

競 技 注 意 事 項

1 競技規則について

本記録会は、2026 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。

※シューズについては競技規則 TR5.2 および競技用靴規程を適用する。

ただしサークル投てき種目は適用除外とし、任意のシューズの着用可。

WAシューズリスト：<https://certcheck.worldathletics.org/>

2 ウォーミングアップについて

(1) ウォーミングアップは必ずサブトラックを使用し係員の指示に従うこと。なお、投てき練習は一切禁止する。（芝生内は立入禁止）

(2) 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。

3 招集について

(1) 招集所は雨天練習場に設ける。

(2) 種目別の招集開始・完了時刻は、プログラムの競技日程欄に記載している。

(3) 招集の手順

①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、アスリートビブス、スパイク・ランニングシューズの確認・点検を受け、腰ナンバーを受け取る。なお、長距離種目は別ビブスも受け取ること。

* スパイクピンの長さー走高跳・やり投 12 mm以内 その他 9 mm以内

* ランニングシューズのソールの最大の厚さ トラック種目、フィールド種目ともに 20 mm以内

②点呼の代理人は認めない。ただし、2 種目にわたって同時刻に出場する競技者は、あらかじめ本人が競技者係へ多種目同時出場届を提出し、併せて招集に来ることが出来ない種目の点呼（アスリートビブス・腰ナンバー・スパイク等の確認・点検）を受けておくこと。

③招集完了時刻に遅れた競技者は出場できない。

④当該種目を欠場する者は、あらかじめ欠場届を競技者係に提出すること。

* 多種目同時出場届、欠場届は、招集所備え付けまたはホームページからプリントアウトした用紙を使用すること。

4 競技について

(1) トラック競技

①レーンは、プログラム記載の番号順とする。

②競技運営上フィニッシュ地点で、男子 1500m=6 分、5000m=20 分、3000mSC=13 分、女子 1500m=7 分、3000m=15 分で残りの周回に入らず競技を打ち切る場合がある。

(2) 腰ナンバー・別ビブスは、競技終了後フィニッシュ地点の係員に返却すること。

(3) フィールド競技

①試技順は、プログラム記載の番号順とする。

②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 1.65 / 1.85	1.65-1.70-1.75・・・・1.85-1.88-1.91	以後 3cmずつ
	2 組	練習 1.25 / 1.50	1.30-1.35-1.40・・・・1.85-1.88-1.91	以後 3cmずつ
女子 走高跳	1 組	練習 1.30 / 1.55	1.35-1.40-1.45・・・・1.55-1.58-1.61	以後 3cmずつ
	2 組	練習 1.10 / 1.30	1.15-1.20-1.25・・・・1.55-1.58-1.61	以後 3cmずつ
男子 棒高跳	1 組	練習 2.00～4.80	2.20-2.40-2.60・・・・3.40-3.50-3.60	以後10cmずつ
女子 棒高跳	1 組	練習 1.80～3.80	2.00-2.20-2.40・・・・3.00-3.10-3.20	以後10cmずつ

③三段跳の踏切板の位置は下記のとおりとする。

男子：9 m・11 m・13 m 女子：9 m

5 競技用具について

(1) ポール以外は、主催者が用意したものを使用すること。ただし、やりは検査を受けて自己のものを使用することができるが、当該のやりは共用となる。

(2) やりの検査時刻 第2日（11日） 男子 1組－10:00～10:20 2組－12:20～12:40

女子 1組－ 7:40～ 8:00

検査場所 フィニッシュ側器具庫

(3) 棒高跳用ポールは、跳躍審判員の点検を受け自己のポールを使用する。

6 その他

(1) 記録証明書を希望する者は、1 種目につき500円を添えて庶務係まで申し出ること。

(2) ゴミは、必ず各自で持ち帰ること。