**競　技　上　の　注　意**

（１）競技はトラックレース優先とし、追い込み方式（前の種目が終わったら競技時間にならなくとも次の種目を実施）で行う。

（２）選手の招集点呼は、それぞれのスタート地点及びピット地点で行う。（ナンバーカード、腰ナンバーカードは不要である。ただし、800m、1500mに出場する選手には招集点呼で腰ナンバーを配付するので、右腰後方に付けて走り、ゴール後すぐ返す。）

（３）招集時間は、競技開始のトラックは１０分前、フィールドは３０分前とする。

 ただし、追い込み方式で行うため、招集時間・競技開始時間が早くなることもある。

（４）５０ｍと５０ｍＨは、４人で予選を走り、その結果で決勝を行う。

　　　５０ｍ・８００ｍ・１５００ｍは、小学生→中学生→高校生の順で行う。

　　　立三段跳・走幅跳は、トップ８を決定し、決勝を行う。

（５）不正スタート（フライング）は、２回目以降の選手から失格とする。

（６）走高跳のバーの上げ方は、次のようにする。

　　　男子　１ｍ３０、１ｍ３５・・・・５ｃｍ上げ、１ｍ８０ｃｍ以降３ｃｍ上げ

　　　女子　１ｍ１５、１ｍ２０・・・・５ｃｍ上げ、１ｍ４０ｃｍ以降３ｃｍ上げ

（７）棒高跳のバーの上げ方は、次のようにする。

　　　２ｍ００、２ｍ１０、・・・・・１０ｃｍ上げ、３ｍ５０ｃｍ以降５ｃｍ上げ

（８）走幅跳（短助走）の助走距離は、６ｍ以内とする。

（９）決勝進出への人数については、予選参加人数が少ない場合でも８名（２組）まで選出し、同メンバーであってもレーンや組を変えて実施する。８番目に同記録が出た場合、決勝が２組以上になる。

（10）ハードルの高さとインターバルは、次のようにする。

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 　　　　　 | ハードルの高さ | スタートから１台目 | インターバル |
| 男子中学 | ８４ｃｍ | １３ｍ | ８．５ｍ |
| 男子高・一 | ９９．１ｃｍ | １３ｍ | ８．５ｍ |
| 女子（共通） | ７６．２ｃｍ | １２．５ｍ | ７．５ｍ |

（11）　砲丸の重さは、次のようにする。

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 種別 | 中学女子 | 中学男子 | 高校女子 | 高校・一般男子 |
| 砲丸の重さ | ２．７２ｋｇ | ５．０ｋｇ | ４．０ｋｇ | ６．０ｋｇ |

（12）競技は、メインアリーナで行う。（刈羽中学校（1／19（土））棒高跳・走高跳）

　　　※サブアリーナはウォーミングアップ場とする（ただし、ドリルやダッシュ・ハードル走のみ）

　　　　ジョギングは周回コースを左回りで行う。

（13）役員打合せ8:30～（体育館入り口側）　開会式9:00～　閉会式15:30～（予定）

(14) 競技中の事故については、応急処置はするが、その後の責任は負わない。

**会場図**

**メインアリーナ　　　　　　　　　　　　　　　　　　　 　　　　　　　　　　　1500・800スタート**

**入口**

**砲丸投**

**４レーン**

　**５０ｍ・５０ｍH　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　マット**

**スタート　　　　　　　　　　　　　　　　　　　１周　１４０ｍ**

**走幅跳・立三段跳**

**1500・800ゴール**

**サブアリーナ**　**ウォームアップ場（ただし、ドリルやダッシュ・ハードル走のみ）**

　　　（奥）　　　→　　ハードル　→

（手前）　　→　ダッシュ　　→

　 　　入口