

競 技 注 意 事 項

1 競技規則について

本競技会は2024年度日本陸上競技連盟規則、並びに本競技会要項及び競技注意事項（本注意事項）により実施します。

2 競技場への入場について

- (1) 競技者受付開始時刻は8：00とします。受付は正面スタンド前入口付近の競技者インフォメーション（TIC）にて行います。アスリートビブス及びプログラムについては団体ごとに配付します。
- (2) プログラムの記載事項（氏名、学年、所属等：エントリー時のデータをそのまま記載しています。）に間違いがあった場合は、出場する競技時刻の60分前までにTICに申し出てください。記録確定後の修正（記録証等の訂正を含む）はいたしません。

3 ウォーミングアップについて

- (1) ウォーミングアップは、本競技場内で行うことができます。
- (2) 競技区域内に入場できるのは、競技者のみとし、指導者・引率者等の立入は認めません。
- (3) ウォーミングアップはすべて競技役員の指示に従い（競技運営上、一時的に制限することがあります。）、指定された場所・時間の範囲内で事故防止に万全を期して行ってください。
- (4) 周回レース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します。
- (5) フィールド競技の練習は競技役員の指示に従って、招集完了後に各々の競技場所で行ってください。
- (6) ウォーミングアップに必要な用器具は主催者が準備しますが、持参した個人の用器具も使用できます。ただし、破損・紛失等に関しては一切責任を負いません。またウォーミングアップ中の荷物は、各個人が責任を持って管理してください。
- (7) スタートの練習（スターティングブロックを設置する。）は、以下のとおりとします。

スタート練習時間	場所
8：15～ 9：15	バックストレート（3～7レーン）
14：00～15：25	バックストレート（3～5レーン）

練習用ハードルの設置時刻および場所については、以下のとおりとします。

競技種目	ハードル設置時間	場所
オープン男 110mH (1.067m/9.14m)	8：15～9：15	ホームストレート (8レーン)
少年B男子 110mH オープン男 U18 (0.991m/9.14m)	8：15～9：15	ホームストレート (6・7レーン)
オープン女 100mH (0.838m/8.50m)	8：15～9：15	ホームストレート (5レーン)
少年B女子 100mH オープン U18 (0.762m/8.50m)	8：15～9：15	ホームストレート (4レーン)

競技種目	ハードル設置時間	場所
成年男子 400mH (0.914m)	1 0 : 3 0 ~ 1 2 : 0 0	第1曲走路からバックストレート (7レーン)
少年A男子 300mH オープン男子 300mH (0.914m)	1 0 : 3 0 ~ 1 1 : 4 0	第1曲走路からバックストレート (5・6レーン)
成年女子 400mH (0.762m)	1 0 : 3 0 ~ 1 1 : 4 0	第1曲走路からバックストレート (4レーン)
少年A女子 300mH オープン女子 300mH (0.762m)	1 0 : 3 0 ~ 1 1 : 4 0	第1曲走路からバックストレート (3レーン)
少年A男子 300mH (0.914m)	1 4 : 0 0 ~ 1 5 : 2 0	第1曲走路からバックストレート (8レーン)
少年B男子 110mH (0.991m/9.14m)	1 4 : 0 0 ~ 1 5 : 0 0	バックストレート (6レーン)

4 招集について

- (1) 招集所の設置場所は、1 0 0 mスタート地点後方とします。
- (2) 各競技の招集開始時刻・完了時刻は、タイムテーブルに記載のとおりとします。
- (3) 招集の方法
 - ① 所定の時刻に招集所で競技者係による招集を受けて下さい。代理人が受けることは認めません。遅れた場合は当該種目を棄権したものととして処理します。
 なお、招集時にアスリートビブス・スパイクピンのチェックを行います。その際、トラック競技に出場する競技者・チームは、腰ナンバー標識を受け取ってください。
 - ② ビデオ装置、レコーダー、ラジオ、CDプレーヤー、トランシーバーや携帯電話もしくは類似の機器を競技区域内に持ち込むことはできません。
 - ③ 棒高跳の招集は競技実施場所にて行います。

6 アスリートビブスについて

- (1) アスリートビブスは主催者が2枚配付します。
- (2) アスリートビブスはそのままの大きさと胸と背部に確実に固定してください(跳躍競技については胸または背部どちらかでも構いません)。
- (3) トラック競技に出場する競技者に、腰(サイド)ナンバー標識を交付します。右側の腰の高い位置(ランニングパンツやタイツに装着することとし、上衣への貼付は不可とします)に、記載の数字が身体の高横の位置となるよう注意してつけてください。

