

競技者、監督注意事項

1. 本大会の競技規則は、日本陸連の規則を準用し、監督会議の申し合わせ事項を適用する。
2. 競技者変更は、別紙の『競技者変更届け』をメールまたはUSBで9月30日(金)の午後6時までに大会本部に届け出ること。メールアドレス(m9ai525@yahoo.co.jp)
3. 競技者受付は、プログラムに示された招集完了時刻(トラック競技は競技開始時刻の20分前、フィールド競技は競技開始時刻の30分前)までに競技者受付場所で行う。(受付は必ず競技者自身で行う)招集完了時刻に遅れた競技者は棄権とみなす。
4. トラック競技に出場する競技者は、受付時に腰番号を受け取り、右腰に取り付けする。
5. リレー種目のオーダー用紙は、競技開始の1時間30分前までに競技者受付係に提出すること。
(上記時間までにオーダー用紙の提出無き自治会は、欠場と見なしますので時間厳守をお願いします。)
6. 受付を完了した競技者は、下記時刻までに出発地点や試技場へ各自で移動し、点呼を受ける。
※トラック競技・・・競技開始時刻の10分前までに ※フィールド競技・・・競技開始時刻の20分前までに
7. トラック競技において短距離種目(リレー含む)は全てタイムレース決勝とする。
8. フィールドを横切らないこと。リレー等、レース終了後は特に気をつけること。
9. 他の種目と兼ねて出場する場合は、その旨競技者受付係及び審判員に申し出て、競技の進行に支障のないようにする。
10. 競技時の服装は、競技を行うのに適当な服装とし、ジーパン等での参加は認めない。靴は、運動靴または陸上競技用スパイクシューズを使用する。
11. ナンバーカードは、背と胸に確実につけること。ただし、跳躍種目はいずれか一ヶ所でよい。
12. スパイクシューズのピンの長さは、9mm以下とし、全天候用を使用すること。(先のとがったピンは認められない。)
13. 競技用具は備え付けのものを使用する。
14. トラック競技において途中棄権した場合及びフィールド競技において記録無しの場合は、参加点を与えない。(長距離において制限時間内にフィニッシュ出来なかった場合は途中棄権とはみなさない)
15. 競技審判に対する抗議(異議申し立て)は、その競技の成績発表後15分以内に監督がしなければならない
16. パスラインと時間の制限

(1) バーの上げ方

	練習	最初の高さ	2回目以降		
一般男子走高跳	1.35	1.40	← 5cmずつ上げる →	1.80	以降3cmずつ
30・40歳代走高跳	1.10	1.15	← 5cmずつ上げる →	1.55	〃
一般女子走高跳	0.95	1.00	← 5cmずつ上げる →	1.25	〃

(2) 同成績の場合における第1位決定のためのバーの上げ下げは、追加試技を1回した後に走高跳は2cmずつとする。

(3) 長距離における制限時間 男子 5000m 22分 女子 3000m 18分

ただし、制限時間内に6位までフィニッシュしないときは、6位がフィニッシュした後に競技を打ち切ります。

17. 投てき競技用具の重量

砲丸	一般男子、30代、40代	7.26Kg	50代	6Kg	女子	4Kg
円盤	一般男子、30代、40代	2Kg			女子	1Kg
やり	一般男子	800g	女子	600g		

18. フィールド種目の投てき種目、及び走り幅跳び、三段跳びの試技回数は3回とする。

19. 新型コロナウイルス感染症拡大防止については別紙の留意点に基づき実施する。

20. 種目毎の表彰式は行いませんので、3位までに入賞した選手は、大会本部に賞状を受け取りに来ること。

o

o