

2025年度 十日町春季記録会 要項

1. 主 旨 ジュニア世代競技者の総合的な競技力の向上と十日町・中魚管内の陸上競技の普及
2. 主 催 十日町市陸上競技協会
3. 主 管 十日町市陸上競技協会（普及・強化委員会）
4. 期 日 第1回 5月10日（土）競技会コード：25161121 競技会コード：162050
第2回 5月31日（土）競技会コード：25161123 競技場コード：162050
第3回 6月7日（土） 競技会コード：24161124 競技場コード：162050
5. 会 場 十日町市陸上競技場（2種） 電話025-757-2090

6. 日 程 （参加人数によって変更する場合があります）

第1回、第3回（予定）		第2回（予定）	
郡市内中高生集合	10：30	郡市内中高生集合	6：45
会場準備	10：40～	会場準備	6：50～7：30
競技場開放	適宜	競技場開放	7：30～8：45
チーム・役員受付	11：40～12：00	チーム・役員受付	7：30～8：00
代表者・役員打合せ	12：00～	代表者・役員打合せ	8：00～8：20
開始式	12：20～30	開始式	8：20～8：30
競技開始	13：00	（四種,1500m出場者を除く）	
競技終了予定	17：15	競技開始	9：00
		競技終了予定	16：30

7. 種 目 （予定）

回 以リ制限	第1回 【1人1種目（リレーを除く）】	第2回 【種目数制限なし】	第3回 【1人1種目（リレー除く）】
小学生	1・2年50m、3～6年100m 男4～6年1500m、女4～6年800m、小56年走高跳・走幅跳	第1回に加えて、 3～6年4×100、 3～6年ジャバリックボール投 56年80mH追加	第1回に加えて、 3～6年4×100 3～6年ジャバリックボール投追加 （80mHはなし）
中学生	ハードル、走高跳、棒高跳、走幅跳、砲丸投	第1回に加えて 四種競技、円盤投	第1回に加えて 円盤投
高校生 U20 一般	走高跳、棒高跳、走幅跳、砲丸投	第1回に加えて 男女ハードル、円盤投	第1回に加えて 円盤投 一般やり投げ追加
共通 (中学～一般)	100m、男400m、女800m、 1500m、男3000m 4×100、女3000m	第1回に加えて 200m、男800m （女子3000はなし）	第1回に加えて 男女200m、男子800m

8. 参加について

- ①十日町・中魚・魚沼・南魚・小千谷地域の小学生
- ②陸連登録者で、県内学校・チームの中学生
- ③陸連登録者で、十日町・中魚・魚沼・南魚・小千谷地域の高校に在籍の高校生
- ④陸連登録者で、十日町・中魚・魚沼・南魚・小千谷地域に在住もしくは勤務地がある一般の方。
それ以外の方は、主催者に要相談。

※ 小中高生は、**団体で参加する場合も、個人で参加する場合も、大人が責任者として引率同行してください。**当日の受付やウォーミングアップ、参加選手の緊急対応などは各チームや個人でお願いします。

9. 申込について

- (1) エントリー制限は、7. の種目に記載のとおりとする。（第1・3回はリレー除く1人1種目）
- (2) 申込み期限 第1回 4月18日（金）～5月3日（土）
第2回 5月7日（水）～24日（土）
第3回 5月7日（水）～31日（土）

2025 年度 十日町春季記録会 競技注意事項

- (1) 競技は 2025 年日本陸上競技連盟規則および本競技会要項、並びに競技注意事項による。
- (2) 本記録会は、申込み選手ならびに陸連登録選手以外の出場は認めない（小学生を除く）。
- (3) トラック競技はすべてタイムレースとする。
- (4) フィールド競技は、3 回の試技とする。
- (5) 競技者の招集完了時間は、記載の競技開始時間に対して、トラック競技は 10 分前、フィールド競技は 20 分前とする。各スタート（試技）地点に各自集合し、点呼を受けること。
 - ・ 最終コールのみ行う。その際、本人がアスリートナンバーを係員に見せ、点呼を受ける。本人が他の種目で競技中の場合限り、代理人の点呼を認める。
 - ・ リレー競技は、競技開始 20 分前に、全員がフィニッシュ地点に集合、点呼を受けた後、それぞれのスタート地点に移動する。
 - ・ 招集完了時刻に遅れた者は、その競技に出場できない。
- (6) アスリートナンバーは各チームで用意する。大きさは横 24 cm×縦 16 cmとし、胸と背につける（男子＝黒、女子＝赤）。ただし、走幅跳、走高跳、棒高跳の競技者は背または胸の片側でよい。小学生および一般のアスリートナンバーは、主催者で用意する。
- (7) 腰ナンバー標識ついて、100m～400m の種目は自チームで用意する。800m 以上の種目は、主催者で腰ナンバーを用意する。
 （小学生・一般参加者で腰ナンバー標識がない場合は、貸し出すので TIC に申し出てください。）
- (8) 競技場は全て全天候のため、9mm以下のスパイクを使用する。ただし、走高跳は 12 mm以下のスパイクを使用する。スパイクの先端が鋭利なものは使用しない。
- (9) 中学生以上のフィールド競技において、人数が多い場合は下記の計測記録を設ける。ただし、計測記録に達しない場合でも、1 回は計測する。
 【男子】走幅跳 4m20 砲丸投 6m50 【女子】走幅跳 3m50 砲丸投 6m50
- (10) 走高跳および棒高跳のバーの上げ方は、次のようにする。

走高跳	中高一般男	125(練習) 130 135 140 145 150 155 160 165 170 175 180 185 以後3cmきざみ
	中高一般女	110(練習) 115 120 125 130 135 140 以後3cmきざみ
	小学生	95(練習) 100 105 110 115 120 125 130 135 140 以後3cmきざみ
棒高跳	共通男	190(練習) 200 以後10cmきざみ
	共通女	参加者のレベルに合わせて最初の高さを設定する 以後10cmきざみ

※選手の競技レベルに応じて、公式練習と試技開始の高さを変更する場合がある。

- (11) 800m は、セパレートスタートで行い、腰ナンバー標識の 9→8 レーン、10→7 レーンでスタートする。ただし、エントリーの多い場合はオープンスタートで行う。また、小学生はオープンスタートで行う。
- (12) 競技進行および安全確保のため、出場選手ならびに競技役員以外は競技場内への出入りを認めない。
- (13) ウォーミングアップは、指示された場所以外ではしないこと。
- (14) プログラムの訂正については、競技開始 1 時間半前までに総務へ報告すること。
- (15) リレー競技に出場するチームは、規定のオーダー用紙を 1 部記入し、招集完了 1 時間前までに総務へ提出すること。（オーダー用紙は TIC に用意する）

その他については、その都度総務より指示する。