

競技注意事項

1 競技規則について

本記録会に適用する規則は、2016年度日本陸上競技連盟競技規則および本競技会規定により行う。

2 ウォーミングアップについて

- ウォーミングアップは、サブトラックを使用すること。
なお、第1日の女子3000m、男子10000m、第2日の男子5000mのレース中は使用可能なエリアを制限するので競技役員の指示に従うこと。
- フィールド種目の練習は、招集完了後に競技役員の指示により競技場内で行う。
- サブトラックでの投てき練習は、一切禁止する。

3 招集について

- 招集所は、雨天練習場に設ける。
- 種目別招集開始・完了時刻は、プログラムの競技日程欄に記載している。
- 招集の手順
 - 招集開始時刻に招集所で競技者係の点呼を受ける。
その際、ナンバーカード・スパイクピンの長さ（走高跳・やり投12mm以下、その他9mm以下）・商標等の点検を受け、腰ナンバーを受け取る。
 - 点呼の代理人は認めない。ただし、2種目同時に出場する競技者は、あらかじめ本人が競技者係に申し出ること。その場合のみ、代理人の点呼を認める。
 - 招集完了時刻に遅れた競技者は、当該種目を棄権したものとみなし処理する。

4 競技について

- トラック競技
 - レーンは、プログラム記載番号順とする。
 - 競技運営上、男子1500m=6分、5000m=20分、3000mSC=13分。女子1500m=7分、3000m=15分で競技を打ち切る場合がある。
 - 男子5000m、男子10000m、女子3000m、女子やり投は補助競技場で実施する。
- 腰ナンバー・別ナンバーは、競技終了後フィニッシュ地点のナンバーカード係に返却すること。
- フィールド競技
 - 試技順は、プログラム記載番号順とする。
 - 走高跳・棒高跳のバーの上げ方は、下記のとおりとする。

男子走高跳	1組	練習 1.35	1.40・・・1.90 まで5cmずつ、以後3cmずつ
	2組	練習 1.70	1.75・・・1.90 まで5cmずつ、以後3cmずつ
	3組	練習 1.60	1.65・・・1.90 まで5cmずつ、以後3cmずつ
女子走高跳	1組	練習 1.40	1.45・・・1.65 まで5cmずつ、以後3cmずつ
	2組	練習 1.15	1.20・・・1.65 まで5cmずつ、以後3cmずつ
男子棒高跳	練習	2.30～4.50	2.40・・・4.00 まで20cmずつ、以後10cmずつ
女子棒高跳	練習	2.30～3.80	2.40から10cmずつ

5 競技用具について

- やり・ポール以外は、主催者が用意したものを使用すること。
- やりは検査を受けて使用できる。この場合共用となる。
検査開始時刻 第1日（9日）
・男子ー1組 8:50～9:00 2組 11:20～11:30 3組 13:50～14:00
・女子ー1組 12:20～12:30 2組 14:20～14:30
検査場所 フィニッシュ側器具庫
- 棒高跳用ポールは、跳躍審判員の確認を受け自己のポールを使用する。

6 その他

- 記録証明書を希望する者は、1種目につき500円を添えて本部庶務係まで申し出ること。
- ゴミは、各自で持ち帰るようにご協力ください。