賛社の広報、その他陸上競技普及に関する広報に使用することがある。

※競技会中、上記に該当する撮影者であることを確認する場合がある。

その際は、状況をご理解の上、ご協力お願いします。

※不審な撮影者を見かけた際は近くの競技役員またはTICまで連絡する。

11 その他

- ① 参加にあたっては医師の診断を受けるなど、自己の責任において健康と安全に十分留意すること。
- ② 競技中に健康上の問題が生じた場合は医務室に連絡する。大会主催者は応急処置を行う。
- ③ 救急車などの緊急車両を手配する事態が起きた場合は、一刻を争う事態でない限り大会本部および競技場管理事務所を通じて行うものとする。
- ④ 主催者において期間中の傷害保険に一括加入している。この保険が適用される場合がある。
- ⑤ その他不明な点はTICに問い合わせること。

12 パラアスリート参加にあたっての確認事項

- ① パラアスリートが出場する競技については、必要に応じてパラ競技規則を適用する。
- ② 予め申請のあった競技者アシスタントに限り競技場内への入場を許可する。