

競技者注意事項

1. 本大会は 2016 年度日本陸上競技連盟規則および大会要項・競技注意事項によって行う。
2. 招集方法

すべての出場者は、事前に「招集」を受けなくてはなりません。競技で用いる上着の胸と背（走高跳と走幅跳は片方でよい）にナンバーカード（=ゼッケン）を確実に取り付けて、下記の時間に招集所で点検を受けます。リレーは出場の4人がそろって招集を受けます。

リレーに出場するチームは必ず「オーダー用紙」を提出しなければなりません。提出は競技開始時刻の90分前までに、提出先は招集所（競技者係）です。（オーダー用紙は招集所（競技者係）及び、本プログラムの最終ページに用意してあります）これを提出しないチームは棄権とみなされます。

また、トラック競技（走種目）では、レーン番号と同じ腰ナンバー（小型のゼッケン）を招集所で受け取り、パンツの右側やや後方に取り付けます。（リレーは第4走者のみ）その後、スタート地点へ移動します。貸与した腰ナンバーは、競技後にフィニッシュ地点で返却します。

- ◇ 招集所は 100mスタート後方に設ける。（競技場レイアウト参照）
- ◇ 招集の時刻は、競技開始時刻を基準として下記の通りとする。この時刻に遅れた場合、失格となる。

競技種目	招集開始時刻	招集終了時刻
トラック競技	30 分前	20 分前
フィールド競技	40 分前	30 分前

- ◇ 招集は本人のみで代理人によるものは認めない。ただし種目を兼ねて出場する者で同時に 2 種目行われる者は、その旨を競技者係及び審判員に申し出て、競技の進行に支障の無いようにすること。

3. 競技方法

- ◇ 中学生以上のスターターのコマンドは英語で行う。不正スタートをした競技者は失格とする。
- ◇ 小学生のスターターのコマンドは日本語で行う。2回目以後に不正スタートをした競技者は失格とせず、参考記録とする。
- ◇ 5000mにおいて、残り1周の時点で25分を超過した選手は、審判長の判断で競技を中止させることがある。
- ◇ 3000mにおいて残り1周の時点で、15分を超過した選手は、審判長の判断で競技を中止させることがある。
- ◇ 中学生のハードルは次の規格で行う。

中学	種目	ハードルの高さ	スタート～第1ハードル	ハードル間の距離	台数
男子	1年 100mH	0.838m	13.00m	8.50m	10 台
	2年 110mH	0.914m	13.72m	9.14m	10 台
	3年 110mJH	0.991m	13.72m	9.14m	10 台
女子	1年・2年 100mH	0.762m	13.00m	8.00m	10 台
	3年 100mYH	0.762m	13.00m	8.50m	10 台

- ◇ リレー種目では、チームで同一のユニフォームの着用を原則とする。ランニングパンツ、スパッツなどは形が揃いでもよいが、同一色にすること。
- ◇ リレーのスタート用マークは各チームで用意し、レース終了後も必ず各チームで撤去すること。
- ◇ 中学生のルー種目において、2つ以上のルー（1年、2年、共通）に出場することはできない。
- ◇ フィールド競技の試技順はプログラムに示した左側の上から下へ、次に右側の順に行う。
- ◇ 小学生の走幅跳は、3回の試技とする。

- ◇ 中学生の走高跳のバーの高さおよびバーの上げ方は次の通りとする。

中学走高跳	練習	試 技						
男子1・2年	1m20	1m25	1m30	1m35	1m40	1m45	1m50	以後最後の1人になるまで3cmきざみ
男子 3年	1m30	1m35	1m40	1m45	1m50	1m55	1m60	以後最後の1人になるまで3cmきざみ
女子1・2年	1m00	1m05	1m10	1m15	1m20	1m25	1m30	以後最後の1人になるまで3cmきざみ
女子 3年	1m10	1m15	1m20	1m25	1m30	1m35	1m40	以後最後の1人になるまで3cmきざみ

※ 一般、大学、高校の部の練習および最初の高さは審判長が決定する。

- ◇ 投てき器具の重量は次の通りとする。

投てき種目	重量
一般男子 砲丸投	7.260kg
高校男子 砲丸投	6.000kg
中学3年男子 砲丸投	5.000kg
中学1・2年男子 砲丸投	4.000kg
一般・高校女子 砲丸投	4.000kg
中学女子 砲丸投	2.720kg

4. 表彰

【区民大会・選手権大会】

- ◇ 区民大会の部に出場した一般・大学・高校および小学生は、各種目で3位までに入賞した競技者に賞状と記念品を授与する。記録確定後に、大会本部・表彰係に取りに来る事。
- ◇ 選手権大会の部に出場した一般・大学・高校生は、各種目で3位までに入賞した競技者に賞状を授与する。
- ◇ 区民大会および選手権大会に出場した中学生は、中学大会の3位までと同等以上の成績の場合に賞状を授与する。

【中学大会】

- ◇ 各種目で3位までに入賞した競技者に、賞状および記念品を授与する。
- ◇ 大会終了後に各学校の代表者が大会本部まで取りに来ること。
- ◇ 総合得点 1位＝8点 2位＝7点 ……8位＝1点 とする。 ※区民大会・選手権大会出場者は得点の対象としない。

5. 競技場のウォームアップについて

- (ア) 周回競技時を除いて第2コーナーから第3コーナーまでをウォーミングアップエリアとする。
- (イ) ウォーミングアップエリアへの移動の際は、競技の妨げとならないように注意すること。
- (ウ) ウォーミングアップの実施にあたっては、審判・役員の指示に従うこと。
- (エ) ウォーミングアップエリアでの応援は禁止する。

6. その他

- (ア) 高校生以下の出場者は引率教員または保護者がいない場合、大会への出場ができない。
- (イ) プログラムの訂正(氏名、ふりがな、学年、所属等)は8時45分まで、または遅くとも競技開始時刻の90分前までに大会本部に申し出ること。記録確定以後の訂正(賞状の訂正を含む)には、一切応じない。
- (ウ) 選手の負傷については、応急処置のみを主催者で行うが、それ以後の責任は負わない。
- (エ) 競技場は全天候舗装のため、スパイクのピンは9mm以下(走高跳は12mm以下)を使用すること。
- (オ) ゴミ類は必ず自宅まで持ち帰ること。(決して競技場周辺地域や駅などに捨てていけないこと)
- (カ) 出場者と大会役員以外はトラック、フィールド内に立ち入ることができない。観戦・応援はスタンドで行うこと。
- (キ) 近年、盗撮の事例が報告されています。盗撮は犯罪です。競技中の撮影は、保護者および学校・チーム関係者に限ります。大会役員がお声かけをする場合がありますが、あらかじめご承知おきください。
- (ク) 大会の映像・写真・記事・個人記録(氏名・所属含む)等が、大会プログラム・雑誌・インターネット等の媒体に掲載されることがあります。その掲載権、使用権は主催者に属します。
- (ケ) ほかに不明の点は、本部(総務)まで問い合わせること。