

陸 上 競 技

1. 期 日 2025年 10月1日(水)2日(木) ☆雨天決行
(開場7:00, 監督会議8:15、競技開始9:30)
2. 場 所 ジェイリース スタジアム
3. 種 目 男子 1年…100m、100mH、1500m 2年…100m、1500m
共通…200m、400m、800m、3000m、110mH、4×100mR
走高跳、走幅跳、砲丸投、棒高跳

女子 1年…100m、80mH、800m 2年…100m、800m
共通…200m、1500m、3000m、100mH、4×100mR
走高跳、走幅跳、砲丸投
4. 参加制限 (1) 1人2種目以内 (但し、リレーは除く)とする。リレーは1人1種目とする。
(2) リレーはすべて学校単位のチーム編成とし、2チーム(A・B)まで参加を認める。
ただし、Bチームはオープン参加として得点には入れない。なお、A、B両方にエントリーはできない。また、リレーの走順についての決まりはない。
(3) エントリーについては、トラック種目は1種目につき各校5人以内、フィールド種目は1種目につき各校3人以内とする。
(4) 今大会は「低学年種目」はなく、男子 100mHと女子 80mHは1年生のみとする。
5. 競技規則 (1) 競技規則は日本陸上競技連盟と本大会の定める規則による。
(2) 総合得点及び採点は本大会の定める規則による。
※1位・8点、2位・7点……8位・1点とする
6. 競技方法 (1) トラック種目で予選・決勝を行う種目は、各学年 100mと各ハードル種目、および男女 4×100mRとする。(その他はタイムレースとする。)
※ハードル種目については、組数が1組の場合は予選を行わずタイムレース決勝とする。
(2) フィールド競技の試技は予選3本・決勝3本とする。※上位8名による決勝を行うが、天候やエントリー数によって変更することもある。なお、走幅跳種目で下記の記録を下回った場合(ショート記録)は計測しない。
男子走幅跳 4m00 女子走幅跳 3m50
※市総体時よりショート記録を変更しています。
7. 備 考 (1) 1、2年生ともに共通種目に出場できるが、学年種目には当該学年しか出場できない。
(2) スパイクのピンは9mm以内のものを使用すること。
(3) 競技時に使用するシューズ底の厚さについては、市総体および通信大会、県総体と同等の処置とする。
(4) 当日、審判・生徒補助員の割当てをさせていただきます。ご協力をお願いします。
(5) 更衣室は選手の更衣のためのスペースであるため、待機場所および応援スペースとして更衣室を使用することを禁止します。なお更衣後はすばやく退室してください。
(6) 前日の場所取りについては禁止します。(保護者の方にも連絡をお願いします。)
※なお、各チーム待機場所の詳細については後日、連絡します。なお、熱中症対策および雨天時対応として、雨天練習場も待機場所となります。
(7) 生徒の送迎・下車は市総体同様、競技場第1ゲート外(舞鶴高校側照明塔周辺ロータリー)とする。
(8) 先生方の昼食は当日監督会議で受け付けます。
8. 審判割当 市総体同様、1チーム(各校、各クラブチーム)最低1名以上(可能な限り2名以上)の審判員をお願いします。
ます。
9. 申し込み 申し込み締め切り 9月24日(水)
アスリートランキングより申し込みをお願いします。プログラムの編成上、期日厳守をお願いします。
不明な点は、植田中 油布まで連絡ください。

おおよその競技日程(予定)です。プログラムの編成上、多少の変更はご了承下さい。

陸上競技日程(案)

10月 1日(水)トラック競技

- | | | | | | | | |
|------|-------|----|--------|------|-------|----|--------|
| (1) | 9:30 | 1女 | 100m予 | (12) | 14:10 | 1女 | 80mH決 |
| (2) | 9:55 | 1男 | 100m予 | (13) | 14:20 | 共女 | 100mH決 |
| (3) | 10:20 | 2女 | 100m予 | (14) | 14:30 | 1男 | 100mH決 |
| (4) | 10:45 | 2男 | 100m予 | (15) | 14:40 | 共男 | 110mH決 |
| (5) | 11:10 | 共女 | 3000m決 | (16) | 14:50 | 1女 | 800m決 |
| (6) | 11:10 | 共男 | 3000m決 | (17) | 15:15 | 2女 | 800m決 |
| (7) | 11:50 | 共男 | 400m決 | (18) | 15:40 | 共男 | 800m決 |
| (8) | 12:10 | 1女 | 80mH予 | (19) | 16:05 | 1女 | 100m決 |
| (9) | 12:20 | 共女 | 100mH予 | (20) | 16:10 | 1男 | 100m決 |
| (10) | 12:30 | 1男 | 100mH予 | (21) | 16:15 | 2女 | 100m決 |
| (11) | 12:40 | 共男 | 110mH予 | (22) | 16:20 | 2男 | 100m決 |
| (休憩) | | | | | | | |

10月 1日(水)フィールド競技

- (1) 11:00 共男 棒高跳

10月 2日(木)トラック競技

- (1) 9:30 共男 4×100mR予
 (2) 9:40 共女 4×100mR予
 (3) 10:00 1男 1500m決
 (4) 10:15 2男 1500m決
 (5) 10:30 共女 1500m決
 (6) 11:00 共男 200m決
 (7) 11:25 共女 200m決

(フィールド競技の時間)

- (8) 15:50 共男 4×100mR決
 (9) 15:55 共女 4×100mR決

10月 2日(木)フィールド競技

跳躍A

- (1) 12:00 共男 走幅跳
 (2) 13:50 共女 走幅跳

跳躍B

- (1) 12:00 共男 走高跳
 (2) 12:00 共女 走高跳

投てき

- (1) 12:00 共男 砲丸投
 (2) 13:50 共女 砲丸投

◎走高跳のバーの上げ方について ※市総体時より練習以降の高さを変更しています。

男	(練習 1.20)	1.25	1.30	1.35	1.40	1.45	1.50	1.55	1.60	1.65
女	(練習 1.05)	1.10	1.15	1.20	1.25	1.30	1.35	1.40	1.45	1.50

◎棒高跳のバーの上げ方について

棒高跳	(練習 1.90)	2.00	2.10	2.20	2.30	2.40	2.50	2.60	2.70	2.80	2.90以降10cmずつ
-----	-----------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	--------------