7 競技及び競技方法について

- (1) トラック競技
 - ① トラック競技の計時はすべて写真判定装置を使用します。
 - ② レーン順はプログラム記載どおりとします。
 - ③ 短距離走では、競技者の安全確保のため、フィニッシュライン通過後も自分に割り当てられたレーン

(曲走路) を走ってください。

- ④ 予選のあるトラック競技の決勝の組合せ及びレーン順は、東京陸上競技協会の記録携帯速報サイトにて発表します。
- ⑤ 国スポ選考会の部のハードルの高さは以下のとおりとします。なお少年 B 女子 100mH のハードル間の距離は 8.50m とします。

	成年男子	成年女子	少年 A 男子	少年 B 男子	少年 A 女子	少年 B 女子
110mH				0.991m		
100mH						0.762m
300mH			0.914m		0.762m	
400mH	0.914m	0.762m				

- ⑥ オープンの部のハードルの高さは以下のとおりとします。

	男子	男子 U18	女子	女子 U18
110mH	1.067m	0.991m		
100mH			0.838m	0.762m
300mH	0.914m		0.762m	

- ⑦ 国スポ選考会の部、女子 5000m 競歩はスタート後 30 分を過ぎて新たな周回には入れません。

(2) フィールド競技

- ① 走高跳を除く跳躍種目及びやり投の競技者は、助走路の外側（走高跳は助走路内）に主催者が用意したマーカーを 2 個まで置くことができます。またサークルから行う投てき競技では、サークル直後或いはサークルに接して主催者が用意したマーカーを 1 つだけ置くことができます。
- ② 成年女子走高跳及びオープン女子走高跳は同時刻に実施し、競技者の人数も併せてカウントします。練習のバーの高さは、出場する競技者との協議により決定し、バーの上げ方は優勝が決まって最後の 1 人となるまでは以下のとおりとします。（ただし、天候等の状況により変更することもあります）

種 目	練習	1	2	3	4	5	6	
女子走高跳	任意の高さ	1m50	1m55	1m60	1m65	1m70	1m75	以降 3 cm 刻みとします。

- ③ 成年女子棒高跳のバーの上げ方は、以下のとおりとします。

（ただし、天候等の状況により変更することもあります）

種 目	練習	1	2	3	4	5	6	
女子棒高跳	任意の高さ	3m30	3m40	3m50	3m60	3m70	3m80	以降 5 cm 刻みとします。

- ④ 三段跳の踏切板は、砂場から 13m の地点に設置します。

- ⑤ 男子の投てき物の重量は以下のとおりとします。

【砲丸】 成年・一般：7.260 kg、高校：6.000 kg、中学：5.000 kg

【円盤】 一般：2.000 kg、高校：1.750 kg、少年 B・中学：1.500 kg

【やり】 800 g

- ⑦ 女子の投てき物の重量は以下のとおりとします。

【砲丸】 成年・一般・高校：4.000 kg、中学 2.721 kg

【円盤】 一般・高校・少年 B・中学：1.000 kg

【やり】 600 g

- ⑧ オープンの部の砲丸投、円盤投、やり投の試技は男女共に 3 回とします。

8 用器具について

競技用器具は、主催者が用意したものに限り、ただし棒高跳用ポールは、個人所有のものを持参して使用するものとします。

9 競技用靴について

- (1) スパイクピンの長さは、9 mm以内、走高跳・やり投は12 mm以内とし、数は11本以内とします。
- (2) 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できません。各自で確認をお願いしてください。 <https://www.jaaf.or.jp/about/resist/technical/shoes/>
- (3) 靴底の厚さについては、TR5 に準じます。規定を超える靴での出場は認めません。
- (4) 使用された靴に関して審判長が疑義を抱いた場合、競技終了後、提出を求めることがあります。

10 その他

- (1) 競技中の助言（指導）は、競技場内のスタンドからのみ行うことができます。
- (2) 競技中の事故については主催者で応急処置をしますが、以後の責任は負いかねます。
- (3) 主催者で預かった物品は一時保管しますが、その他の盗難および紛失に関しては責任を負いかねます。
- (4) 記録はその都度、アナウンス及び記録結果携帯速報サイトに発表します。
- (5) 届けられた遺失物については、競技会終了時までT I Cで保管します。
- (6) 記録証は1部300円で発行します。希望者は15：00までにT I Cに申し出てください。

東京陸上競技協会の記録結果携帯速報サイトをご利用ください。

競技終了後に、次のサイトにアクセスすれば、ご覧になれます。

<http://gold.jaic.org/jaic/member/tokyo/top.htm>

QRコードもご利用下さい。



競技会コード 24 13 0008 競技場コード 132090