

# 競技注意事項

## 1. 競技について

- ① 本大会は2021年度(公財)日本陸上競技連盟競技規則・(公社)日本マスターズ陸上競技連合競技規則を適用し大会要項および下記事項により運営する。
- ② レーン順及び試技順は、プログラム記載通りとする。跳躍競技および投擲競技の試技数は3回とする。
- ③ トラック競技は、タイムレースとする。

## 2. 招集について

- ① 招集場所は、トラックは各競技のスタート地点、フィールドは競技場所に招集完了時間までに集まること。競技者は、招集開始時刻に招集場所で点呼を受け、アスリートビブス(ナンバーカード)を見せる。その際、アスリートビブス・シューズ及び商標の点検を受ける。トラック出場者は、腰ナンバーカードを受取り、右腰やや後方に付ける。
- ② 競技者は、招集に遅れる事が無い様にする事。招集開始時刻、終了時刻はプログラム記載の通りである。
- ③ 代理人による最終点呼は認めない。2種目を同時に出場する者は申し出る事。
- ④ 招集完了時刻までに点呼を受けない競技者は、当該種目を棄権したと処理し出場を認めない。

## 3. アスリートビブス(ナンバーカード)について

- ① アスリートビブスは所定のを必ず、胸背に付ける事。但し、跳躍競技の競技者は胸または背だけでよい。

## 4. シューズについて

スパイクの先端が鋭利なものを使用してはならない。  
スパイクピンについて、数は11本以内、長さは9mm以下とする。ただし、走高跳・やり投げは12mm以下とする靴底の最大の厚さは下記の通りです。

フィールド種目(除:三段跳)	20mm
三段跳	25mm
トラック種目 (ハードル種目、800m以上の種目)	20mm
トラック種目 (障害物競技、800m以上の種目)	25mm
(競歩競技)	40mm

## 5. 投擲について

- ① 競技用具は競技場備え付けのものを使用する。  
滑り止めは主催者が用意したものを各人に支給するのでそれを使用する。(使い回しは不可)自分で用意しても良い。

## 6. W・A・V・A規約細則の一部及び全日本マスターズ陸上競技選手権大会種目別基準を準用。

## 7. 障害物競技における障害物高さ基準

	競技クラス	種目	高さ
男子	M24~M55	3000mSC	0.914m

- ① 障害物競技では、障害物に手をかけて越えても良いが、連続した動作でなければならない。障害物を登れば失格となる。また、障害物の中間のバーあるいはクロスバー等に足をかけて登ってはならない

## 8. 三段跳の踏切位置は12m、11m、9m、7m、5mとする。(5mと7mは未公認記録)

## 9. 投擲競技における用具の使用基準は次の表による。

	競技クラス	砲丸・ハンマー	円盤	槍	備考
男子	M-24~M45	7.26kg	2.0kg	800g	①競技規則の規定する仕様のうち重量のみ明記した。
	M50・M55	6.0kg	1.5kg	700g	
	M60・M65	5.0kg	1.0kg	600g	
	M70・M75	4.0kg	1.0kg	500g	
	M80+	3.0kg	1.0kg	400g	
女子	W-24~W45	4.0kg	1.0kg	600g	
	W50・W55	3.0kg	1.0kg	500g	
	W60~W70	3.0kg	1.0kg	500g	
	W75	2.0kg	0.75kg	400g	
	W80+	2.0kg	0.75kg	400g	

## 10. 練習について

- ① 練習場所は、サブグラウンド又は雨覆練習場で行うこと。
- ② 投てき練習は公式練習のみとし、如何なる場所でも練習できません。
- ③ 事故には十分留意すること。

## 11. その他

- ① 競技場の出入口は、フィニッシュ地点前方のゲートのみとする。
- ② 表彰賞状は後日郵送する。
- ③ プログラムの訂正の申し出は、競技者受付場所にある用紙に記入し総務に提出すること。  
本大会に於いての傷害事故は主催者において応急処置はするが、その後の責任は負わないので競技に出場の際は十分注意すること。
- ④ 盗難事故が発生おしています。貴重品は、各自で管理してください。
- ⑤ その他必要なことは、その都度通告するので場内放送に注意すること。

## お願い

コロナ対策を十分に行い参加してください。  
各自のゴミは必ず持ち帰ってください。